

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 56»

ПРИНЯТА
На педагогическом совете
Протокол № 1
от «30» 08 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ №56
Аксенова Т.Г. Аксенова
приказ № 83
от «30» 08 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Ритмика»**

Автор программы и педагог: Егорова Я.В.
Срок реализации программы: 1 учебный год

Вологда 2024

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Целевой.	2
1.1 Направленность Программы	2
1.2 Актуальность	3
1.3 Новизна, педагогическая целесообразность	4
1.4 Цель программы, задачи	5
1.4.1 Задачи Программы младшей группы	5
1.4.2 Задачи Программы средней группы	6
1.4.3 Задачи Программы старшей группы	6
1.5 Ожидаемые результаты	7
1.5.1 Младшая группа	
1.5.2 Средняя группа	8
1.5.3 Старшая группа	8
1.6 Принципы построения программы	9
Раздел 2. Организационный.	9
2.1 Возраст детей, участвующих в реализации данной Программы	9
2.2 Сроки реализации Программы	9
2.3. Формы подведения итогов реализации программы	10
Раздел 3. Содержательный	10
3.1 Формы и режимы занятий	10
3.2 Структура занятия	10
3.3 Методические приемы	10
3.4 Учебный план	11
3.5 Учебно-тематический план	11
3.5.1 Учебно-тематический план занятий младшая группа	11
3.5.2 Учебно-тематический план занятий средняя группа	11
3.5.3 Учебно-тематический план занятий старшая группа	24
Раздел 4. Материально-техническое оснащение программы	39
Раздел 5 Список литературы	40

РАЗДЕЛ 1. Целевой.

1.1. Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы направленности «Ритмика» (далее Программа) физкультурно-спортивной направленности

Танец, есть соединительное звено, связующее скучных и серьезных людей с людьми творцами. Танец, есть мост, перекинутый из мира обыденного в мир фантазии. И если мы хотим узнать ту магическую черту, которая называется стилем, которая очерчивает круг должного, то, прежде всего, наши взоры могут и должны быть обращены к танцу.

Танец родился с миром, в то время, как и прочие искусства. Первый Танец возник из эмоций и был напрямую связан с острейшими переживаниями. Танец можно назвать ритмической поэмой. Слово “Танец” вызывает в нашем сознании представление чего-то грандиозного, нежного и воздушного.

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного, физического и эстетического развития ребёнка, формируется его личность. Эстетическое воспитание личности происходит с первых шагов маленького человека, с первых его слов, поступков. Именно окружающая среда, откладывает в душе ребенка отпечаток на всю жизнь. Незаменимым средством формирования духовного мира детей является искусство: литература, скульптура, народное творчество, живопись, хореография. Хореография - пробуждает у детей дошкольного возраста эмоционально-творческое начало. Формирование творческой личности существенно для эмоционального и для эстетического развития ребенка. При творческой деятельности активизируется восприятие, выразительность исполнения, оценочное отношение к своей продукции, что оказывает большое влияние на становление личности ребенка. В наше не простое и жестокое время очень важно воспитать маленького человека, способного сопереживать, сочувствовать другим людям, животным, прививать ему чувство такта, воспитать культурного, полноценного члена общества. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития, импровизации.

Сегодня “развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия, способны к сотрудничеству, отличаются мобильностью, динамизмом, конструктивностью, обладают развитым чувством ответственности за судьбу страны” (из “Концепция модернизации Российского образования”).

Сотрудничество, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий по танцевальным программам и хореографией.

1.2. Актуальность

Хореографическое искусство – значимая часть духовной культуры человека и одна из составляющих его творческого саморазвития и эстетического сознания. Формирование эстетического вкуса средствами уроков хореографии как части образовательного и воспитательного процесса, выступает как одна из конкретных возможностей раскрытия личности подрастающего человека.

Танцы затрагивают музыкальную, спортивную, творческую сферы жизни и относятся к группе сложно-координационных видов досуговой деятельности. Танцевальное искусство, давая выход энергии детей, наполняет их бодростью, удовлетворяет потребность в празднике, в зрелище, в игре.

Танцы для дошкольников построены на изучении основных средств выразительности (движения и позы, пластика и мимика, ритм и темп), которые связаны с эмоциональными впечатлениями маленького человека от окружающего мира. Детский танец начинается с ритмики, где изучаются простые движения, формируются навыки передачи с помощью движения эмоциональных оттенков (танцуем спокойно, бодро, весело, плавно или резко), навыки выполнения движений в различных темпах. Часто занятия больше похожи на игру. Наряду с четко определенным построением урока, состоящего из тренировочных движений, следует включать упражнения, позволяющие ребенку свободно, произвольно двигаться, «выплескивать» эмоции, фантазировать и проявить себя в игре.

Игра и движение – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, они всегда готовы играть и двигаться. Игра как способ познания действительности – одно из главных условий развития детского воображения и самостоятельности. Игра снимает усталость и дает простор лучшим силам и свойствам ребенка, развивает сообразительность, находчивость, инициативу, мышление, воображение и творческие способности. Игра способна трудную работу сделать легкой и увлекательной; рождает стремление переносить трудности, которое необходимо любой трудовой деятельности. Игры вызывают чувства сопричастности и переживания совместного успеха. В игре легко и незаметно для ее участника формируются способности взаимодействия с людьми.

Музыка – это неотделимая часть хореографического искусства, она является душой танца. Музыкальное сопровождение развивает не только музыкальный слух, но и воспитывает в ребенке организованность. Ведь основа музыки – это ритм, а в основе всех жизненных процессов также лежит ритм. Благодаря этому дети учатся передавать различные образы, помогающие развитию артистических способностей. В свою очередь, артистические способности помогают в преодолении скованности и стеснительности в поведении. Танцевальное искусство способствует развитию у детей гибкости тела, красивой осанки, так как грациозная походка придает уверенности в себе. Закладываются лидерские качества, которые помогут развиваться ребенку в будущем.

В дошкольном возрасте происходит активное овладение собственным телом (координацией движений и действий, формированием образа тела и ценностного отношения к нему). Выразительное движение – это своеобразная задача двигательного воображения, которое обеспечивает одушевление и одухотворение детских движений. Импровизации на заданную тему (например, танец ветра, танец бабочки, цветка; с предметом и т.п.) дают возможность проявить полную свободу выражения чувств и ощущений. В специальных заданиях на музыкально-игровое творчество дети приобретают способность самостоятельно изменять выразительность своих основных движений (ходьбы, бега, прыжков) в зависимости от особенностей музыки. Такая игра является важным методом активизации интереса к музыке и созданию музыкально-двигательных образов. Совершенствуется умение детей исполнять движение пружинным, маховым и плавным приемом, изменяя их силу, амплитуду, ритм, темп.

1.3 Новизна

Новизна программы заключается в том, что обучение хореографии на подготовительном этапе начинается с трехлетнего возраста с постепенным усложнением содержания, значительно превышающим программу и рассчитана на детей, посещающих данный детский сад. Программа направлена на совершенствование традиционной практики по хореографическому и музыкально-ритмическому обучению детей дошкольного возраста.

Программа разработана с учётом принципов: систематичности, психологической комфортности, учёта возрастных особенностей, деятельностного подхода к развитию детей и ориентирована на развитие личности ребёнка.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность образовательной программы (мера педагогического вмешательства, разумная достаточность; предоставление самостоятельности и возможностей для самовыражения).

Педагогическая целесообразность программы по хореографии определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства – в этом и заключается педагогическая целесообразность разработанной программы по обучению хореографии.

Кроме того, педагогическую целесообразность программы я вижу в формировании у ребенка чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления, всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

1.4. Цель программы

Формирование внутренней культуры и эстетической позиции средствами уроков хореографии как части образовательного и воспитательного процесса, как одной из конкретных возможностей раскрытия личности подрастающего человека, развитие творческих способностей средствами хореографического искусства.

Целью занятий хореографией является пробуждение в детях стремления к прекрасному, интереса к музыкальному и танцевальному творчеству; усиление эмоциональной отзывчивости и творческой активности; знакомство детей с танцевальной культурой; развитие образного мышления и воображения. Занятия танцами органически связаны с усвоением норм этики, выработки нравственных основ, высокой культуры общения и поведения, общей культуры зрителя, уважения к профессиональной деятельности других людей.

Цель программы – создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи программы по возрастным группам

1.4.1 Младшая группа (4-5 лет)

1. Приучать ходить под музыку с последующим совершенствованием (в направлении «по линии танца»).

2. Продолжать формировать способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым и самостоятельно (к концу года):

- хлопать в ладоши;
- притопывать ногой;
- полуприседать;
- полуприседать с поворотами вправо и влево – «пружинка»;
- совершать повороты кистей рук – «фонарики»;
- переступание с ноги на ногу;
- помахивание игрушкой, платочком;
- кружение по одному и в парах и т.д.

3. Способствовать развитию умений детей начинать движение с началом музыки и заканчивать с её окончанием.

4. Создавать условия для развития музыкально-ритмических навыков (упражнения с ложками, погремушками).

5. Развивать музыкальную выразительность (упражнения с платочками, листочками на лентах, «снежинками», цветочками).

6. Совершенствовать умение ходить и бегать (на носках, тихо; высоко и низко поднимая ноги; прямым галопом).

7. Способствовать приобретению умения вслушиваться в музыку.

8. Способствовать приобретению умения с изменением характера ее звучания изменять движения (переходить с ходьбы на притопывание, кружение).

9. Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями (мишка косолапый идет, заяка прыгает, птичка летает, птичка клюет, лошадка скачет, кошечка облизывается).

10. Совершенствовать умение ходить и бегать (на носках, тихо, высоко и низко поднимая ноги, прямым галопом).

11. Выполнять плясовые движения в кругу, в рассыпную, менять движения с изменением характера музыки или содержания песни.

12. Формировать навыки ориентировки в пространстве.

1.4.2 Средняя группа (5-6 лет)

1. Совершенствовать навыки основных движений (ходьба и бег).

2. Способствовать развитию музыкально-танцевальной памяти.

3. Формировать умение узнавать знакомые мелодии, чувствовать характер музыки (веселый, бодрый, спокойный), эмоционально на нее реагировать.

4. Совершенствовать навыки выразительной и эмоциональной передачи игровых и сказочных образов; характера танцевальных мелодий, используя полумаски, костюмы.

5. Улучшать качество исполнения танцевальных движений: кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, выполнять прямой галоп и др.; двигаться под музыку с предметами (листочки, платочки, снежинки и т.п.), без них; двигаться под музыку ритмично и согласно темпу и характеру музыкального произведения.

6. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.

7. Формировать навык приветствия учителя («Поклон – приветствие»).
8. Воспитывать эмоциональную отзывчивость на танцевальную музыку.

1.4.3 Старшая группа (6-7 лет)

1. Освоить основные позиции и танцевальные движения:
 - исходные позиции ног;
 - исходные позиции рук;
 - позиции рук в парах;
 - движения рук;
 - хлопки;
 - виды шага;
 - прыжки;
 - танцевальные движения;
 - построения.
2. Продолжать формировать у детей навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, самостоятельно менять движения в соответствии с двух- и трёхчастной формой музыки.
3. Совершенствовать танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, кружение по одному и в парах.
4. Обучать детей умению двигаться в парах по кругу в танцах и хороводах, ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши,
5. Обучать детей выполнять простейшие перестроения (из круга в рассыпную и обратно), подскоки.
6. Продолжать совершенствовать навыки основных движений (ходьба: «торжественная», «спокойная», «таинственная», «спокойная»; бег: лёгкий и стремительный).
7. Выполнять упражнения:
 - ходить и бегать ритмично, ходить спокойным, бодрым шагом и с высоким подъемом ног;
 - скакать с ноги на ногу;
 - легко, свободно выполнять прямой галоп;
 - пружинящие движения;
 - в прыжке поочередно выбрасывать ноги вперед;
 - выставлять ногу поочередно на носок и на пятку;
 - приставной шаг с приседанием;
 - полуприседание с выставлением ноги на пятку;
 - поскоки;
 - поклон – приветствие.
8. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.
9. Самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки.
10. Развивать танцевально-игровое творчество;
11. Выработать у детей красивую осанку, подтянутость, внутреннюю собранность.
12. Учить детей импровизировать под музыку соответствующего характера, выразительно исполнять движения животных .
13. Стимулировать формирование танцевальных навыков и умений; психических процессов: мышления, воображения; фантазии и импровизации.
14. Содействовать проявлению активности и самостоятельности.

15. Воспитывать нравственно-волевые качества (настойчивость, выдержку), умение действовать в коллективе, дружеские взаимоотношения в играх, умение подчинять свои интересы интересам всего коллектива.

16. Способствовать созданию устойчивого интереса к предмету.

1.5. Ожидаемые результаты

1.5.1 Младшая группа

1. Коллективно-порядковые навыки и умения:

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить организованно под музыку;
- приветствовать учителя;
- ходить и бегать по кругу под музыку.

2. Музыкально-ритмические навыки и умения:

- воспринимать и воспроизводить движения с предметами (погремушки, ложки, палочки) и без, показываемые взрослым;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года.

3. Навыки и умения выразительного движения:

- воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым (хлопать, притоптывать ногой, полуприседать, совершать повороты кистей руки и т.д.);
- начинать движение с началом музыки и заканчивать с ее окончанием;
- двигаться в соответствии с характером музыки;
- передавать образы (птичка летает, зайка прыгает, мишка косолапый идет);
- ходить и бегать (на носках, тихо, высоко и низко поднимая ноги, прямым галопом);
- выполнять плясовые движения в кругу, в рассыпную, менять движения с изменением характера музыки или содержания песни;
- выполнять движения – притоптывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук;
- исполнять танцевальные этюды.

1.5.2 Средняя группа

1. Коллективно-порядковые навыки и умения:

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- маршировать вместе со всеми и индивидуально;
- выполнять основные движения (ходьба и бег) в умеренном и быстром темпе;

2. Музыкально-ритмические навыки и умения:

- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки, платочки).

3. Навыки и умения выразительного движения:

- слушать танцевальную мелодию до конца, узнавать знакомые мелодии;
- замечать изменения в звучании мелодии (тихо – громко);
- выполнять танцевальные движения: притопывать попеременно двумя ногами и одной ногой, кружиться в парах, выполнять прямой галоп, двигаться под музыку с предметами (флажки, листочки, веточки и т.п.), игрушками, без них;
- передавать игровые и сказочные образы: идет медведь, крадется кошка, бегают мышата, скачет зайка, ходит петушок, клюют зернышки цыплята, летают птички, едут машины, летят самолеты, идет коза рогатая и др.;
- приветствовать учителя («Поклон – приветствие»);

1.5.3 Старшая группа

1. Коллективно-порядковые навыки и умения:

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;
- приветствовать учителя;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»;
- выполнять бег: легкий и стремительный;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий;
- ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, их круга.

2. Музыкально-ритмические навыки и умения:

- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки), согласовывая их с характером музыки.

3. Навыки и умения выразительного движения:

- творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, импровизациях, играх;
- бегать с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;
- двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами;
- бегать на полупальцах;
- внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выразить свои чувства словами, рисунками, движением;
- узнавать плясовые движения по мелодии;

- выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;
- выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах;
- ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга в рассыпную и обратно, подскоки;
- выполнять элементы польки
- выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, тюбетейками, цветами);
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»).

1.6 Принципы построения программы

- Принцип научности;
- Принцип комплексности;
- Принцип последовательности;
- Принцип доступности;
- Принцип сочетания индивидуального и комплексного образования;
- Принцип активной деятельности учащихся;
- Принцип гуманистической направленности;
- Принцип связи теории с практикой;
- Принцип преемственности;
- Принцип единства эмоционального и сознательного.

Раздел 2 Организационный

2.1. Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы.

Содержание программы представлено для детей в возрасте 4-7 лет.

2.2 Сроки реализации дополнительной образовательной программы.

Программа составлена с учетом СанПиН 2.4.4.3172-14 по дополнительному образованию детей и рассчитана на 1 год для детей от 4 до 7 лет.

Занятия осуществляются с учетом возрастных особенностей детей.

Длительность занятий составляет

- в младшей группе - 20 минут,
- в средней группе - 25 минут,
- в старшей группе - 30 минут.

2.3. Формы подведения итогов реализации программы:

Открытые уроки для родителей, сотрудников МДОУ – декабрь, май.

Участие в конкурсах.

Раздел 3. Содержательный.

3.1 Формы и режим занятий

Основной формой организации образовательного процесса является занятие в группе. Возможные виды занятий: традиционное практическое занятие, теоретическое занятие, игра, комбинированное занятие, праздник, конкурс, фестиваль, творческая встреча, концерт, репетиция и т.д.

Форма организации деятельности на занятии: индивидуально-групповая.

Процесс обучения происходит очень динамично, со сменой различных ритмов и танцев, импровизацией движений и танцевальных игр. Учитывая отсутствие у основной массы детей достаточного уровня физической подготовки, программа предусматривает упражнения, укрепляющие мышечный аппарат и вырабатывающий правильную осанку. Наряду с этим включаются упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие.

Значительная часть программы посвящена азбуке музыкального движения. Это различные виды шагов, знакомство с рисунком танца, упражнения и игры, развивающие гибкость, музыкальность, координацию, что подготавливает детей к исполнению более сложных элементов. Наряду с этим в программу включены сюжетные и игровые танцы, развивающие в детях эмоциональность, воображение, актерское мастерство.

Для достижения цели программы необходимо опираться на следующие основные принципы: постепенность в развитии природных способностей детей; последовательность в овладении танцевальными движениями, систематичность и регулярность занятий.

3.2 Структура занятия состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.

3.3 Методические приемы:

- показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
- выразительное исполнение движения под музыку;
- словесное пояснение выполнения движения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- творческие задания.

3.4 Учебный план.

Возрастная группа	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в месяц	Кол-во занятий в год
младшая	2	8	68
средняя	2	8	68
старшая	2	8	68
Итого	6	24	204

Количество занятий может быть сокращено в связи с зимними каникулами (январь) и большим количеством праздничных дней в месяце (май).

В программе образовательный процесс построен в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14. Занятия проводятся в музыкальном зале ДОУ в соответствии с расписанием, которое составляется в начале учебного года, утверждается заведующим ДОУ и заверяется печатью.

Учебный год начинается 15 сентября и заканчивается 31 мая текущего года.

3.5. Учебно-тематический план

Содержание программы

3.5.1 Содержание программы Младшая группа (4-5 лет)

	Программное содержание	Задачи
Сентябрь 1 – 2 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Знакомство с детьми. ✓ Приветствие. ✓ Основные правила поведения в танцевальном зале. Постановка корпуса. Положение рук на талии, свободная позиция ног. ✓ Танцевальный шаг с носка. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать интерес к занятиям. - Формировать общую культуру личности ребенка; - формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног. - Обучить детей танцевальному шагу с носка.
Сентябрь 3 – 4 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Марш по кругу. ✓ Различный по характеру бег. ✓ Шаги на полупальцах, на пятках. ✓ Шаги с высоко поднятыми коленями. ✓ Шаги на внешней стороне стопы. ✓ Различные прыжки. ✓ Музыкально – подвижная игра «Замри». Педагог включает энергичную музыку. Дети танцуют под неё. Как только музыка выключается, дети замирают в позе животного, который обитает в зоопарке, а педагог отгадывает. В дальнейшем, педагог выбирает ребенка, который отгадывает. 	<ul style="list-style-type: none"> - разогреть мышцы. - укреплять мышцы туловища, ног, спины; - прививать привычку при любом движении держать правильное положение корпуса «прямая осанка»; - развивать пластичность, ориентировку в пространстве, координацию движений.
Сентябрь 5 – 6 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Марш по кругу. ✓ Различный по характеру бег. ✓ Шаги на полупальцах, на пятках. ✓ Шаги с высоко поднятыми коленями. ✓ Шаги на внешней стороне стопы. ✓ Различные прыжки. ✓ Танец «Цыплята». Азербайджанская народная песня. <p style="text-align: center;"><i>Описание танца</i></p> <p>1 куплет Мелкий семенящий бег друг за другом по кругу, руки – «крылышки».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - разогреть мышцы. - укреплять мышцы туловища, ног, спины; - прививать привычку при любом движении держать правильное положение корпуса «прямая осанка»; - развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой.

	<p>Припев: И. П. – стоя, руки внизу. 1 – 2 фраза – маховые движения руками перед собой, вверх – вниз. Повторить эти движения 4 раза. На слова «Ой, мои...» - маховые движения руками через стороны. «Вы, цыплятки» - руки опустить, покачать головой. На повторение музыки и слов движения соответственно повторяются. На слова «Вы пушистые комочки» - кружение на носках на месте, руки внизу, кисти слегка отведены. 2 куплет Повторение движений 1 куплета (только бег в другую сторону). Припев: движения повторяются. 3 куплет Сидя на полу, клюют зернышки. В конце, из положения сидя «вырастают». Музыкально – подвижная игра «Замри».</p>	
<p>Октябрь 1 – 2 занятие</p>	<p>✓ Упражнение «Поезд». Дети стоят в колонне, положив руки на плечи впереди стоящего. Направляющий – паровозик, руки согнуты в локтях. «Поезд» двигается по кругу. ✓ Изображаем лесных зверей, которых знаем, как изобразить Мишка (ходьба на внутренней и внешней стороне стопы), зайчик (прыжки), Лиса (мягкий шаг).</p> <p>« У ЖИРАФОВ» У жирафов пятна, пятна Пятна, пятнышки везде (2раза) <i>Дети хлопают ладошками по всему телу (пятна)</i> Припев: На лбу, ушах, на шее, на локтях, Есть на носках, на животах, коленях и носках <i>Показывают пальцами соответствующие части тела</i> У слонов есть складки, складки, Складки, складочки везде (2раза) Припев: тот же. <i>Щиплют себя («собирают складки»)</i> А у зебры есть полоски, Есть полосочки везде (2 раза) <i>Проводят пальцами или ребром ладони по телу («полоски»)</i> Припев: тот же. ✓ Упражнение «Волшебный самолет». Мы ручками похлопаем – Хлоп – хлоп – хлоп, Мы ножками потопаем – Топ – топ – топ, Мы руки все подняли и дружно опустили. И сели все в волшебный самолет (руки, согнутые в локтях, перед грудью) Завели мотор – жжжжжжжж (крутим медленно руками</p>	<p>- Формировать правильную осанку; - развивать пластику движений, посредством подражания животным; - научить передавать заданный образ.</p>

	<p>перед грудью, увеличивая темп) Самолет летит, а мотор гудит – уууууууууууу (руки в стороны, поочередные наклоны влево и вправо).</p>	
<p>Октябрь 3 – 4 занятие</p>	<p>✓ Повторить занятие 3 – 4 (сентябрь). ✓ «Заячья зарядка» Скачут, скачут во лесочке (прыжки на месте) Зайцы - серые клубочки. (руки возле груди, как лапки у зайцев, прыжки) Прыг- скок, прыг- скок - (прыжки вперед-назад, вперед-назад) Стал зайчонок на пенёк, (встать прямо, руки на пояс) Всех построил по порядку, (повернули туловище вправо, правую руку в сторону, затем влево и левую руку в сторону) Стал показывать зарядку. Раз! Шагают все на месте, (шаги на месте) Два! Руками машут вместе, (руки перед собой, выполняем движение "ножницы") Три! Присели, дружно встали, (присесть, встать) Все за ушком почесали, (почесать за ухом) На "четыре" потянулись, (руки вверх, затем на пояс) Пять! Прогнулись и нагнулись, (прогнуться, наклониться вперед) Шесть! Все встали снова в ряд, (встать прямо, руки опустить) Зашагали как отряд, (шаги на месте). ✓ Поднимание рук – на вдохе. Свободное опускание рук - на выдохе. <i>Речитатив:</i> Носом - вдох, А выдох – ртом. Дышим глубже, А потом – Марш на месте, Не спеша, Коль погода хороша!</p>	<p>- разогреть мышцы. - укреплять мышцы туловища, ног, спины; - прививать привычку при любом движении держать правильное положение корпуса «прямая осанка»; - развивать пластичность, ориентировку в пространстве, координацию движений.</p>
<p>Октябрь 5 – 6 занятие</p>	<p>✓ Повторить 1 – 2 занятие (октябрь). ✓ Танец «Плюшевый медвежонок». См. «Ритмическая мозаика» А. И. Буренина</p>	<p>- развитие чувства ритма, выразительности движений.</p>
<p>Октябрь 7 – 8 занятие</p>	<p>✓ Повторить 3 – 4 занятие (октябрь). ✓ Танец Плюшевый медвежонок». ✓ Танец «Виноватая тучка» Вступление - идут за руки по кругу. злую тучку наказали - грозим пальцем и она заплакала - трем кулачками глаза кап-кап-кап, дождик пошел - топают по очереди ногами и хлопают в ладоши мышы - обнимают плечи руками и на месте бегут птицы - руками машут, как крыльями кап-кап-кап дождик пошел - движения те же</p>	<p>- совершенствовать исполнение выученных движений; - прививать привычку при любом движении держать правильное положение корпуса «прямая осанка».</p>

	<p>пес по имени Барбос- по кругу на носочках друг за другом. руки поджаты и согнуты в локтях, на словах кап-кап-кап продолжают бежать.</p> <p>ну а мы с тобой не тужим - останавливаются, выставление ноги на пятку, руки на поясе</p> <p>шлеп – шлеп – шлеп - ритмично хлопают, проговаривая слова</p> <p>шлеп-шлеп-шлеп дождик идет - топают ножками и хлопают в ладоши, тучку бедную постили, тучку с миром отпустили – машут рукой одной, затем другой (жест прощания).</p> <p>✓ Игра «Ходим, ходим, ходим – стоп». См. Е. С. Железнова.</p>	
<p>Ноябрь 1 – 2 занятие</p>	<p>✓ Разминка.</p> <p>✓ Марш по кругу.</p> <p>✓ Шаги на полупальцах, на пятках.</p> <p>✓ Шаги с высоко поднятыми коленями.</p> <p>✓ Шаги на внешней стороне стопы.</p> <p>✓ Различные прыжки</p> <p>✓ «Танцуем» на месте</p> <p>И. п. – ноги находятся в 1 полувыворотной позиции. Руки направлены в стороны, согнуты в локтях параллельно голове.</p> <p>На «раз» - согнуть правую ногу в колене, левая нога остается ровная.</p> <p>На «и» - нога возвращается в и.п.</p> <p>На «два» - согнуть левую ногу в колене, правая нога остается ровная.</p> <p>На «и» - нога возвращается в и.п.</p> <p>Пружинка;</p> <p>Хлопки;</p> <p>Пружинка + хлопки;</p> <p>Поворот вокруг себя на полупальцах;</p> <p>Бег на полупальцах.</p> <p>✓ Танец «Волшебный цветок». Музыка Ю. Чичкова. См. Буренина А. И. (упрощенный вариант, без перестроений).</p> <p>✓ Танец «Виноватая тучка»</p>	<p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>- Развитие музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, а также мягкости и пластичности рук.</p>
<p>Ноябрь 3 – 4 занятие</p>	<p>✓ Разминка.</p> <p>✓ Упражнение «Поезд».</p> <p>✓ Упражнение «Автобус»</p> <p>(1) Вот мы в автобусе сидим И сидим, и сидим 1 – шаги по кругу</p> <p>(2) И из окошечка глядим Всё глядим! 2 - смыкаем пальцы рук «окошечком», смотрим в него, поворачиваясь в одну и в другую стороны</p> <p>(3) Глядим назад, глядим вперёд Вот так вот, вот так вот</p> <p>3 – «скручивания» в одну и другую сторону, смотрим из-под ладони</p>	<p>- совершенствовать исполнение выученных движений.</p> <p>- Формировать умение слушать музыку.</p> <p>- Развить чувство ритма.</p>

	<p>(4)Ну что ж автобус не везёт Не везёт? 4 - пожимаем плечами. (5)Колёса закружились Вот так вот, вот так вот Вперёд мы покатались Вот так вот! 5 - выполняем круговые движения руками впереди от себя (6)А щётки по стеклу шуршат Вжик-вжик-вжик, вжик-вжик-вжик Все капельки смести хотят Вжик-вжик-вжик! 6 - качаем согнутыми в локтях руками перед лицом (имитируем движение «дворников»).</p> <p>(7)И мы не просто так сидим Бип-бип-бип, Бип-бип-бип, Мы громко-громко все гудим Бип-бип-бип! 7 - «крутим руль» и библикаем. (8)Пускай автобус нас трясёт Вот так вот, вот так вот Мы едем-едем всё вперёд Вот так вот! 8- прыжки на месте. ✓ Упражнение «Лошадки» Дети двигаются под музыку по кругу с высоким подниманием колен. ✓ Упражнение «Волшебный самолет»</p>	
<p>Ноябрь 5 – 6 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом. ✓ Повторить 1 – 2 занятие (ноябрь). ✓ Музыкально – подвижная игра «Чух – чух, паровозик». Дети стоят в колонне, положив руки на плечи впереди стоящего. Направляющий – паровозик, руки согнуты в локтях. «Поезд» двигается по кругу. Дети выполняют движения по тексту. 	<ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ориентироваться в пространстве - научить перестраиваться из одного рисунка в другой - совершенствовать исполнение выученных движений.
<p>Ноябрь 7 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Показательное занятие для родителей «Путешествие в волшебный лес». См. в приложении. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - совершенствовать исполнение выученных движений.
<p>Декабрь 1 – 2 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Ходьба друг за другом. ✓ Ходьба с высоким подниманием ног. ✓ Семенящий шаг. ✓ Шаги на носочках, руки подняты вверх. ✓ На пяточках, руки полочкой сзади. 	<ul style="list-style-type: none"> - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта.

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Боком, шаг-приставка. ✓ Ходьба на четвереньках. ✓ Бег по кругу. ✓ Упражнение «Заячья зарядка». ✓ Танец «Цыплята» ✓ Игра «Ходим – ходим – ходим, стоп!» 	
Декабрь 3 – 4 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Повторить 1 – 2 занятие (декабрь). ✓ Пляска Поплясать становись». См. Железнова Е. С. ✓ Музыкально-подвижная игра «Эхо». Педагог показывает движения детям, дети повторяют: <ul style="list-style-type: none"> ○ Четыре хлопка на каждый счет; ○ Один хлопок на два счета и еще один хлопок на два; ○ Четыре хлопка на каждый счет; ○ Один хлопок, и держать ладони вместе на четыре. 	<ul style="list-style-type: none"> - Развить музыкальный слух и чувства ритма - Учить правильной осанке при исполнении движений.
Декабрь 5 – 6 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Повторить 3 – 4 занятие (декабрь). ✓ Музыкально – подвижная игра «Замри» 	<ul style="list-style-type: none"> -Развить музыкальный слух и чувства ритма. -Обучить детей танцевальным движениям. - Развивать координацию движений. -научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.
Декабрь 7 – 8 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Хлопки в ладоши - простые и ритмические. <p>Положение рук перед собой, вверх, внизу справа, слева, на уровне головы.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ «Пружинка» - легкое приседание. ✓ Пляска «Поплясать становись» ✓ Музыкально – подвижная игра «Эхо» 	<ul style="list-style-type: none"> - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.
Январь 1 – 2 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Топающий шаг на всей стопе. ✓ Марш. ✓ Мягкий шаг на низких полупальцах. ✓ Прыжки на двух ногах в продвижении. ✓ Широкий шаг. ✓ Легкий бег. ✓ «Паучок» (игровой массаж) <p>Паучок ходил по ветке А за ним ходили детки <i>(одна из ручек - веточка, её вытягиваем вперед, пальцы растопырены. Вторая ручка – паучок, который гуляет по ветке).</i> «Паучок» бегаем от кисти до предплечья. Дождик с неба вдруг полил, Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающие</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Обучить детей танцевальным движениям. - Обогащение двигательного опыта.

	<p><i>движения (дождик)</i> Паучков на землю смыл. <i>Хлопаем ладонями по коленям.</i> Солнце стало пригревать <i>Руками изображаем лучики солнца.</i> Паучок ползет опять <i>Действия, как в первой строчке.</i> А за ним ползут все детки, Чтобы погулять по ветке! ✓ Ритмический танец «Танец утят» (французская народная песня). И.П. – стойка руки согнуты в стороны, ладонями вперед, лицом в круг. А. 1-4 – четыре раза согнуть пальцы в кулачок («клювики») 5-8 – четыре раза поднять и опустить локти вниз («крылышки») Б. 1-4 – приседая и вставая, четыре раза колени вправо – влево («хвостики») 5-8 – четыре хлопка перед собой. В – Г – повторить движения частей А – Б. Припев. А. 1-8 – восемь подскоков по кругу, держась за руки. Б. – повторить движения части А. В – Г – повторить движения частей А – Б в другую сторону.</p>	
<p>Январь 3 – 4 занятие</p>	<p>✓ Разминка. ✓ Ритмический танец «Танец утят». ✓ Под тихую музыку дети выполняют движения по тексту, импровизируя по-своему движения, а затем лежат на спине, расслабив мышцы рук, ног и закрыв глаза. <i>Музыкальное сопровождение – любая спокойная мелодия по выбору педагога.</i> Осторожно, словно кошки, До дивана от окошка. На носочках я пройду, Лягу и в кольцо свернусь... А теперь пора проснуться, Распрячься, потянуться, Я легко с дивана прыгну, Спинку я дугою выгну. А теперь крадусь, как кошка. Спинку я прогну немножко, А из блюдца с молочком Полакаю язычком. Лапкой грудку и животик Я помою, словно котик, И опять свернусь колечком, Белый кот у теплой печки. ✓ Музыкально – подвижная игра «Чух – чух, паровозик».</p>	<p>- Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - развивать музыкально-ритмические навыки, танцевальную память.</p>

<p>Январь 5 – 6 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Повторить 3 – 4 занятие (январь). ✓ Коммуникативная игра «Два кота» <p><i>Выполняется без музыкального сопровождения.</i></p> <p>Та - та, два кота - Восемь лапок, два хвоста. Восемь лапок, два хвоста. <i>Стоят парами по кругу, лицом друг к другу, марш на месте.</i></p> <p>Серый кот в чулане, Все усы в сметане. <i>Хлопок в ладоши, хлопок обеими ладонями по ладоням соседа.</i></p> <p>Черный кот полез в подвал И мышонка там поймал. <i>В позиции рук «лодочка» выполняют – кружение.</i> <i>По окончании игры обнимают друг друга.</i></p>	<p>- способствовать развитию творческих способностей, воображения, фантазии.</p> <p>- научить передавать заданный образ.</p>
<p>Январь 7 – 8 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Повторить 5 – 6 занятие (январь) 	<p>- способствовать развитию творческих способностей, воображения, фантазии.</p> <p>- научить передавать заданный образ.</p>
<p>Февраль 1 – 2 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Упражнение «Ножки, ножки, вы куда бежите». ✓ Танцевальный этюд «Веселые котята». <p><i>Исполняется на мотив «Если весело живется...»</i></p> <p>Дети выполняют ранее изученные движения, и. п. – стоя по кругу.</p> <p>Педагог поет песню:</p> <p>Если кушаешь ты рыбку, <i>Марш на месте,</i> Делай так: «Мур - мур!» - 2 раза. <i>«умываются»</i> <i>правой «лапкой», левой.</i></p> <p>Если кушаешь ты рыбку, <i>Идут по кругу,</i> <i>руки на поясе,</i> То не прячь в усах улыбку,</p> <p>Если кушаешь ты рыбку, Делай так: «Мур - мур!»</p> <p>Если пес полез кусаться, <i>Марш на месте,</i> Делай так: «Фыр - фыр!» - 2 раза. <i>«Пружинка», руки</i> <i>на поясе.</i></p> <p>Если пес полез кусаться, <i>Идут по кругу,</i> <i>руки на поясе,</i> Приготовься защищаться,</p> <p>Если пес полез кусаться, Делай так: «Фыр - фыр!»</p> <p>Если киска схватит мышку, <i>Марш на месте.</i> Делай так: «Цап - цап!» - 2 раза. <i>Хлопки в ладони.</i></p> <p>Если киска схватит мышку, <i>Идут по кругу,</i> <i>руки на поясе,</i> Дай за это ей сосиску.</p>	<p>-развивать музыкально-ритмические навыки, танцевальную память.</p> <p>-закрепить выполнение упражнений в разминке.</p> <p>-научить передавать заданный образ.</p>

	<p>Если киска схватит мышку, Делай так: «Цап - цап!» Если любят кошку люди, Делай так: «Кис - кис» - 2 раза. <i>Мари на месте.</i> <i>Плавные</i> <i>движения руками «волны».</i> Если любят кошку люди, <i>Идут по кругу,</i> <i>руки на поясе,</i> Кошка верным другом будет, Если любят кошку люди, Делай так: «Кис - кис!»</p>	
Февраль 3 – 4 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Ритмические хлопки в ладоши. ✓ Танец «Рыбачок» (муз.М.Старокадомского, песня «Любитель – рыболов»).См.Буренина А.И. ✓ Танец «Цыплята» ✓ Коммуникативная игра «Два кота» 	<ul style="list-style-type: none"> - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Развить чувство ритма. - Обучить детей танцевальным движениям.
Февраль 5 – 6 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Ритмические хлопки в ладоши. ✓ Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо» <p>Танцующие стоят в кругу, взявшись за руки. Ребята поют песенку и выполняют те движения, о которых поют: Мы пойдем сначала вправо: раз, два, три! А потом пойдем налево:раз, два, три! А потом все соберемся: раз, два, три!<i>(идут в круг).</i> А потом все разойдемся: раз, два, три!<i>(идут из круга).</i> А потом мы все присядем: раз, два, три!<i>(приседают)</i> А потом все дружно встанем: раз, два, три!<i>(встают)</i> А потом мы все станцуем: раз, два, три! А потом еще станцуем: раз, два. Три!<i>(выполняют произвольные движения)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Танец «Рыбачок» ✓ Под тихую музыку дети выполняют движения по тексту, импровизируя по-своему движения, а затем лежат на спине, расслабив мышцы рук, ног и закрыв глаза. <p><i>Музыкальное сопровождение – любая спокойная мелодия по выбору педагога.</i> Осторожно, словно кошки, До дивана от окошка. На носочках я пройдусь, Лягу и в кольцо свернусь... А теперь пора проснуться, Распрямиться, потянуться, Я легко с дивана спрыгну, Спинку я дугою выгну. А теперь крадусь, как кошка. Спинку я прогну немножко, А из блюдца с молочком Полакаю язычком. Лапкой грудку и животик</p>	<ul style="list-style-type: none"> - научить импровизировать. - формировать правильную осанку. - научить передавать заданный образ.

	Я помою, словно котик, И опять свернусь колечком, Белый кот у теплой печки.	
Февраль 7 – 8 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо» ✓ Танцевальный этюд «Веселые котята» 	<ul style="list-style-type: none"> - Развить чувство ритма. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
Март 1 – 2 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Топающий шаг. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз, кружение в паре. ✓ Танец «Цыплята» ✓ Музыкально – подвижная игра «Совушка» <p>Выбирается водящий – Совушка. Ее гнездо находится в стороне от площадки. Играющие стоят на площадке. Совушка сидит в гнезде.</p> <p>По сигналу руководителя – «День наступает – все оживает» - дети ходят, бегают, подражают полету бабочек, птиц, жуков. По сигналу: «Ночь наступает – все замирает» играющие замирают, останавливаясь в той позе, в которой их застал сигнал. Совушка выходит охотиться и шевельнувшихся уводит в гнездо.</p> <p>Играющие опять оживают. Совушка меняется через две-три игры. Игра проводится под музыку: «день...» - музыка звучит громко, «ночь...» - музыка звучит тихо.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Развить чувство ритма. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
Март 3 – 4 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Танец «Чебурашка» (муз. В. Шаинского) См. Буренина А.И. ✓ Шаг с носка, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги. ✓ Музыкально – подвижная игра «Совушка» 	<ul style="list-style-type: none"> - развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта. - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.
Март 5 – 6 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Повторить 5 – 6 занятие (февраль). 	<ul style="list-style-type: none"> - научить импровизировать. - формировать правильную осанку. - научить передавать заданный образ.
Март 7 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Танец «Рыбачок». ✓ Танец «Чебурашка». ✓ Пляска «Поплясать становись». ✓ Коммуникативная игра «Два кота» 	<ul style="list-style-type: none"> -Развивать координацию движений. - Развить чувство ритма.
Март 8 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Показательное занятие для родителей «Если весело живется...». См. в приложении. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить внимание, быстроту реакции.
Апрель 1 – 2 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка: - ходьба по скамейке; - различные прыжки; - переползания; - имитация движений руками. ✓ Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо» 	<ul style="list-style-type: none"> -содействовать развитию танцевальности, координации движений. -формировать правильную осанку.

<p>Апрель 3 – 4 занятие</p>	<p>✓ Разминка. ✓ «Сказочная зарядка»: <i>Упражнение «Перестроение»:</i> Слушай сказочный народ, Собираемся на сход. Поскорее в круг вставайте И зарядку начинайте!</p> <p><i>Упражнение «Потягивание»:</i> Потягушка, потянись! Поскорей, скорей проснись! День настал давным-давно, Он стучит в твое окно.</p> <p><i>Упражнение «Наклоны»:</i> Буратино потянулся, Раз прогнулся, два нагнулся, Зашагал и по порядку Начал делать он зарядку. <i>Упражнение «Царя Гороха», или упражнение для мышц шеи и туловища:</i> Давным-давно жил царь Горох И делал каждый день зарядку. Он головой крутил - вертел И танцевал вприсядку. Плечами уши доставал И сильно прогибался, Он руки к небу поднимал, За солнышко хватался.</p> <p><i>Упражнение «Дровосек»:</i> Чтобы лучше мне шагать, Сделаю зарядку: Помахая топором Я для вас, ребятки, Ноги в сторону поставлю, Вниз и вверх махну руками.</p> <p><i>Упражнение «Выпады»:</i> Иван – Царевич, вот герой! Смело он вступает в бой, Волшебным он взмахнет мечом, И змей – Горыныч нипочем. Сделал выпад раз и два – Отлетела голова. Еще выпад три – четыре – Отлетели остальные.</p> <p><i>Упражнение «Прыжки»:</i> Вот лягушка на дорожке – У нее озябли ножки. Чтобы ей помочь быстрее,</p>	<p>- развить внимание, быстроту реакции. - развитие точности и ловкости движений, умения координировать движения с музыкой.</p>
-------------------------------------	---	---

	<p>Мы попрыгаем за ней. Будем вместе с ней играть, Чтобы ей царевной стать.</p> <p><i>Упражнение «Потопаем»:</i> Шел король по лесу, по лесу, Нашел себе принцессу, принцессу. Давай с тобой попрыгаем, попрыгаем, Еще разок попрыгаем, попрыгаем И ручками похлопаем, похлопаем, И ножками потопаем, потопаем.</p>	
<p>Апрель 5 – 6 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Ритмические хлопки. ✓ Танец «Колючий ёжик» <p>И.п. – дети стоят по кругу, ноги вместе, руки на поясе. Вступление 1 – 8 такты – Выполняется пружинка на месте с разворотом корпуса вправо-влево. 9 – 16 такты – выполняются притопы на месте на каждый такт музыки. 17 – 20 такты – покачивание головой из стороны в сторону 1 куплет. 1 – 21 такт – дети двигаются по кругу, мелкими шагами. Во время движения голова наклоняется вправо-влево. Припев. 1 – 10 такт – поочередный вынос правой и левой ноги на каблук, голова наклоняется в сторону рабочей ноги. 11 – 17 такт – поворот вокруг себя мелкими переступаниями. Голова наклоняется вправо-влево. 18 такт – сесть на пол, ноги «спрятали» под себя. 2 куплет. 1 – 8 такт – на каждый счет качаем головой вправо-влево. 9 – 20 такт – пальчиком на каждый счет показываем «ну-ну-ну», сопровождая движения покачиванием головы. 21 такт – встать в и.п. Припев: тот же. 3 куплет. Повторить движения 1 куплета. Припев: тот же.</p>	<p>- развивать воображение, фантазию.</p> <p>- развить артистизм.</p>
<p>Апрель 7 – 8 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Танец «Колючий ёжик» ✓ Музыкально-подвижная игра «Эхо» . 	<p>- развивать воображение, фантазию.</p> <p>- развивать творческие способности детей.</p> <p>- подводить детей к самостоятельной смене движений вслед за изменением характера музыки.</p>

<p>Май 1 – 2 занятие</p>	<p>✓ Разминка. Ритмический танец полька «Старый жук» (музыка из кинофильма «Золушка»).</p> <p>И.П. – лицом в круг, стойка руки на пояс.</p> <p>А. 1 – правую ногу вперед на носок. 2 – притоп правой ноги. 3 – левую ногу вперед на носок. 4 – притоп левой ногой. 5-8 – повторить счет 1-4.</p> <p>Б. 1-3 – три шага вперед. 4 – приставить ногу. 5-7 – три хлопка в ладоши. 8 – руки на пояс.</p> <p>В. - повторить движения части А. Г. – повторить движения части Б, но шаги назад.</p> <p>Игра «Совушка» ✓</p>	<p>- Развить чувство ритма. - Обучить детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы.</p>
<p>Май 3 – 4 занятие</p>	<p>✓ Разминка. ✓ «Сказочная зарядка». ✓ Танец «Колючий ёжик» ✓ Ритмический танец «Мы пойдём сначала вправо».</p>	<p>- Продолжить обучать детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Развивать координацию движений. - формировать умение ориентироваться в пространстве</p>
<p>Май 5 – 6 занятие</p>	<p>✓ Разминка. ✓ Ритмический танец полька «Старый жук» (музыка из кинофильма «Золушка»).</p> <p>✓ Имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа. На четыре счета - вдох, на четыре счета -выдох.</p> <p><i>Речитатив:</i> Руки к солнцу поднимаю И вздыхаю, и вздыхаю. Опускаю руки вниз, Выдох – паровоза свист. На четыре – вдох глубокий, На четыре – выдох. Раз, два, три, четыре, Раз, два, три, четыре.</p>	<p>-Продолжить обучать детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений.</p>
<p>Май 7 занятие</p>	<p>✓ Разминка. ✓ Повторение пройденного материала. ✓ Имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа. На четыре счета - вдох, на четыре счета -выдох.</p> <p><i>Речитатив:</i> Руки к солнцу поднимаю</p>	<p>- развивать воображение, фантазию. - развить артистизм.</p>

	И вздыхаю, и вздыхаю. Опускаю руки вниз, Выдох – паровоза свист. На четыре – вдох глубокий, На четыре – выдох. Раз, два, три, четыре, Раз, два, три, четыре.	
Май 8 занятие	✓ Показательное занятие для родителей « «В мире много сказок». См. в приложении.	

Содержание программы

3.5.2 Старшая группа (5-6 лет)

	Программное содержание	Задачи
Сентябрь 1 – 2 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. ✓ Игра «Переключка – путанка». <p>Правила игры: Ведущий называет фамилии и имена присутствующих, путая при этом, то имя, то фамилию (имя называется правильно, фамилия – нет, фамилия правильна, имя не то). Дети внимательно слушают и откликаются только тогда, когда правильно названы и имя, и фамилия.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать общую культуру личности ребенка; - вспомнить, закрепить материал прошлого года. - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать. - развитие произвольного внимания, закрепление знакомства.
Сентябрь 3 – 4- занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Нам лениться не годится <p>Помните, ребята! Даже птицы, даже звери Делают зарядку. Все движения разминки Повторите без заминки!</p> <p>День – день, день – день Начинаем новый день (марш на месте) Дили, Дили, Дили, Дили Колокольчики будили (руки на поясе, повороты влево – вправо) Всех зайчат, всех ежат. (наклоны вправо – влево) И воробушек проснулся (прыжки на месте) И зайчонок встрепенулся (пружинка). На зарядку, кто вприпрыжку, кто вприсядку (наклоны головы) Через поле напрямик</p>	<ul style="list-style-type: none"> - разогреть мышцы; - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - формировать правильную осанку. - развитие внимания, быстроты реакции.

	<p>Прыг – прыг – прыг – прыг (прыжки на месте).</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Игра «Переключка – путанка» ✓ Игра «Передай игрушку по кругу» <p>Правила игры: Дети стоят по кругу. По кругу пускают игрушку (мяч), под музыку. Музыка выключается. У кого игрушка остается в руках, тот называет свое имя, выходит в центр круга и танцует под музыку.</p>	
<p>Сентябрь 5 – 6 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка ✓ Имитационные, образные упражнения Над цветком порхает, пляшет. Веерком узорным машет. (упражнение «бабочка»). Ты беседуй чаще с ней Станешь в четверо умней. (упражнение «книжка»). Платья носит, Есть не просит, Всегда послушна Но с ней не скучно. (упражнение «кукла»). ✓ Игра «Переключка – путанка» ✓ Игра «Передай игрушку по кругу» 	<ul style="list-style-type: none"> - формировать правильное исполнение танцевальных движений. - Научить правильно исполнять движения.
<p>Октябрь 1 – 2 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка на середине зала: Чтоб красиво нам ходить, Надо мышцы укрепить, Живот и спинку подкачаем, Осанку гордую поставим. - наклоны головы; - движения плечами; - движения рук; - движения корпуса; - движения ног; - прыжки; - упражнения на восстановление дыхания. ✓ Танец «Разноцветная игра» (см. Буренина А.И., «Ритмическая мозаика»). ✓ Музыкально – подвижная игра «Замри». Педагог включает энергичную музыку. Дети танцуют под неё. Как только музыка выключается, дети замирают в позе животного, который обитает в зоопарке, а педагог отгадывает. В дальнейшем, педагог выбирает ребенка, который отгадывает. 	<ul style="list-style-type: none"> -развить чувство ритма. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.
<p>Октябрь 3 – 4 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка по кругу: 	<ul style="list-style-type: none"> - Обучить детей танцевальным движениям.

	<ul style="list-style-type: none"> - марш; - различная ходьба; - бег разного характера; - шаг галопа вперед и в сторону; - шаг польки; - шаг с подскоком; - упражнения на восстановление дыхания. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Танец «Белочка» (см. Буренина А.И., «Ритмическая мозаика»). ✓ Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма.
Октябрь 5 – 6 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка на середине зала. ✓ Танец «Разноцветная игра». ✓ Танец «Белочка». ✓ Игра «Передай игрушку по кругу» 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма.
Октябрь 7 – 8 - занятие	Повторить 3 – 4 – занятие (октябрь)	- Учить правильной осанке при исполнении движений.
Ноябрь 1 – 2 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка на середине зала. ✓ «Танец комара» (под любую веселую музыку) <p>И.п. – ноги вместе, руки на поясе. Дети выполняют имитационные движения. «ловят комарика» - два хлопка над головой, два – внизу; «слушают» - руки сложены вместе, ладошка к ладошке, сложенные руки подносят сначала к правому уху, затем – левому(4 раза); «сдуваю комарика» - рука согнута в локте, ладошка смотрит вверх, дети дуют на правую ладошку (4 раза), затем на левую (4 раза); «стряхиваю комарика» - положение рук тоже, дети пальчиками стряхивают воображаемого комара с ладошки; В конце танца машут улетающему комарику (жест прощания).</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Музыкально – подвижная игра «Замри». 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. -Развить чувство ритма. - научить передавать заданный образ.
Ноябрь 3 – 4 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Стирка» (любая веселая музыка) <ul style="list-style-type: none"> - стираем на стиральной доске 4 раза; - полощем 4 раза; - выжимаем 4 раза; - стряхиваем воду с рук: <ul style="list-style-type: none"> - внизу 2 раза; - наверху 2 раза; - вытираем со лба пот 4 раза. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Свободное раскачивание руками при поворотах 	<ul style="list-style-type: none"> - научить передавать заданный образ. - Развить чувство ритма.

	<p>туловища. <i>Речитатив:</i> Шалтай – Болтай Сидит на стене, Шалтай – Болтай Свалился во сне.</p>	
<p>Ноябрь 5 – 6 - занятие</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ «Танец комара» ✓ Танец «Стирка» ✓ Свободное раскачивание руками при поворотах</p> <p>туловища. <i>Речитатив:</i> Шалтай – Болтай Сидит на стене, Шалтай – Болтай Свалился во сне.</p>	<p>- формировать правильную осанку. - формировать правильное исполнение танцевальных движений.</p>
<p>Ноябрь 7 – 8 - занятие</p>	<p>ОТКРЫТОЕ ЗАНЯТИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка на середине зала и по кругу. ✓ Танец «Разноцветная игра» ✓ Танец «Белочка» ✓ «Танец комара» ✓ Танец «Стирка» ✓ Игра «Передай игрушку по кругу» ✓ Музыкально – подвижная игра «Замри» ✓ Свободное раскачивание руками при поворотах</p> <p>туловища. <i>Речитатив:</i> Шалтай – Болтай Сидит на стене, Шалтай – Болтай Свалился во сне.</p>	<p>- Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.</p>
<p>Декабрь 1 – 2 - занятие</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Птичка польку танцевала» (см. Буренина А.И., «Ритмическая мозаика»); ✓ Игра «Птички и ворона» (см. Буренина А.И., «Ритмическая мозаика»).</p>	<p>Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>
<p>Декабрь 3 – 4 - занятие</p>	<p>✓ Разминка. ✓ Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками: Взмахи лентой вверх – вниз; Круги лентой в лицевой и боковой плоскостях; Горизонтальные и вертикальные «змейки» лентой. ✓ Потряхивание ногами в положении стоя.</p>	<p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p>
<p>Декабрь</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики).</p>	<p>- формировать правильное исполнение</p>

<p>5 – 6 - занятие</p>	<p>✓ Разминка. ✓ Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками: Взмахи лентой вверх – вниз; Круги лентой в лицевой и боковой плоскостях; Горизонтальные и вертикальные «змейки» лентой. ✓ Танец «Зимний сад» (авторская постановка) (Песня «Зимний сад» в исполнении группы «Премьер – министр») Вступление. Дети выбегают по линиям и садятся на свои места, на колени, в шахматном порядке. В каждой руке – по ленточке (можно использовать мишуру или султанчики). 1 куплет. 1 – 16 - Поочередные взмахи лентой вверх – вниз, затем вместе (2 раза), после второго раза дети поднимаются на ноги. Припев. 1 – 8 - Вертикальные «змейки» лентой; 1 – 8 - Качания с ноги на ногу, руки находятся внизу. 2 куплет. 1 – 16 – бег по кругу; 1 – 16 – сходятся в центр круга, руки медленно поднимая наверх, и расходятся на свои места, опуская руки вниз. Припев. Движения те же, только дети стоят в кругу. Проигрыш. Дети бегут на свои места, садятся на колени. 3 куплет. 1 – 16 – взмахи лентами вверх, на последнем взмахе встают на ноги; 1 – 16 – качание с ноги на ногу, руки подняты вверх, махи ленточками. Припев. Движения те же. В конце дети выполняют поворот вокруг себя, садятся на колени, опустив голову вниз.</p>	<p>танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Обучить детей танцевальным движениям.</p>
<p>Декабрь 7 – 8 - занятие</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Зимний сад» ✓ Игра «Северный и южный ветер». Играющие располагаются свободно по площадке. Выбираются двое водящих, одному дается синий платочек или ленточка, другому красный. Тот, у кого синий платочек («северный ветер»), пятнает детей, и они остаются на месте – их «заморозили», а водящий с красным платочком («южный ветер») дотрагивается до «замороженных» детей и они, «оттаивая», снова включаются в игру. Водящих может быть разное количество детей – двое с синим платочком и один – с красным, и т.д.</p>	<p>- закрепить выполнение танца «Зимний сад». - способствовать развитию быстроты и ориентировки в пространстве.</p>

<p>Январь 1 – 2 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Танцуйте сидя» (см. Буренина А.И., «Ритмическая мозаика»). ✓ Игра «Северный и южный ветер». <ul style="list-style-type: none"> ✓ Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят». <p>И.п. – сед на пятках, руки вниз. 1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох). ✓ 3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»).</p>	<p>- развить чувство ритма. - Научить правильно исполнять движения. - Обучить детей танцевальным движениям.</p>
<p>Январь 3 – 4 – занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Образная композиция «Ожившая кукла» (в исполнении Н.Королевой) <p>1 куплет. Правую руку резко поднять вправо вперед. Левую руку резко поднять вперед. Правую руку резко опустить в и.п. Левую руку в и.п. Резкий наклон вперед. Покачивание рук вправо и влево, находясь в наклоне. Припев. 8 наклонов вперед с противоположным движением рук; 2 поклона; Поворот вокруг себя на прямых ногах. Проигрыш. Покачивание вправо – влево на прямых ногах. 2 куплет. 4 раза - подтягивание вправо и влево (руки в стороны); На слова «Эй, там наверху» - руки вверх, резкий наклон вниз, руки расслаблены и раскачивание рук в наклоне. Припев. Движения те же. 3 куплет. Руки поочередно вперед, в сторону, вниз; 2 раза - резкое поднятие правой ноги и левой руки вперед, и наоборот. Припев. Движения те же.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят». <p>И.п. – сед на пятках, руки вниз. 1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох). 3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»).</p>	<p>- Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям.</p>
<p>Январь 5 – 6 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. 	<p>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Танец «Птичка польку танцевала». ✓ Танец «Танцуйте сидя». ✓ Игра «Птички и ворона». ✓ Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят». <p>И.п. – сед на пятках, руки вниз. 1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох). 3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.
Январь 7 – 8 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Образная композиция «Ожившая кукла». ✓ Музыкально-подвижная игра на определение динамики музыкального произведения. <p>Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание – ходьба вперед, на тихое звучание – ходьба назад. На громкое – прыжки, на тихое – ходьба в упоре присев.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -научить слушать музыку, ее характер, темп. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано). - Обучить детей танцевальным движениям.
Февраль 1 – 2 - занятие	Повторить 1 – 2 – занятие (январь)	-продолжить обучать танцевальным движениям.
Февраль 3 – 4 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Образная композиция «Кот Леопольд» <p>1 куплет. Пружинка, ноги в 6 позиции. На пружинке круговым движением левой рукой коснуться правой, тоже влево повторить.</p> <p>Припев. Хлопок над головой, руки в стороны. Наклон, расслабленные руки болтаются (повторить все 2 раза).</p> <p>Проигрыш. Правую ногу на каблук, 3 шлепка стопой, 3 шлепка левой ногой (повторить ещё раз). Подъемы на полупальцы, руки через стороны вверх насчет «и» хлопок над головой, затем руки через стороны вниз, хлопок по бедрам.</p> <p>2 куплет. Маховые скрещивающиеся движения над головой на пружинке с полунаклонами (4 раза). 4 круговых маховых движения руками с акцентом вниз. Наклон вперед с полуразворотом влево, затем вправо (2 раза).</p> <p>3 куплет. Руки поднимаются через 1 позицию в 3 и через 2 в подготовительную поочередно сгибая и разгибая</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Обучить детей танцевальным движениям. - развить чувство ритма. - Формировать умение ориентироваться в пространстве.

	<p>запястье. Тоже самое в обратном порядке. Гармошка, нога в сторону на каблук (левая, правая). Полуповороты вправо и влево с расслабленными руками (2 раза).</p> <p>2 шага вправо и 2 шага влево, поднимая плечи (удивляясь), затем дразнилка и повторяется движение 3 куплета (гармошка). 2 дразнилка, руки к носу. 3 кошачьих шага вперед, бантик, тоже назад, поворот на кошачьих шагах и бантик.</p>	
Февраль 5 – 6 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Образная композиция «Ожившая кукла. ✓ Образная композиция «Кот Леопольд». ✓ Игра «Северный и южный ветер». 	<ul style="list-style-type: none"> - Продолжить обучать детей танцевальным движениям. - развивать чувство ритма.
Февраль 7 – 8 - занятие	<p>ОТКРЫТОЕ ЗАНЯТИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Птичка польку танцевала». ✓ Танец «Зимний сад». <ul style="list-style-type: none"> ✓ Танец «Танцуйте сидя». ✓ Образная композиция «Ожившая кукла». ✓ Образная композиция «Кот Леопольд». ✓ Игра «Птички и ворона» 	<ul style="list-style-type: none"> - научить слушать музыку, ее характер, темп. - Формировать умение ориентироваться в пространстве.
Март 1 – 2 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики) ✓ Разминка. ✓ Построение в круг. ✓ Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно. ✓ Ритмический танец «Макарена» (на одноименную музыку). <p>И.П. – узкая стойка ноги врозь, руки на пояс.</p> <p>А. 1-2 – правую руку вперед. 3-4 – левую руку вперед. 5-6 – правую руку вперед ладонью кверху. 7-8 – левую руку вперед ладонью кверху.</p> <p>Б. 1-2 – правую руку на левое плечо. 3-4 – левую руку на правое плечо. 5-6 – правую руку за голову. 7-8 – левую руку за голову.</p> <p>В. 1-2 – правую руку на левое бедро. 3-4 – левую руку на правое бедро 5-6 – правую руку в упор за спину (ладонь упирается в спину). 7-8 – левую руку в упор за спину.</p> <p>Г. 1-4 – два раза покачивание бедрами вправо – влево. 5-6 – круговое движение тазом (или два хлопка перед собой).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - эмоционально разрядить детей. - научит передавать темп музыки.

	<p>7-8 – прыжок с поворотом направо, в И.П. Все движения частей А, Б и В можно делать на пружинистых движениях ногами, поочередно сгибая то правую, то левую ногу. Танцевальные движения можно выполнять в быстром темпе, на каждый счет.</p> <p>✓ Музыкально-подвижная игра «Музыкальные змейки».</p> <p>Все играющие делятся на три группы, построенные в колонны в определенном месте зала (площадки). Каждая колонна детей выбирает себе определенную мелодию. Например, первая группы выбирает вальс, вторая группа – польку, третья группа – танго. Выбрать можно и три разные детские песни из мультфильмов или сказок. Как только зазвучала одна из мелодий, выбравшая ее команда, должна двигаться по залу в любом направлении за впереди стоящим. Но вдруг зазвучала другая мелодия, так же действует следующая команда, а первая останавливается в основной стойке или принимает упор присев. При звучании третьей мелодии действия команд происходит аналогично. Музыка может звучать в различном порядке. Вот звучит другая музыка, не выбранная командами, или сигнал руководителя «На свои места!», и тогда все бегут и строятся в колонны на свое первоначальное место. Какая колонна построится раньше и не ошибется при узнавании своей мелодии, та и выигрывает.</p> <p>✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние».</p> <p>И.П. – стойка руки вверх. 1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули». 2-3 – держать. 4 – встать руки вверх – выдох.</p>	
<p>Март 3 – 4 - занятие</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики).</p> <p>✓ Разминка.</p> <p>✓ Образная композиция «Ожившая кукла» (работа над образом).</p> <p>✓ Музыкально-подвижная игра «Музыкальная змейка».</p> <p>✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние».</p> <p>И.П. – стойка руки вверх. 1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули». 2-3 – держать. 4 – встать руки вверх – выдох.</p>	<p>- Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.</p>
<p>Март 5 – 6 - занятие</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики).</p> <p>✓ Разминка.</p>	<p>- Научить правильно исполнять движения.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. ✓ Ритмический танец «Макарена» (на одноименную музыку). ✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние». <p>И.П. – стойка руки вверх. 1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули». 2-3 – держать. 4 – встать руки вверх – выдох.</p>	
<p>Март 7 – 8 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Ходьба на каждый счет, хлопки через счет. ✓ Образная композиция «Кот Леопольд». ✓ Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». <p>Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.</p>	<p>- Развить чувство ритма. - повторить танцевальные движения</p>
<p>Апрель 1 – 2 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Упражнение - задание в ходьбе и на внимание (красный флажок – выполнение ходьбы на месте, зеленый флажок – передвижение в обход и другие задания). ✓ Танец «Часики» (из мультфильма «Фиксики»). <p>Вступление. И.п. – первая полувыворотная позиция ног, руки ладонками развернуты вперед. 1 – 8 – быстрые наклоны головы, 4 плие по первой позиции, руки сгибаются в локтях.</p> <p>1 часть (повторяется два раза). «Тики – тики – тики – тики...» - прямые руки рывками поднимают вверх (руки изображают стрелки часов), «Так – так – так ...» - три хлопка над головой, «Тики – тики – тики – тики...» - прямые руки рывками опускают вниз, «Так – так – так ...» - три хлопка по ногам, «Часики идут...» - 2 приставных шага (вправо – влево), руки сложены полочкой перед грудью, на каждый шаг рука, находящаяся сверху поднимается вверх, на приставку – рука возвращается обратно.</p> <p>2 часть. «Тики – так...» - хлопок над головой, «Тики – так...» - лицо закрыли ладонками, «Нам без часиков никак» - выставление ноги на пятку.</p> <p>Повторить 1 и 2 часть. Проигрыш (повторяется два раза). 1 – 16 – кружение по маленькому кружочку, 1 – 8 – прыжки (ноги вместе - врозь, хлопки над головой).</p> <p>Повторить 2 часть.</p>	<p>- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.</p>

	<p>3 часть. «Тики – тики – тики, так – так – так...» - прямой рукой рисуем круг (правой – снизу вверх, затем – левой), «Часики и там, часики и тут...» - выставление правой ноги на пятку, левая выполняет плие, затем наоборот, руки раскрыты ладонками вперед – внизу, сгибаются в локтях до уровня плеч, «Часики идут – идут – идут...» - первая полувыворотная позиция ног, руки сложены полочкой перед грудью, плие, наклон головы вперед к полочке, - пяточки развести в стороны, носочки соединить, плие, - поворот вокруг себя. ✓ Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.</p>	
Апрель 3 – 4 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Часики». ✓ Упражнение - задание в ходьбе и на внимание (красный флажок – выполнение ходьбы на месте, зеленый флажок – передвижение в обход и другие задания). ✓ Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху. 	<ul style="list-style-type: none"> - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве.
Апрель 5 – 6 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Часики». ✓ Танец «Модный рок» (ритмичная музыка – диско). <p>- 2 приставных шага влево и вправо (шаг – приставка, шаг – приставка), - повороты вправо – влево на трех шагах, - шаг в сторону (вправо), другую ногу выносим на носок вперед (4раза), - три шага вперед – назад, на третьем шаге приставка с хлопком.</p> <p>✓ Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Обучить детей танцевальным движениям; - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
Апрель 7 – 8 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Модный рок» (ритмичная музыка – диско). ✓ Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя. 	<ul style="list-style-type: none"> - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма.

<p>Май 1 – 2 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Построение по кругу. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно. ✓ Ритмический танец «Танец с хлопками» (музыка в ритме диско, темп умеренный, медленный) <p>А. «Шаги на месте». 1-6 – шесть шагов на месте с хлопками перед собой на каждый счет. 7-и-8 – два шага на месте (или продвигаясь вперед) с тремя хлопками перед собой.</p> <p>Б. «приставные шаги в сторону». 1-2 – два приставных шага вправо с двумя хлопками перед собой. 3-4 – повторить счет 1-2 в другую сторону. 5-6 – повторить счет 1-2. 7-и-8 – повторить счет 3-4 с тремя хлопками (хлопки выполняются на счет 7-8).</p> <p>В. «Шаги по диагонали». 1 – шаг правой ногой вперед вправо по диагонали с хлопком вверху справа. 2 – шаг левой вперед – влево по диагонали с хлопком вверху слева. 3 – шаг правой вперед – вправо по диагонали с хлопком внизу справа. 4 – шаг левой вперед влево по диагонали с хлопком внизу слева. 5-6 – повторить счет 1-2. 7-и-8 – повторить чет 3-4 с тремя хлопками внизу.</p> <p>Г. «Шаг назад». 1 – шаг правой назад с хлопком над головой. 2 – шаг левой назад с наклоном вперед и хлопком внизу. 3-4 – повторить счет 1-2. 5-6 – повторить счет 1-2. 7-и-8 – повторить чет 1-2 с тремя хлопками: вверху, перед грудью и внизу.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя. 	<p>- научить слушать музыку, ее темп.</p>
<p>Май 3 – 4 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Ритмический танец «Танец с хлопками» (музыка в ритме диско, темп умеренный, медленный) ✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. 	<p>- научить слушать музыку, ее темп.</p>
<p>Май 5 – 6 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. 	<p>- эмоционально разрядить детей.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Танец «Часики». ✓ Танец «Модный рок». ✓ Ритмический танец «Танец с хлопками». ✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. 	
Май 7 занятие	Повторение танцев на выбор педагога.	
Май 8 занятие	Отчетный концерт для родителей.	

3.5.3 Содержание программы

Старшая группа (6-7 лет)

	Программное содержание	Задачи
Сентябрь 1 – 2 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. ✓ Разминка. <p>Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: шеи, туловища, ног, рук.</p> <p>Упражнения для шеи, плеч и туловища. И.п: стоя, ноги врозь, руки на поясе. 16 т-ов – наклоны головы к правому и левому плечу; 8 т-ов – повороты головы направо, налево; 8 т-ов – наклоны головы вперед, прямо 8 т-ов – поднимаем плечи вверх, опускаем вниз; 8 т-ов – поочередное поднимание плеч; 8 т-ов – наклоны туловища вправо, влево; 8 т-ов – наклоны туловища вправо, влево с рукой; 4 т-та – наклон вперед, потянуться; 4 т-та – вернуться в и.п.</p> <p>Упражнения для ног «Рожки и копытца». И.п: ноги вместе, руки на поясе. 8 т-ов: вступление (дети готовятся) 20 т-ов – Ре-ля-ве – подъем на полупальцы (растем к солнышку); 4 т-та – поочередное поднимание пятки (педали); 10 т-ов – выставление ноги на пятку; 8 т-ов – пяточка - носочек; 4 т-та – плие (маленькое приседание).</p> <p>Упражнения для рук «Волшебные ленты» И.п: ноги врозь, руки опущены вниз, расслаблены. Педагог: представьте, что ваши руки – это волшебные ленты. Дует легкий ветерок и колышет наши волшебные ленты. Плавные движения руками вверх, вниз, вместе, поочередно и т.д.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать общую культуру личности ребенка; - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать.
Сентябрь 3 – 4 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка <p>Упражнения на укрепление осанки:</p>	<ul style="list-style-type: none"> -разогреть мышцы; - Формировать пластику, культуру движения, их

	<p>Речитатив: У меня спина прямая: раз, два, три, четыре Я наклонов не боюсь: раз, два, три, четыре Выпрямляюсь, прогибаюсь, Поворачиваюсь. Раз, два, три, четыре, три, четыре, раз, два. Я хожу с осанкой гордой, Прямо голову держу, Никуда я не спешу. Раз, два, три, четыре, три, четыре, раз, два. Я могу и поклониться, И присесть и покружиться, Повернусь туда-сюда! Ох, прямешенька спина! Раз, два, три, четыре, три, четыре, раз, два.</p> <p>Построение в круг, упражнения по кругу Танцевальный шаг с носка. Шаг на высоких полупальцах. (растем к солнышку) Шаг с высоким подниманием колена (цапля) Поскоки.</p> <p>Упражнения сидя и лежа на полу Пластика животных. Имитационно – образные упражнения на укрепление осанки: в положении сидя и лежа. Упражнение «бабочка». И.П.: сед по-турецки. Раз-два – плавно поднять руки вверх (вдох). Три-четыре – опустить руки вниз (выдох) ноги машут, как крылья. Сидя на четырех точках: упражнение «кошечка». (Добрая и злая) Упражнение лежа: «лягушка», «ласточка». Встали на ноги и попрыгали как мячики.</p>	<p>выразительность. - формировать правильную осанку.</p>
<p>Сентябрь 5 – 6 - занятие</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ «Танец с листочками» (Музыка «Пушистые облака»).</p> <p>И.П. – дети выстраиваются у боковых стен в две линии, в каждой руке по листочку. Дети выходят с двух сторон обычным шагом, встают в шахматном порядке.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поочередное поднятие рук через стороны (4 раза); - кружение на носочках вокруг себя (3 раза); - руки вверху, качаются как деревья в разные стороны; - плавные движения кистей рук снизу – вверх. <p>Дети разворачиваются по линии танца, образуя круг.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Танцевальный шаг по кругу; - кружение на носочках вокруг себя; 	<ul style="list-style-type: none"> - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Научить правильно исполнять движения.

	<ul style="list-style-type: none"> - шаг к центру, шаг от центра; - садятся на одно колено, плавные движения кистей рук снизу – вверх; - встают, руки поднимают вверх и качаются, как деревья; - танцевальный шаг по кругу, дети уходят за ведущей. ✓ Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя. 	
<p>Сентябрь 7 – 8 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ «Танец с листочками» ✓ Упражнения на расслабление мышц. <p>Релаксация: «на лугу»</p> <p>Дети представьте себе, что наступило лето, расцвело множество цветов на лугу: ромашки, васильки, колокольчики, незабудки. Хотите быть красивым цветком на лугу? Тогда давайте ляжем на коврик, расслабимся и представим себя каким-нибудь красивым цветком. (Включается красивая музыка).</p> <p>А теперь давайте перенесемся в далекую сказочную страну цветов. Посмотрите, сколько вокруг прекрасных цветов! Давайте выберем какой-нибудь один цветок, например Розу. Попробуем изобразить, что с ней происходит.</p> <p>Вначале еще нет никакого цветка, только маленькое семечко спит в земле и ждет, когда ему можно будет прорасти.</p> <p>Но вот появился росток и стал изо всех сил тянуться вверх, к солнышку.</p> <p>Он тянется все выше и выше – и вот уже перед нами огромный розовый бутон.</p> <p>И, наконец – о, чудо! – бутон раскрылся, и цветок, впервые, взглянул на мир. Не забывайте это не просто цветок, а прекрасная роза. Давайте попробуем уложить руки, словно лепестки. Оживите свой цветок.</p> <p>Как ласково пригревает солнышко, как прохладно веет ветерок! Я – самая прекрасная Роза на земле, мне так радостно стоять и любоваться собой и всем вокруг!</p> <p>- Ах, как хочется пить! Я изнываю от жажды, мои лепестки могут засохнуть....Наконец-то пошел дождь! Ах, как хорошо!</p> <p>Но наступила ночь, Роза прикрылась своими лепестками, словно одеяльцем, и уснула.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.
<p>Октябрь 1 – 2 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Печаль – река» (музыка: группа «Премьер – министр»; песня «Печаль – река»). <p>И.П. – дети стоят друг за другом, в руках синие ленточки.</p> <p>1 куплет.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

	<p>Дети змейкой выходят друг за другом. Ведущий заводит детей в круг; садятся на колени лицом к центру круга.</p> <p>Припев.</p> <ul style="list-style-type: none"> - взмахи ленточками в центр круга; - поочередные взмахи. <p>2 куплет.</p> <p>Дети, сидящие лицом к зрителям, разворачиваются лицом к зрителям. Движения выполняются сидя на коленях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - имитация: поглаживание руками поверхности воды; - движение «Аленушка». <p>Припев.</p> <p>Повторение движений.</p> <p>Проигрыш.</p> <p>Дети встают на ноги:</p> <ul style="list-style-type: none"> - взмахи руками наверху и внизу; - кружение на месте. <p>Припев.</p> <p>Повторение движений.</p> <p>В конце танца исполняют кружение и садятся на колени.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. 	
Октябрь 3 – 4 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Печаль – река». ✓ Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. ✓ Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма.
Октябрь 5 – 6 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Чунга – чанга» (музыка В. Шаинского) см. программу «Ритмическая мозаика» А. И. Буренина. ✓ Креативная (творческая) игра: «Какой цветок растёт на клумбе?» <p>Поделить детей на две команды. Это будет две клумбы. Каждой команде дать задание. Первой показать картинку на которой нарисована ромашка, а второй колокольчик. Дети должны образно изобразить эти цветы, а противоположная команда, отгадать какой цветок растёт на клумбе.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.
Октябрь 7 – 8 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танцевальные позиции рук: на пояс и перед грудью. Перевод рук из одной позиции в другую. ✓ Танец «Печаль – река». ✓ Танец «Чунга – чанга». ✓ Игра «Какой цветок растёт на клумбе?». 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма. - научить передавать заданный образ.
Ноябрь 1 – 2 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). 	<ul style="list-style-type: none"> - научить передавать заданный образ.

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. ✓ Танцевальные позиции рук: на пояс и перед грудью. Перевод рук из одной позиции в другую. ✓ Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения. Выразить характер музыкального произведения в движениях. (Веселый характер – прыжки, танец; грустный характер – ходьба, опустив голову; героический характер – ходьба строевая, руки вверху наружу и т.д.). ✓ Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. 	<p>-научить слушать музыку, ее характер, темп.</p> <p>-Развить чувство ритма.</p>
Ноябрь 3 – 4 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ «Танец с листочками» ✓ Упражнения на расслабление мышц. <p>Релаксация: «на лугу»</p>	- формировать правильную осанку.
Ноябрь 5 – 6 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ «Танец с листочками». ✓ Танец «Чунга – чанга». ✓ Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения. Выразить характер музыкального произведения в движениях. (Веселый характер – прыжки, танец; грустный характер – ходьба, опустив голову; героический характер – ходьба строевая, руки вверху наружу и т.д.). 	<p>- Научить правильно исполнять движения.</p> <p>- научить передавать заданный образ.</p>
Ноябрь 7 – 8 - занятие	<p style="text-align: center;">ОТКРЫТОЕ ЗАНЯТИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «Цветик – семицветик».</p>	- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
Декабрь 1 – 2 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Тик – так часики» (музыка: группа «Блестящие» - «Новогодняя песня». <p>1 куплет. Дети ходят в разных направлениях в парах, держась за руки, и машут друг другу и зрителям, приходят на свои места.</p> <p>Припев.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Хлопки в ладоши; - топают ногами; - кружение вокруг себя; - руками изображают «стрелочки»; - разводят руки в стороны. <p>Проигрыш. Плавные движения руками.</p>	<p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p>

	<p>2 куплет. - обнимаются; - кружение в паре. Припев. Повторение движений.</p> <p>3 куплет. - пружинка; - кружение в паре. Припев. Повторение движений.</p> <p>Проигрыш. Повторение движений.</p> <p>4 куплет. - «тряпичная кукла» (руки расслаблены, болтаются внизу, голова опущена); - круговые движения руками (снизу вверх); - изображают, что стучаться в дверь. Припев. Повторение движений.</p> <p>Проигрыш. - образуют круг; - поскоки по кругу; - поклон. ✓ Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.</p>	
Декабрь 3 – 4 - занятие	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики).</p> <p>✓ Разминка.</p> <p>✓ Танец «Тик – так часики».</p> <p>✓ Упражнение «Весёлый гномик».</p> <p>В сказочном царстве жил маленький гномик. Ему очень хотелось подрасти и стать высоким и стройным. Отправился он к старому доброму Волшебнику за советом. И что же он посоветовал? А вот что:</p> <p>1. И.П. – основная стойка. Поднимаясь на носки, прогнуться спиной назад, руки поднять вверх ладонями вперед – вернуться и.п. Повторить в медленном темпе.</p> <p>2. И.П. – основная стойка. Поднимаясь на носки, вытянуть назад соединённые в замок руки, прогнуться спиной назад; фиксировать положение спины – вернуться в и.п.</p> <p>3. И.П. – ноги врозь на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться вперед, руки развести в стороны ладонями книзу, прогнуться в пояснице, фиксировать положение спины – вернуться в и.п.</p> <p>4. И.П. – стойка на коленях, руки внизу: наклониться назад, прогибаясь в спине, руки поднять вверх - в стороны – вернуться в и.п.</p> <p>5. И.П. – стойка на коленях, руки на поясе. Сделать глубокий наклон назад, прогибаясь в пояснице, руки раздвинуты в стороны ладонями кверху; фиксировать положение спины – вернуться в и.п.</p>	- коррекция сутулости.

	<p>6. И.П. – лежа на животе, руки вдоль туловища. Прогнуться, руки назад, кисти соединены, приподнять голову, плечи отвести назад – вернуться в и.п.</p> <p>7. И.П. – сидя на стуле, руки на поясе. Медленно поднимая голову вверх-назад, руки вытянуть вверх ладонями вперед; фиксировать положение спины – вернуться в и.п.</p>	
Декабрь 5 – 6 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Выполнение бега по кругу на каждый счет и через счет – небольшими прыжками с ноги на ногу («по кочкам»). ✓ Основные положения и движения по кругу. ✓ Упражнение «Веселый гномик». ✓ Танец «Тик – так часики». 	<ul style="list-style-type: none"> - закрепить выполнение танца. - содействовать развитию внимания и равновесия. - коррекция сутулости.
Декабрь 7 – 8 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Позииции рук – «лодочка», «стрелочка». ✓ Танцевальный шаг с носка по линии танца. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения. Выразить характер музыкального произведения в движениях. (Веселый характер – прыжки, танец; грустный характер – ходьба, опустив голову; героический характер – ходьба строевая, руки вверху наружу и т.д.). 	<ul style="list-style-type: none"> - развить чувство ритма. - Научить правильно исполнять движения. - Обучить детей танцевальным движениям.
Январь 1 – 2 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Пляска «Синий иней». <p>И.И. – дети стоят по кругу в парах, позиция рук – «стрелочка». Исполняют следующие движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поскоки; - повороты в паре, позиция рук – «лодочка»; - ковырялочка (пятка – носок – пятка); - поднимают руки наверх и качают в стороны, при этом делая пружинку ногами; - позиция рук «стрелочка», танцевальный шаг по линии танца; - мальчик садится на колено, девочка исполняет «обводку»; - позиция рук «лодочка» - исполняют качания; - кружение; - поклон. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Музыкально-подвижная игра на определение музыкального произведения. Дети прослушивают музыкальное произведение, затем стараются изобразить в движениях тех героев, которых композитор изобразил в музыке (кота, лисичку, лошадку и др.) 	<ul style="list-style-type: none"> - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям. - продолжать учить танцевать в парах.

<p>Январь 3 – 4 – занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Пляска «Синий иней». ✓ Упражнение «Весёлый гномик». ✓ Музыкально-подвижная игра на определение динамики музыкального произведения. <p>Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание – ходьба вперед, на тихое звучание – ходьба назад. На громкое – прыжки, на тихое – ходьба в упоре присев.</p>	<p>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>- Научить правильно исполнять движения.</p> <p>- развитие музыкальности.</p> <p>- познакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).</p>
<p>Январь 5 – 6 занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Снежинок» (музыка – «Песня снегурочки» - М. Мокиенко, А. Усачев). <p>С двух сторон друг за другом стоят дети: одинаковое количество с каждой стороны, в руках держат султанчики.</p> <p>1. «Кружится снежинок, кружится снежинок хоровод» - выбегают дети справа; «На часах старинных, на часах старинных полночь бьёт» - выбегают дети с другой стороны; «И зима раскрасит» - поднимают плавно правую руку вверх; «И зима раскрасит небосвод» - поднимают плавно левую руку вверх; «Белой краской» - кружатся вокруг себя.</p> <p>2. «Кто-то постучится, кто-то постучится за окном» - два шага вперед; «Елка загорится, елка загорится волшебством» - два шага назад на исходные места; «И преобразиться» - плавно поднимают правую руку вверх; «И преобразиться все кругом» - левую руку вверх; «Зимней сказкой» - кружатся вокруг себя.</p> <p>3. «И поднимется за лесом» - бегут на носочках по кругу; «И снегурочка из леса» - соединяют руки «звёздочкой» в центре круга; «Словно снежная принцесса поплывет» - разъединяя руки, кружась, отбегают, делая круг шире. «И примчится птица тройка. И детей сбежится столько» - стоя лицом к центру, делают обеими руками взмахи. «И случится это только в Новый год» - кружатся вокруг себя, руки в стороны, приседают на одно колено.</p>	<p>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p>
<p>Январь</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – 	<p>- Формировать умение</p>

7 – 8 -занятие	<p>мальчики).</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Разминка. ✓ Танец «Снежинок». ✓ Музыкально-подвижная игра «К своим флажкам». <p>Все играющие стоят в кружках по 6-8 человек. В центре каждого круга – водящий, который в поднятой руке держит флажок определенного цвета.</p> <p>Под музыку все играющие, кроме водящих с флажками, выполняют заданные танцевальные движения. С окончанием музыки дети бегут к границам зала (площадки), встают спиной к центру и закрывают глаза. В это время водящие с флажками меняются местами. По команде руководителя «Все к своим флажкам!» играющие открывают глаза, бегут к своим флажкам и образуют круг.</p> <p>Победительницей считается та команда, которая раньше всех нашла «свой» флажок, построила круг и правильно исполнила под музыку заданные движения. Водящих с флажками можно менять после каждого повторения игры.</p>	<p>ориентироваться в пространстве.</p> <p>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>-продолжить обучать танцевальным движениям.</p>
Февраль 1 – 2 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. ✓ Пляска «Синий иней». ✓ Танец «Снежинок». ✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. 	<p>- Продолжать обучать детей танцевальным движениям.</p> <p>- развить чувство ритма.</p>
Февраль 3 – 4 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Построение в круг. ✓ Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно. ✓ Танец «Печаль – река». ✓ Игра «Слушай хлопки». <p>Все идут по кругу или передвигаются по залу в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую – либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. 	<p>- Продолжить обучать детей танцевальным движениям.</p> <p>- развить чувство ритма.</p> <p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>- закреплять пройденный материал.</p>
Февраль 5 – 6 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Построение в круг. ✓ Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход 	<p>- научить слушать музыку, ее характер, темп.</p> <p>- формировать правильное исполнение</p>

	<p>на бег и обратно.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Танец «Чунга – чанга». ✓ Музыкально-подвижная игра «Музыкальные змейки». <p>Все играющие делятся на три группы, построенные в колонны в определенном месте зала (площадки). Каждая колонна детей выбирает себе определенную мелодию. Например, первая группа выбирает вальс, вторая группа – польку, третья группа – танго. Выбрать можно и три разные детские песни из мультфильмов или сказок. Как только зазвучала одна из мелодий, выбравшая ее, должна двигаться по залу в любом направлении за впереди стоящим. Но вдруг зазвучала другая мелодия, так же действует следующая команда, а первая останавливается в основной стойке или принимает упор присев. При звучании третьей мелодии действия команд происходит аналогично. Музыка может звучать в различном порядке. Вот звучит другая музыка, не выбранная командами, или сигнал руководителя «На свои места!», и тогда все бегут и строятся в колонны на свое первоначальное место. Какая колонна построится раньше и не ошибется при узнавании своей мелодии, та и выигрывает.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние». <p>И.П. – стойка руки вверх. 1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули». 2-3 – держать. 4 – встать руки вверх – выдох.</p>	<p>танцевальных шагов.</p> <p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p>
<p>Февраль 7 – 8 - занятие</p>	<p>ОТКРЫТОЕ ЗАНЯТИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Построение в круг: упражнения по кругу. ✓ Упражнение «Веселый гномик». ✓ Танец «Тик – так часики». ✓ Пляска «Синий иней». ✓ Танец «Снежинок». ✓ Музыкально – подвижная игра «К своим флажкам». ✓ Игра «Слушай хлопки». 	<p>- эмоционально разрядить детей.</p>
<p>Март 1 – 2 - занятие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. ✓ Танец «Капли» (музыка диско). 	<p>- Научить правильно исполнять движения.</p> <p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - «Вытираем мокрые руки» (маховые движения рук сверху вниз); - стряхиваем справа - слева у плечей; - шаг в сторону – хлопок (выносить бедро); - шаги – вперед с правой – в сторону с левой – назад с правой – приставка левой (треугольник), руки накрест – в сторону; - шаг вправо – приставка, немного пружиня, руки отведены в стороны, круговые движения в локтях; тоже влево; - в сторону шаг – поворот – прыжок – хлопок; - выпад в сторону, вытянутой рукой пальцем по горизонту; -приставить ногу. ✓ Музыкально-подвижная игра «Музыкальные змейки». 	
Март 3 – 4 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Капли». ✓ Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». <p>Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.</p>	- Научить правильно исполнять движения. - повторить танцевальные движения
Март 5 – 6 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Музыкально – пластическая композиция «Голубая вода» (музыка Поля Мориа), см. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». ✓ Игра «Расставь посты». <p>Дети маршируют под музыку друг за другом. Впереди идет командир, который выбирает направление движения. Как только командир хлопнет в ладоши, идущий последним ребенок должен немедленно остановиться. Все остальные продолжают маршировать и слушать команды. Таким образом, командир расставляет всех детей в задуманном им порядке (в линейку, по кругу, по углам и т.д.). Чтобы слышать команды, дети должны передвигаться бесшумно.</p>	- Развитие музыкальности, плавности и мягкости движений рук, гибкости, пластичности всего тела. - развитие внимательности.
Март 7 – 8 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Упражнение типа задания в ходьбе и на внимание (красный флажок – выполнение ходьбы на месте, зеленый флажок – передвижение в обход и другие задания). ✓ Музыкально – пластическая композиция «Голубая вода». ✓ Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за 	- совершенствовать занимающихся в выполнении изученных танцевальных композиций;

	спиной пальцами кверху.	
Апрель 1 – 2 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Капли». ✓ Музыкально – пластическая композиция «Голубая вода». ✓ Игра «Расставь посты». ✓ Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». <p>Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.</p>	- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
Апрель 3 – 4 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Заводные куклы» (Музыка группа «Аква», «Барби»). <p>1. И.п.: пятки вместе, носки врозь, руки в подготовительной позиции. Движения, как у кукол. 1 - 2 - руки в первую позицию; 3 - 4 - развести в стороны; 5 – 6 - наклон вперед; 7 - 8 - выпрямиться; 1 – 2 - поворот вправо; 3 - 4 - поворот влево; 5 – 6 - присесть; 7 – 8 - всплеснуть руками.</p> <p>2.И.п.: основная стойка. Переступания с правой ноги на левую, руки поочередно выносятся вперед.</p> <p>3.И.п.: то же, правая нога становится на носок, колено присогнуто, руки выносятся вперед.</p> <p>4.И.п.: основная стойка. Вращение согнутыми в локтях руками в правую и левую стороны.</p> <p>5.И.п.: то же. Поворот вправо, левую руку вытянуть вперед. То же в другую сторону.</p> <p>6.И.п.: основная стойка. Правую ногу поставить на носок - наклон вправо, руки через стороны сходятся над головой. То же влево.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Музыкально – подвижная игра «К своим флажкам». 	- формировать правильное исполнение танцевальных движений. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
Апрель 5 – 6 занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Упражнение типа задания в ходьбе и на внимание (красный флажок – выполнение ходьбы на месте, зеленый флажок – передвижение в обход и другие задания). ✓ Танец «Заводные куклы». ✓ Игра «Расставь посты» ✓ Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя. 	- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
Апрель 7 – 8 - занятие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Построение по кругу. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно. ✓ Танец «Тик – так» (музыка диско). 	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их

	<p>И.П. – ноги на ширине плеч, руки вверх. 1 – 8 – маховые движения рук наверху вправо – влево, перевести руки через сторону вниз, маховые движения внизу, повторить ещё раз; вместе с руками в ту же сторону двигаются бедра. 1 – 8 – цыганочка плечами, вес тела переносить с правой ноги на левую. 1 – 8 – поворот вправо – влево. ✓ Музыкально-подвижная игра «Музыкальные змейки».</p>	<p>выразительность. - Развить чувство ритма.</p>
<p>Май 1 – 2 - занятие</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Упражнение типа задания в ходьбе и беге по звуковому сигналу. ✓ Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно. ✓ Танец «Тик – так». ✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.</p>	<p>- научить передавать заданный образ. - научить слушать музыку, ее темп.</p>
<p>Май 3 – 4 - занятие</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Диско – спорт» (музыка диско). - одновременно ударяем руками по ногам и полуприседаем; руки ставим перед собой, ладшки смотрят на зрителя. Делаем ладшками 2 круговых движения, как будто моем окна, при этом противоположную ногу сгибаем. Руки отпускаем вниз (как бы бросаем) и скрещиваем; - руки в стороны ладшками вверх; - ладшки показываем перед собой, руки вытянуты, убираем руки назад (так же вытянутые), впереди ладшки; - левая рука на поясе, правая в сторону, кисть руки поднята вертикально. Делают три маха рукой, кисть остается так же. На последнем махе обе руки делаем в стороны; - руки резко падают вниз, скрещиваются перед собой, отводятся в стороны ладшками вверх, сгибаются в локтях 2 раза, повторить ещё раз. - поочередное поднятие рук вверх – 2 раза. ✓ Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.</p>	<p>- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>
<p>Май 5 – 6 - занятие</p>	<p>✓ Приветствие (реверанс – девочки, поклон – мальчики). ✓ Разминка. ✓ Танец «Капли». ✓ Танец «Тик – так». ✓ Танец «Диско – спорт». ✓ Игра «Запрещённое движение». Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые им показывают. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнять. Тот, кто повторит запрещённое движение, выходит из игры. Вместо показа движения можно называть вслух.</p>	<p>- научить импровизировать. - эмоционально разрядить детей.</p>
<p>Май 7 – 8 - занятие</p>	<p>ОТЧЕТНЫЙ КОНЦЕРТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.</p>	<p>- Педагог выбирает лучшие и полубившиеся танцы.</p>

Раздел 4.

Техническое оснащение программы:

Занятия проводятся в просторном зале, специально оборудованном зеркалами, покрытием пола, соответствующем технике безопасности и требованиям СанПИН. Перечень оборудования и материалов, необходимых для занятий, в расчете на каждого обучающегося:

- Звуковоспроизводящая аппаратура с пультом дистанционного управления;
- DVD – аппаратура, USB;
- Фонотека музыкальных записей различного характера и стилей;
- Коврики для упражнений на полу;
- Атрибуты для танцев (в соответствии с репертуаром);
- Концертные костюмы (в соответствии с репертуаром).

Программа может быть дополнена богатым иллюстративным материалом на основе новейших технических и интерактивных средств обучения: видео- и аудиоиллюстрации, компьютерные интерактивные пособия и программы.

Раздел 5.

Список литературы

1. А. И. Буренина. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика».
2. Т. И. Калашникова. Программа музыкально-ритмического воспитания. – ИГПК №1, 2007.
3. Ветлугина Н. А. Музыкальное развитие ребенка. – М.: Просвещение.
4. Лифиц И. В. Ритмика: Учебное пособие. – М.: Академия, 1999.
5. Базовая программа развития ребенка дошкольного возраста «Я в Мире» /Науч. ред. И составитель О. Л. Кононко. – 2-е изд., испр. – К.: Свиточ, 2008.
6. Бекина С. И. и др. Музыка и движение: (Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет). – М.: Просвещение, 1984.
7. Божович Л. И. Личность и формирование ее в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1991.
8. Бурмистров И., Силаева К. Школа танцев для юных. – М.: Эксмо, 2003.
9. Зайцев С. Ваш ребенок от рождения до школы: 2-е изд., доп. – Мн.: Книжный Дом; М.: Махаон, 2003.
10. Захарова М. В. Доклад по теме: «Авторская программа и требования, предъявляемые к ним».
11. Колногузенко Б. М. Методика работы с хореографическим коллективом. – Х.: ХДАК, 2004.
12. Лозовая В. И., Троцко А. В. Теоретические основы воспитания и обучения: Учебное пособие Харк. гос. пед. ун-та. Г. С. Сковороды. – 2-е изд., испр. и доп. – Харьков: «ОВС», 2002.
13. Мать и дитя /под ред. Е. Дюкова. – М.: Астель, 2003.

14. Михайлова М. А., Горбина Е. В. Поем, играем, танцуем дома и с саду. Популярное пособие для родителей и педагогов. /Ярославль: «Академия развития», 1998.
15. Музыка и движение: (Упражнения, игры и пляски для детей 3-4 лет). Сост. С. И. Бекина, Т.П. Ломова, Е. Н. Соковина. – М.: Просвещение, 1981.
16. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду: Кн. для воспитателя и муз. руководителя дет. сада / Сост. Е. П. Раевская и др. – М.: Просвещение, 1991.
17. Чалганская Л. Как создать авторскую программу Газета «Управление школой» №5, 2009.
18. Зарецкая Н.В. Танцы в детском саду / Наталия Зарецкая, Зинаида Роот. – 4-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007.
19. Запорожец А. В. Развитие произвольных движений. – М., 1960.
20. Лисицкая Т. Пластика, ритм. – М.: Физкультура и спорт, 1985.