

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №176 «Золотой петушок» города Чебоксары Чувашской Республики

ПРИНЯТА  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 5  
от «20» августа 2024 года

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МБДОУ  
«Детский сад № 176» г. Чебоксары  
Приказ № 163-ОД  
от «20» августа 2024 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**художественной направленности**

**«Грация»**

**Срок реализации: 4 года**

Составила:  
музыкальный руководитель  
высшей квалификационной категории  
Улькина И.И.

## Содержание

I Целевой раздел	3
1. Пояснительная записка	
2. Цели и задачи	5
3. Виды музыкально-ритмических движений и основные навыки у детей 4-7 лет	6
4. Планируемые результаты освоения программы	7
II. Содержательный раздел	
5. Методы и приёмы реализации программы.	8
III Организационный раздел	9
6. Расписание, структура занятий	
7. Материально-технические условия	
8. Календарно-тематическое планирование	10
9. Литература	18

## 1. Целевой раздел Пояснительная записка

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 176 «Золотой петушок» города Чебоксары Чувашской Республики находится по адресу: 428009г. Чебоксары, ул. Университетская, д. 4

Телефон: 41-89-93, 66-37-16

Электронный адрес: ds7393@chebnet.com

Сайт детского сада: золотойпетушок176.рф

Режим работы детского сада: 6.30 – 18.30

**Ритмика** - один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Движения под музыку издавна применялись в воспитании детей (Древняя Индия, Китай, Греция). Но впервые рассмотрел ритмику и обосновал ее в качестве метода музыкального воспитания швейцарский педагог и композитор Эмиль Жак-Далькроз (1865-1950). Перед ритмикой он, прежде всего, ставил задачу развития музыкальных способностей, а также пластичности и выразительности движений.

Обучать ритмике необходимо всех детей, развивая в них глубокое "чувствование", проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях.

Работа в области музыкально-ритмического воспитания позволяет решать такие **задачи**:

- развивать эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне окружающей действительности;
- формировать эстетический вкус;
- развивать познавательное отношение к действительности.

Движение под музыку дополняет этот ряд:

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение;
- создает приподнятое настроение;
- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

**Танец** способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества необходимые для формирования умений и специфических навыков, уверенность в себе. Эти свойства движений изучены И. Г. Песталоцци, Я. А. Каменским, Джон Локком, Ж. Ж. Руссо, И. Б. Базедовым и др.

Основные достижения возраста 4-5 лет связаны с появлением ролевых и реальных взаимодействий, с развитием образного мышления и воображения, развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации. Двигательная сфера характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. У детей формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, умения двигаться в парах по кругу в танцах, совершенствуются навыки основных движений (ходьба «торжественная», спокойная, «таинственная»; бег лёгкий, стремительный).

Возраст 5 - 6 лет достаточно хорошо изучен психологами и физиологами, которые характеризуют этот период детства, как период неравномерного и волнообразного развития. Развитие центральной нервной системы идет активно. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. У ребенка интенсивно формируется **наглядно-образное мышление и воображение**, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать **выразительности, эмоциональности** при исполнении танца.

На 6-ом году жизни у ребенка совершенствуются основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребёнком **правил поведения**. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения - сила, уравновешенность

и подвижность также несколько совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий в кружке ритмики, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки, свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. При подвижных движениях необходимо ставить **точные задачи**, контролировать ход занятия.

К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия. Поэтому дети на занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию воспитателя от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

На разминке нужно переходить **от простого к сложному**, от спокойных к быстрым движениям, а также использовать **прием контраста** для развития быстрого переключения.

В этом возрасте развиваются **коллективистские черты личности**. Дети обычно очень общительны, любят совместные игры, находиться в группе сверстников. Они уже могут согласовывать свои действия с действиями других людей, способны к сопереживанию.

Танцы, входящие в данную программу, доставляют детям радость и удовольствие. Но они **доступны** как по содержанию, так и по характеру движений. В программу кружка ритмики включены **детские парные танцы, национальные танцы, танцы – импровизации**.

Детский танец всегда имеет ясно выраженную тему и идею - он всегда **содержателен**. В танце существуют **драматургическая основа** и сюжет, в нем есть и обобщенные и **конкретные художественные образы**, которые создаются посредством разнообразных пластических движений и пространственных рисунков - построений.

Особенно полезны **народные пляски и танцы**, т. к. приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, создают положительные эмоции. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой.

В работе используются **хороводы, общие (массовые) пляски**. В них дети учатся внимательно относиться друг к другу, находить общий ритм движения с партнером, терпеливо обращаться к тем детям, у которых имеются какие-либо индивидуальные затруднения.

Среди танцев наиболее доступны для исполнения детьми **русские, белорусские, украинские, чешские**. Простотой рисунка, жизнерадостностью, живой и веселой музыкой танцы этих народов вполне соответствуют требованиям репертуара детских кружков. А **польские танцы – краковяк и мазурка** - сложные по своим движениям, можно исполнять только детям старшего возраста. **Венгерские, болгарские, румынские, итальянские танцы** своеобразны по ритму и музыке, большинство из них выполняется в очень быстром темпе. Поэтому их можно рекомендовать только для хорошо подготовленных детей.

Каждая игра (пляска, упражнения) имеет **четкую педагогическую направленность**, является средством, при помощи которого музыкальный руководитель направляет внимание детей на музыку, учит ребенка правильно исполнять движение.

В обучении музыкально - ритмическим движениям ярко прослеживается взаимосвязь всех **педагогических методов обучения** (наглядный, словесный, практический), а **игровая форма заданий**, занимательность помогают без особых затруднений усвоить многие достаточно сложные движения.

При разучивании новых движений не следует добиваться, чтобы дети овладели ими на одной игре, пляске. Надо те же движения повторять в разных плясках, соединять с разной музыкой, чтобы движение совершенствовалось постепенно и чтобы дети учились относиться к нему, как к средству выразить различные образы, чувства, действия.

В старшей группе дети уже понимают смысл разучивания и совершенствования отдельных движений и с удовольствием упражняются в них. В этом возрасте требуется

изучить **ряд подготовительных упражнений**, при помощи которых детям постепенно прививаются некоторые навыки, необходимые им для правильного исполнения многих движений.

Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности, танцы, пляски и игры способствуют **гармоническому развитию личности**. В изящных или задорных движениях, каждый имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроение, мысли, проявить характер. Соприкасаясь с танцевальным искусством, в доступной для детей форме, они постепенно приобщаются к миру прекрасного.

Овладение детьми движениями под музыку помогает развитию музыкального восприятия, умению передавать различные средства музыкальной выразительности, в свободных движениях отображать **жанры музыки (марш, танец, вальс, народный танец, напевную песню)**, передавать их «языком движений», мимикой и пантомимикой, в танце и игре музыкальный образ, способствует проявлению творческих способностей детей в движениях под музыку в музыкально-двигательной импровизации. В сюжетно-ролевой игре, танцах, происходит развитие **психологических функций (внимания, восприятия, памяти, воображения, мышления) и эмоционально-волевой сферы**.

**Систематические занятия** детей дошкольного возраста в **танцевальном кружке** очень полезны для физического развития: улучшается осанка, укрепляются мышцы и связки, совершенствуются движения. Постепенно все начинают легче и грациознее двигаться, становятся раскованными, приобретают свободу, координацию, выразительность движений. Всё это требует известных усилий, но и доставляет большую радость, удовлетворяя потребность в эстетических переживаниях и впечатлениях.

**Цель программы «Грация»** - гармоничное развитие детей, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

А также приобщение к ритмопластике не только способных и одарённых в музыкальном и двигательном отношении детей, но и заторможенных (дети ЗПР, ОНР), которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах.

#### **Задачи программы**

##### **Развитие музыкальности:**

- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки; развивать основы музыкальной культуры;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству хореографии;
- развитие музыкальной памяти.

##### **Развитие двигательных качеств и умений:**

- развитие координации движений, гибкости, пластичности;
- формирование правильной осанки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

##### **Развитие творческих способностей:**

- развитие творческого воображения, фантазии;
- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку.

##### **Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах.
- Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

### **Развитие нравственно- коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение;
- формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения.

Эти задачи решаются при выполнении основного программного требования — соответствия характера движений содержанию и развитию музыкального образа.

Основные педагогические принципы - систематичность, постепенность и последовательность.

В музыкально - ритмическом движении ритм понимается в широком смысле слова. В него входят развитие и смена музыкальных образов (основных мыслей, чувств, музыкально оформленных в небольшом построении), структура произведения, темповые, динамические, регистровые, метроритмические соотношения. Поэтому в процессе занятий особенно успешно развивается эмоциональная отзывчивость на музыку, приобретает навык восприятия, воспроизведения музыкально-ритмической основы произведения.

Виды музыкально - ритмических движений и основные двигательные навыки у детей старшего дошкольного возраста.

#### **1. Музыкальная игра.**

Игра – наиболее активная творческая деятельность, направленная на выражение эмоционального содержания музыки, осуществляется в образных движениях. Игра имеет определённый сюжет, правила, музыкально-учебные задания, и, облегчённая в интересную форму, помогает лучшему усвоению программных навыков.

В методике дошкольного музыкального воспитания определены два вида игр: игры под инструментальную музыку и игры под пение.

В свою очередь игры под инструментальную музыку разделяются на сюжетные, где выступают определённые персонажи, развёртывается действие и решается основная задача – передать музыкально-игровой образ персонажа, и несюжетные, правила которых связаны с музыкой, и решается задача двигаться в соответствии с содержанием, характером и формой музыкального произведения.

#### **2. Пляски, танцы, хороводы.**

Своеобразной формой музыкально - ритмических движений являются детские пляски, танцы, хороводы, включающие элементы народных и классических танцевальных движений.

Исходя из поставленных задач и общего содержания, их можно последовательно сгруппировать:

- пляски с зафиксированными движениями, построение которых всегда зависит от структуры музыкального произведения;

- пляски комбинированные, имеющие зафиксированные движения и свободную импровизацию;

- свободные пляски, которые носят творческий характер и исполняются под народные плясовые мелодии. Дети, используя знакомые элементы танцев, построений, упражнений, комбинируют их по-новому, придумывают «свою» пляску;

- хороводы плясового характера, чаще связанные с народными песнями, исполняя которые дети инсценируют сюжет, сопровождая его плясовыми движениями;

- детский «бальный танец», включающий разнообразные польки, галопы, вальсообразные движения. Лёгкий, оживленный характер музыки сопровождается всё время повторяющимися танцевальными элементами (шаг польки, шаг галопа);

- характерный танец, в котором «свободные» плясовые движения исполняет какой-либо персонаж в свойственной ему манере (танец снежинок, танец Петрушки).

#### **3. Упражнения.**

Музыкально-ритмические навыки усваиваются главным образом в ходе разучивания игр, плясок, хороводов. Однако некоторые из них требуют дополнительных усилий, тренировок, упражнений. Например, надо поупражнять детей в точном исполнении

ритмического рисунка, акцента. Педагог, облакая задание в интересную форму, помогает ребятам с ним справиться. Некоторые упражнения помогают навыкам выразительного движения в передаче игрового образа, в ходьбе, беге, поскоках, а также тренируют в усвоении отдельных танцевальных элементов.

Разучивание движений только тогда будет эффективно, когда оно основано на знании возможностей ребенка, а так же требуется строгий учет его возрастных психофизиологических особенностей. Танцуя, ребенок, включается в творческий процесс. Совершенствуются его двигательные возможности и навыки.

В старшей группе движения становятся более выразительными, углубленными и утонченными.

Движение под музыку дополняет ряд задач занятий хореографии

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение;
- создает приподнятое настроение;
- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Занятия по программе позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

### **Планируемые результаты освоения программы:**

Занятия по программе будут способствовать:

1. раскрытию творческого потенциала ребенка:

- проявлению интереса к музыкальной культуре, движению, танцу.
- развитию воображения и фантазии.

2. развитию музыкальности:

- умению слушать и понимать музыку;
- умению двигаться под музыку в соответствии с характером музыкального произведения;
- развитию чувства ритма;
- развитию способности различать жанры и стили танцев.

3. Развитию двигательных навыков:

- умению точно исполнять танцевальные движения;
- действовать синхронно и выразительно в группе;
- умению ориентироваться в пространстве;
- умению запоминать и выполнять рисунок танца самостоятельно, без подсказки.

4. Развитию нравственно-коммуникативных качеств:

- умению вести себя в паре ( пригласить, проводить, подать руку, приветствие, поклон);
- умению сочувствовать, сопереживать другим людям.

5. развитию психических процессов: восприятия, мышления, внимания, памяти, воли и др.

### **Практическая значимость занятий:**

Насыщенность, динамичность, яркая эмоциональность, игровая форма занятия не даёт детям скучать, ибо без интереса, без удовольствия невозможно добиться у занимающихся полного сокращения мышц, волевого усилия при исполнении движений, без чего нельзя привить новый навык. Использование такой структуры занятия даёт ощутимые результаты: к концу обучения, используя простые движения и несложные комбинации, дети демонстрируют навыки артистического перевоплощения в небольших сюжетных танцах и миниатюрах.

## 2. Содержательный раздел

Данная программа рассчитана для детей младшего и старшего возраста. Срок реализации программы 4 года. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительностью: младшая группа – 20 минут, старшая – 25-30 минут.

### **Методы и приемы реализации программы:**

- наглядно-слуховой (представление музыкального материала, разбор по форме, составление сюжета танца)
- наглядно-зрительный (показ движений педагогом, показ иллюстраций, помогающий составить более полное впечатление о композиции).
- словесный (объяснение, беседа, диалог).
- практический (упражнения, использование различных приемов для детального выучивания того или иного движения)

### **Принципы реализации программы.**

**1. Принцип доступности и индивидуализации**, предусматривающий учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и определение посильных для него заданий. Содержание программы кружка «Карамель» обеспечивает преемственность и постепенность усложнения заданий. Предлагаемые задания доступны для дошкольников и предполагают успешное преодоление трудностей путем физических и психических усилий занимающихся. Например, ходьба на каждый счет, хлопки через счет способствуют исполнению в дальнейшем более сложных сочетаний ритмического рисунка. Шаг на месте, переступание способствуют овладению танцевальными шагами.

Индивидуализация обучения заключается в учете индивидуальных особенностей ребенка. Так, например, детям робким, застенчивым предлагается показать какое-либо упражнение остальным детям, в игре предлагаются ведущие роли, что способствует освобождению детей от застенчивости и повышению интереса к занятиям.

**2. Принцип постепенного повышения требований** заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

**3. Принцип систематичности** – непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия способствуют не только достижению эффективности обучения, но и дисциплинируют детей, приучают их к методичной регулярной работе и доведению до конца начатого дела.

**4. Принцип сознательности и активности** предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для этого необходимо четко объяснять ребенку, что и как нужно выполнить, и почему именно так, а не иначе.

**5. Принцип повторяемости материала** заключается в многократном повторении вырабатываемых двигательных навыков. Программным материалом предусмотрено многократное повторение упражнений, способствующих образованию двигательного стереотипа. Для поддержания интереса и привлечения внимания детей к занятиям необходимо вносить в повторяющиеся упражнения некоторые изменения, или предлагать разнообразные методы и приемы их выполнения.

**6. Принцип гуманности** выражается в безусловной вере в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения.

### 3. Организационный раздел

#### Расписание танцевальной студии

Вторник	16:00 - 16:20 (группы №5, №6, №7)
	16:25 - 16:55 (группы №1, №4, №9, №12, №14)
Четверг	16:00 - 16:20 (группы №5, №6, №7)
	16:25 - 16:55 (группы №1, №4, №9, №12, №14)

#### Структура занятия

##### Младший возраст.

1. Вводная часть (5 мин).
  - разминка
2. Основная часть: 12 мин.
  - Прослушивание музыкального фрагмента, обсуждение характера, темпа, ритмических особенностей.
  - Творческие задания на прослушанный фрагмент (фантазии, импровизации...)
  - Разучивание основных движений танца, составление сюжета, собственных движений.
  - Музыкальная игра, коммуникативные танцы-игры
3. Заключительная часть. 3 мин.
  - упражнения на восстановление дыхания
  - игровой самомассаж
  - релаксация

#### Структура занятия

##### Старший возраст.

1. Вводная часть. 7 мин.
  - разминка
2. Основная часть. 15 мин.
  - Прослушивание музыкального фрагмента, обсуждение характера, темпа, ритмических особенностей.
  - Творческие задания на прослушанный фрагмент (фантазии, импровизации...)
  - Разучивание основных движений танца, составление сюжета, собственных движений.
  - Музыкальная игра, коммуникативные танцы-игры
3. Заключительная часть. 3 мин.
  - упражнения на восстановление дыхания
  - игровой самомассаж
  - релаксация

#### Материально-техническое обеспечение реализации программы

**Помещение:** музыкальный зал

**Оборудование, инвентарь:**

- Музыкальный центр.
- Цифровое пианино.
- Деревянные ложки.
- Колокольчики.
- Костюмы для выступления.
- Шапочки: овощей, цветов, животных, грибов, птиц.

## Календарно – тематическое планирование

Октябрь – 1-2 занятие					
Раздел занятия	Строевые упражнения	Ритмика и музыкальные игры	Хореографические упражнения	Танцевальные шаги	Ритмический танец
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»)	1. Хлопки на каждый счет и через счет  2. Ритмический танец «Головами покиваем» (музыка Е. Железновой)	1. Первая, вторая, позиции рук и ног  2. Танцевальная разминка	Приставной и крестный шаг в сторону	Танец «Мы ногами топ-топ»  Танец «Лягушата»
Октябрь – 3-4 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («Змейкой»)	1. Удары ногой на каждый счет и через счет  2. Ритмический танец «Головами покиваем» (музыка Е. Железновой)	1. Первая, вторая, позиции рук и ног  2. Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону	Танец «Мы ногами топ-топ»  Танец «Лягушата»
Октябрь – 5-6 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («Змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько	Шаги на каждый счет и через счет: 1 – шаг вперед с левой 2- держать 3- вперед с правой 4 – держать 2. Ритмический танец «Головами покиваем» (музыка Е. Железновой)	1. Первая, вторая, позиции рук и ног  2. Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону	Танец «Мы ногами топ-топ» Танец «Лягушата» Танец «Степ»
Октябрь – 7-8 занятие					

1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению. Перестроение в круг.	1. Удары ногой на каждый счет и через счет  2. Ритмический танец «Головами покиваем» (музыка Е. Железновой)	1. Первая, вторая, позиции рук и ног  2. Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону	Танец «Мы ногами топ-топ» Танец «Лягушата» Танец «Степ»
Ноябрь – 1-2 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению. Перестроение в круг.	1. На первый счет - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза. 2. Танцевально-ритмическая гимнастика «Птицы»	1. Первая, вторая, позиции рук и ног  2. Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону	Танцевально-ритмическая гимнастика «Ручки вверх» Танец «Мы ногами топ-топ» Танец «Лягушата» Танец «Степ»
Ноябрь – 3-4 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению в образно-двигательных действиях. Перестроение в круг	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза. 2. Танцевально-ритмическая гимнастика «Птицы»	1. Первая, вторая, позиции рук и ног  2. Танцевальная разминка	Дробный топающий шаг по кругу	Танцевально-ритмическая гимнастика «Ручки вверх» Танец «Мы ногами топ-топ» Танец «Лягушата» Танец «Степ»
Ноябрь – 5-6 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Повторить занятие 3-4	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза 2. Танцевально-ритмическая гимнастика «На носок»	1. Первая, вторая, позиции рук и ног  2. Танцевальная разминка	Дробный топающий шаг по кругу	Танцевальная композиция «Весёлая зарядка» Танец «Лягушата» Танец «Степ»
Ноябрь – 7-8 занятие					

1. Движение 2. Композиции, танцы	Перестроение в шеренгу и колонну	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза 2. Танцевально-ритмическая гимнастика «На носок»	1. Первая, вторая, позиции рук и ног  2. Танцевальная разминка	Дробный топающий шаг по кругу	Танцевальная композиция «Весёлая зарядка» Танец «Лягушата» Танец «Степ»
Декабрь – 1-2 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Бег по кругу и ориентирам («змейкой»)	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза Ритмический танец «Если весело живется...»	1. Вторая, третья, позиции рук, третья и четвертая позиции ног  2. Танцевальная разминка	Сочетание приставных и скрещенных шагов в сторону	Танец «Валенки»
Декабрь – 3-4 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Бег по кругу и ориентирам («змейкой»)	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза Ритмический танец «Если весело живется...»	1. Вторая, третья, позиции рук, третья и четвертая позиции ног  2. Танцевальная разминка	Сочетание приставных и скрещенных шагов в сторону	Танец «Валенки»
Декабрь – 5-6 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в круг	На каждый счет по очереди поднимают руки вперед, затем также опускают Музыкально-подвижная игра «Найди предмет» - стр. 111(Са-фи-дансе)	1. Полуприсяды, стоя боком к опоре. Выставление ноги на носок в сторону, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках, держась за опору. 2. Танцевальная разминка	Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах.	Танец «Валенки»
Декабрь – 7-8 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в круг	На каждый счет по очереди хлопают в ладоши Игра «Найди предмет» - стр. 111(Са-фи-дансе)	Полуприсяды, стоя боком к опоре. Выставление ноги на носок в сторону, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках, держась за опору.	Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах.	Танец «Валенки»

Январь – 1-2 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Передвижение шагом и бегом. Построение в круг	На каждый счет по очереди хлопают в ладоши Игра «Музыкальные стулья» - стр. 114(Са-фи-дансе)	1.Полуприсяды, стоя боком к опоре. Выставление ноги на носок в сторону, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках, держась за опору. 2.Танцевальная разминка	Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах.	Танец «Валенки»
Январь – 3-4 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Передвижение шагом и бегом. Построение в круг	Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – ослабление силы звука. Игра «Музыкальные стулья» - стр. 114(Са-фи-дансе)	1.Полуприсяды, стоя боком к опоре. Выставление ноги на носок в сторону, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках, держась за опору. 2.Танцевальная разминка	Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах.	1.Танец «Зима» 2.Коммуникативный танец
Январь – 5-6 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу	1.Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх. на четыре счета – опустить, врассыпную 2.Ритмический танец «Лавота»	1.Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2.Танцевальная разминка	В кругу: четыре мягких шага к центру, восемь высоких шагов назад, четыре приставных шага вправо с хлопком, то же – влево.	1.Танец «Зима» 2.Коммуникативный танец
Январь – 7-8 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу, сцепление за руки.	1.Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. 1-4 – руки в сцеплении вверх 5-8 – руки вниз, 1-2 – руки в сцеплении вверх, 3-4 руки вниз, 5-8 повторить счет 1-4 Ритмический танец «Солдатики»	1.Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2.Танцевальная разминка	В кругу: четыре мягких шага к центру, восемь высоких шагов назад, четыре приставных шага вправо с хлопком, то же – влево.	1.Танец «Зима» 2.Коммуникативный танец
Февраль – 1-2 занятие					

1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу, сцепление за руки.	1. 1-4 – шаг вперед, руки в сцеплении вверх. 5-8 - шаг вперед, руки в сцеплении вниз  2. Ритмический танец «Солдатики»	Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2. Танцевальная разминка	В кругу: четыре мягких шага к центру, восемь высоких шагов назад, четыре приставных шага вправо с хлопком, то же – влево.	1. Танец «Зима» 2. Коммуникативный танец
Февраль – 3-4 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в рассыпную	1. Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта: и.п. – стойка, руки на пояс; 1-2 – наклон вперед; 3-4 – выпрямиться; – притоп; 2. Ритмический танец «Солдатики»	1. Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2. Танцевальная разминка	Прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад, тоже с поворотом на 360 градусов	1. Танец со стульчиками 2. Коммуникативный танец
Февраль – 5-6 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу, сцепление за руки.	1. Выполнение простых движений руками в различном темпе: 1-4 – руки в сцеплении вверх 5-8 – руки вниз, 1-2 – руки в сцеплении вверх, 3-4 руки вниз, 5-8 повторить счет 1-4 2. Ритмический танец «Раз, два -поворот»	1. Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2. Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа	1. Танец со стульчиками 2. Коммуникативный танец
Февраль – 7-8 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг (стр.124, «Сафи-дансе»)	1. Выполнение простейших движений руками в различном темпе. 2. Ритмический танец «Раз, два -поворот»	1. Пятая и шестая позиции ног 2. Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа	1. Танец со стульчиками 2. Коммуникативный танец
Март – 1-2 занятие					

1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в круг	1.Выполнение простейших движений руками в различном темпе: И.п. – упор присев 1-4 – встать, руки вверх 5-8 упор присев. 2.Музыкально-подвижная игра «Усни-трава» (стр.127, «Са-фи-дансе»)	1. Пятая и шестая позиции ног 2.Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону , три притопа	1.Танец с цветами 2.Коммуникативный танец
Март – 3-4 занятие					
1. Движение 2. Композиции.	Построение в круг	1. Занятие 1-2 (март) 2.Креативная гимнастика «Магазин игрушек» (стр.129, «Са-фи-дансе»)	1. Пятая и шестая позиции ног 2.Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону , три притопа	1.Танец с цветами 2.Коммуникативный танец
Март – 5-6 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в круг	1.Выполнение простейших движений руками в различном темпе: И.п. – основная стойка лицом в круг. 1-4 – руки плавно вверх. 5-8 –плавно вниз. 1-4 – плавно в стороны. 5-8 – плавно вниз. 2.Креативная гимнастика «Магазин игрушек» (стр.129, «Са-фи-дансе»)	1.И.п. – стоя лицом к опоре, руки на опоре. 1-2 – полуприсед 3-4 встать 5-8 – повторить 1-4 2.Танцевальная разминка	И.п. – стойка руки на пояс, левым боком к центру круга 1-8 - восемь прыжков с ноги на ногу, другую сгибая назад 1-8 – восемь таких же прыжков с поворотом на 360 градусов, руки в стороны	1.Танец с цветами 2.Коммуникативный танец
Март – 7-8 занятие					
1. Движение 2. Композиции.	Построение в круг	1. Повторить занятие 5-6 (март) 2. Музыкально-подвижная игра «Кот и мыши» (стр.135, «Са-фи-дансе»)	1.Повторить занятие 5-6 (март) 2.Танцевальная разминка	1.Повторить занятие 5-6 (март)	1.Танец с цветами 2.Коммуникативный танец
Апрель – 1-2 занятие					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу	1. Движения руками: И.п. – правая рука вверх 1-4 – правая рука плавно вниз 5-8 – левая рука плавно вверх 2. Музыкально-подвижная игра «Кот и мыши» (стр.135, «Са-фи-дансе»)	1.Повторить занятие 5-6 (март) 2.Танцевальная разминка	1.Повторить занятие 5-6 (март)	1.Танец с цветами 2.Коммуникативный танец

Апрель – 3-4 занятие					
1. Движение 2. Композиции. танцы	Построение в две шеренги напротив друг друга	1. Движения руками: 1-4 – 1 шеренга руки плавно вперед. 5-8 – 2 шеренга – тоже 1-4 – 1 шеренга руки плавно вниз 5-8 – 2 шеренга – тоже 2. Танцевально-ритм. гимнастика «Я танцую»	1. Пятая и шестая позиции ног 2. Танцевальная разминка	Приставные шаги с поворотом вокруг себя	Вальс «Фантазия»
Апрель – 5-6 занятие					
1. Движение 2. Композиции.	Музыкальная игра на построение в колонну, шеренгу, круг	1. Общеразвивающее упражнение с платочком (стр. 138, «Са-фи-дансе») 2. Танцевально-ритм. гимнастика «Я танцую»	1. Пятая и шестая позиции ног 2. Танцевальная разминка	Приставные шаги с поворотом вокруг себя	Вальс «Фантазия»
Апрель – 7-8 занятие					
1. Движение 2. Композиции. танцы	Музыкальная игра на построение в колонну, шеренгу, круг	1. Общеразвивающее упражнение с платочком (стр. 138, «Са-фи-дансе») 2. Танцевально-ритм. гимнастика «Упражнение с платочком» (стр. 139-140 «Са-фи-дансе»)	1. Пятая и шестая позиции ног 2. Танцевальная разминка	Приставные шаги с поворотом вокруг себя	Вальс «Фантазия»
Май – 1-2 занятие					
1. Движение 2. Композиции. танцы	Музыкальная игра на построение в колонну, шеренгу, круг	1. Общеразвивающее упражнение с платочком (стр. 138, «Са-фи-дансе») 2. Танцевально-ритм. гимнастика «Упражнение с платочком» (стр. 139-140 «Са-фи-дансе»)	1. Пятая и шестая позиции ног 2. Танцевальная разминка	Приставные шаги с поворотом вокруг себя в парах	Вальс «Фантазия»
Май – 3-4 занятие					
1. Движение 2. Композиции.	Построение в круг	1. Повторить весь комплекс 2. Музыкально-подвижная игра «Карлики и великаны» (стр. 146 «Са-фи-дансе»)	Упражнения из пройденных элементов 2. Танцевальная разминка	Креативная гимнастика «Ай, да я!» (стр. 144 «Са-фи-дансе»)	Повтор пройденного материала.
Май – 5-6 занятие – сюжетное «В мире музыки и танца»					

1. Движение 2. Композиция.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по два	Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую» - импровизация на изученных танцевальных движениях	Танцевальная разминка - все изученные комплексы	Креативная гимнастика «Ай, да я!» (стр. 144 «Са-фи-дансе»)	Конкурс «Лучший танцор»

## Литература

1. Слущкая, С. Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду / С. Л. Слущкая. – М. : Линка-Пресс, 2006. – 272 с.
2. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. А.И. Буренина.– СПб.: ЛОИРО, 2000. – 220 с.
3. Циркова, Н. П. В мире бального танца: программа развития творческих способностей детей средствами танцевального искусства / Н. П. Циркова. – М. : Владос, 1999. – 60 с.
4. Горшкова, Е. В. От жеста к танцу / Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце/ Е. В. Горшкова. – М.: Гном и Д, 2004. – 120 с.
5. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г./Танцевально-игровая гимнастика для детей/ Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – СПб.: Детство-пресс, 2001. – 323с.
6. Колодницкий, Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г. А. Колодницкий. – М.: Гном – Пресс, 2000. – 64 с.
7. Анисимова, Г. И. Сто музыкальных игр для развития дошкольников / Г. И. Анисимова. – Ярославль: Академия развития, 2005. – 96 с.
8. Роот, З. Я. Танцевальный калейдоскоп: автор. композиции для детей старшего дошкольного возраста / З. Я. Роот. – М. : Аркти, 2004. – 48 с.
9. Картушина, М.Ю. Конспекты логоритмических занятий с детьми 4-5 лет/ . М.Ю.Картушина. –М.: Сфера, 2010.-56с
10. Картушина, М.Ю. Конспекты логоритмических занятий с детьми 6-7 лет/ . М.Ю.Картушина. –М.: Сфера, 2010.-57с.