

Структурное подразделение «Детский сад №4» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 8 имени Героя Социалистического труд Б.П. Бещева городского округа Октябрьск Самарской области

Обсуждено и принято
на педагогическом совете
ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск
(протокол № 10
от «29» августа 2022г.)

«Утверждаю»
Директор
ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск
Шальнова Е.В.
Приказ № 306 -ОД от «31» августа 2022г

**Дополнительная общеобразовательная программа-
дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-оздоровительной направленности
«Веселая ритмика» для детей 5-7 лет**

автор:
инструктор по физической культуре
СП «Детский сад №4» ГБОУ СОШ №8
г.о.Октябрьск Самарской области
Шилина Лариса Викторовна

г.о. Октябрьск 2022 год

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка
1.1. Направленность Программы
1.2. Актуальность Программы
1.3. Цель и задачи Программы
1.4. Отличительные особенности Программы
1.5.Адресат Программы
1.6.Планируемые результаты освоения Программы
1.7.Формы педагогической диагностики
1.8 Результаты фиксации освоения Программы
II.Содержание программы
2.1.Учебный план программы содержит периоды обучения, перечень разделов, тем, количество часов по каждой теме, формы контроля.
III.Методическое сопровождение Программы
3.1.Методы обучения
3.2.Формы организации занятия
3.4.Алгоритм занятия (краткое описание структуры занятия и его этапов)
3.5.Педагогические технологии
IV.Организация работы по программе
4.1 Срок реализации Программы
4.2.Режим занятий, их продолжительность и периодичность
4.3.Особенности организации образовательного процесса
4.4.Материально –техническое и информационное обеспечение

V.Методическое обеспечение (список используемой литературы)

5.1.Литература, используемая педагогом для разработки программы и организации образовательного процесса.

5.2.Литература, рекомендуемая для детей и родителей по данной программе.

I. Пояснительная записка.

Ритмика – это ритмические движения под музыку, и именно она является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Занятия ритмикой и танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

При составлении программы использовались следующие программы и технологии:

Программа «Ритмическая мозаика», А.И. Буренина;

«Танцевальная ритмика для детей» Т.И.Суворова;

«Учите детей танцевать», Пуртова Т. В.

«Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет» К .К. Утробина

«Воспитание двигательной культуры дошкольников» Л .Н. Волошина

Программа «Веселая ритмика» ориентирована на детей дошкольного возраста от 5-ти до 7-ми лет. В качестве основной формы реализации программы выступает организация кружка дополнительного образования. Занятия проводятся в физкультурном зале.

1.1. Направленность Программы

Данная программа направлена на формирование и развитие физических качеств, двигательных умений и навыков, развитие чувства ритма и музыкального слуха, сочетания движений с музыкой.

Принципы:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является физическое развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, при этом имеет возможность реализации в массовой практике дошкольного образования)
- отвечает критериям полноты, необходимости и достаточности и позволяет решать поставленные цели и задачи; обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей, дошкольного возраста; в процессе реализации которых формируются также знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к творческому развитию детей дошкольного возраста;
- строится с учетом принципа воспитывающего обучения, прочности, сознательности, наглядности, доступности, постепенности, последовательности и систематичности в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

Основными приемами обучения танцевальных композиций являются: показ с объяснением; объяснение без показа, игровые приемы, вопросы, оценка качества выполнения движения, предусматривает решение программных образовательных задач и совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей.

1.2. Актуальность программы.

В программе систематизированы средства и методы физкультурно-оздоровительной работы. Обоснованно распределены в соответствии с психолого-педагогическими особенностями этапы физического развития детей дошкольного возраста, использование отдельных видов детской творческой деятельности (танцевальные движения, ритмическая гимнастика, сюжетно-образные танцы) в процессе физического развития.

Составление программы основывалось на следующих предположениях: танцы- как процесс развития творческой способности ребенка к самовыражению является последовательным и системным. Поэтому, важнейшим в детском

творчестве является создание условий для развития творческих способностей каждого ребенка, развитие художественно-эстетических качеств дошкольников для самореализации в условиях нашего современного общества, поиск новых форм и методов по физическому воспитанию и повышения интереса детей к занятиям за счет введения увлекательных упражнений, позволяющих в игровой форме развивать гибкость, координацию, укреплять мышцы, понимать как они владеют своим телом.

1.3. Цель и задачи Программы

Цель программы: - формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, физических качеств, осмысленности и произвольности движений. Создание условий для укрепления и сохранения здоровья детей на основе формирования творческого воображения.

Задачи программы:

Развитие двигательных качеств и умений:

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

Развитие музыкальности:

- развитие способности чувствовать настроение и характер музыки;
- развитие чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти.

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- привитие основных навыков в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание;
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации;

Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- развитие восприятия, внимания, памяти;

Развитие социально-коммуникативных качеств личности:

Воспитание таких качеств, как целеустремлённость, собранность, работоспособность, коллективизм;
воспитание умения сопереживать сверстнику, партнёру по деятельности;
воспитание умения соблюдать правила во время взаимодействия в группе.

Укрепление здоровья детей:

Укрепления здоровья за счет физических упражнений и двигательной активности.

1.4. Отличительные особенности Программы

В работе с дошкольниками обучение идет по «спирали», с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения, пройденный материал подается на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

В выборе обучающего материала для каждой конкретной группы детей, учитывается принцип индивидуального подхода, учитывается состав группы, физические данные и возможности детей.

1.5. Адресат Программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы.

Программа рассчитана на детей в возрасте 5-7 лет.

Старшая группа. Дети 5-6 лет. Первый год обучения.

Возрастные особенности. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, но теперь ребенок желает показать себя миру. Здесь очень важно выстраивать занятия так, чтобы дети могли проявить себя, обязательно хвалить их и отмечать, что ребенок старается, выполняет упражнение или движение правильно. У детей появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что, значительно, по сравнению с предыдущим возрастным контингентом, ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает. Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности», поэтому, важно контролировать двигательную активную деятельность детей с учетом их индивидуальности. Научиться управлять своим

поведением помогут различные задания, поручение взрослого и отдельные физические упражнения. В связи с этим формируются и интенсивно развиваются волевые качества детей.

Подготовительная группа. Дети 6-7 лет. Второй год обучения.

Возрастные особенности. В целом ребенок 6-7 лет осознает себя как личность. Дети уже больше осознают свое «Я», хорошо взаимодействуют со сверстниками, появляется стремление научиться делать движения лучше, красивее, точнее. Они уже способны самостоятельно исправлять свои ошибки и вносить коррекцию по ходу двигательной деятельности. Таким детям легче освоить сложно-координированные танцевальные движения и гимнастические упражнения. В 6-7 лет старшие дошкольники способны осознанно совершать отдельные движения разными частями тела, тренируя ритмику, ловкость и грацию. Многие из них с удовольствием соревнуются в умениях со сверстниками, развивая дух соперничества. Учитывая возросшие интеллектуально-творческие возможности детей и опираясь на достаточно высокий уровень развития произвольности движений дошкольников этого возраста, становятся умения, обеспечивающие построение сложных структур двигательной деятельности, ее когнитивные (познавательные) характеристики. На этой основе у детей воспитывается осмысленное целостное отношение к движению. Особое внимание уделяется развитию способности к двигательной «режиссуре» - к самостоятельной разработке и воплощению проекта сложной композиции движений в тех или иных условиях.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы - продолжительность образовательного процесса составляет два года обучения.

Формирование двигательных навыков и умений на разных этапах обучения

1. Начальный этап-обучение упражнению (название упражнения, показ упражнения, объяснение техники).
2. Этап углубленного разучивания. Основная задача сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерности движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.
3. Этап закрепления и совершенствования. Ранее разученные упражнения, танцевальные движения, используются в различных комбинациях комплексах и танцах.

1.6. Планируемые результаты освоения программы:

Критерием оценки можно считать следующие показатели:

- овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;
- овладение выразительностью и красотой движения;
- овладение чувством ритма;
- возросший интерес к занятиям танцевально – ритмической деятельностью;
- укрепление физических качеств;
- укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
- развитие правильной осанки.

Ожидаемыми результатами и способами определения их результативности является педагогическая диагностика, которая обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы и позволяет выявить эффективность используемых методов и приемов во взаимодействии с детьми.

Педагогическая диагностика проводится два раза в год.

1.7.Формы педагогической диагностики.

Диагностика танцевально-ритмической деятельности

Исследование развития детей в танцевально-ритмической деятельности проводится в начале и в конце каждого учебного года.

Беседа с детьми проводится с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью.

Вопросы:

1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома аудио и видео записи с детскими песнями, музыкальными сказками?
3. Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)

4. Какая самая любимая твоя песня? Танец?
5. Поете ли вы вместе с мамой, папой?
6. Танцуете ли вы с мамой, папой?
7. Когда ты был последний раз в театре, в цирке, на представлении? Что смотрел?
8. Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Анкетирование родителей проводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально-ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности.

Вопросы:

1. Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?
2. Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?
3. Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?
4. Понимает ли он содержание песен?
5. Передает ли в движении характер музыки, ритм?
6. Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?
7. В чем это выражается?
8. Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?
9. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка ?
10. Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?

Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности:

«1» - Низкий уровень. Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности неглубокие, несодержательные, необъективные и немотивированные. Не использует движения под музыку в свободной деятельности.

«2» - Средний уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания. Предпринимает попытки выразить в движении музыкальные образы. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности не всегда обоснованы. Самостоятельное, фрагментарное внесение танцевальных движений в свою деятельность.

«3» - Высокий уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности мотивированы, объективны, содержательны. Самостоятельная музыкально-ритмическая деятельность систематическая и устойчивая.

Диагностика специальных двигательных умений ребенка в контексте музыкально-ритмической деятельности осуществляется в соответствии с уровнями.

Диагностический инструментарий (игровые и ритмические упражнения)

Выявление качества музыкально-ритмических движений:

1. Выполнение элементов танца:

Старшая группа – выполнить движения небольшой группой (поскоки, шаг с притопом, кружение парами).

Подготовительная группа – выполнить небольшой группой движения танца (выразительно, ритмично) – шаг польки, кружение на месте на поскоках.

2. Создание музыкально-игрового образа:

Старшая группа – передать в движении образ кошки (“вся мохнатенька”).

Подготовительная группа – исполнить музыкально-игровой образ в развитии. Игра “Кот и мыши” (действовать выразительно и согласованно с музыкой).

Выявление уровня ритмического слуха:

Старшая группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести хлопками (четырёхтактное построение).

Подготовительная группа – послушать мелодию (четырёхтактное построение) и отхлопать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей.

Игровые диагностические задания для выявления особенностей воспроизведения детьми старшей и подготовительной группы музыкальных образов в движении

Вариант 1. Несюжетные этюды

Детям предлагается послушать музыку, определить, сколько частей в произведении, их характер. Затем, после повторного прослушивания каждой части, дети определяют, какие движения можно исполнить под эту музыку, и самостоятельно выполняют их.

Пример: «Тема с вариациями», музыка Т. Ломовой (задание на различение характера музыки и формы музыкального произведения). Двигательная основа этюда: плавный шаг, подскоки, бег, ходьба.

Вариант 2. Сюжетные этюды

Вначале следует образный рассказ, раскрывающий сюжет этюда. Затем исполняется музыка. Дети сами должны найти соответствующие движения, помогающие эмоционально передать игровой образ сюжета. Такие этюды могут быть выполнены небольшой группой детей или индивидуально.

Пример: «Подружки», музыка Т. Ломовой. Сюжет: пошли подружки в поле погулять, а там цветов красивых видимо-невидимо. Как зеленый ковер, трава расстилается, под теплым ветерком цветы головками кивают. Стали девочки цветы собирать — красный мак, белую ромашку, синие васильки, лиловые колокольчики, розовую кашку. Нарвали большие букеты и начали плести венки. Надели венки на голову — собой любят. Притопнули каблучком и заплясали. Довольные прогулкой, пошли девочки обратно домой. Музыка представляет собой 3-х частную форму, предполагающую действия: 1 часть — прогулка, сбор цветов, плетение венков, 2 часть — веселый перепляс и 3 часть — ходьба.

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты:

- интерес ребенка к заданию;
- готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию;
- понимание и переживание музыкального образа в исполняемом этюде, адекватность его передачи в движении;

- владение танцевальными умениями;
- нестереотипность танцевальной импровизации.

Уровни развития танцевально-ритмических навыков.

«1» - Низкий уровень. Не умеют технически точно, легко и выразительно выполнить гимнастические и имитационные движения.

«2» - Средний уровень. Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

«3» - Высокий уровень. Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами. Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями

«1» - Низкий уровень – смену движений производит с запаздыванием, движения не

«2» - Средний уровень – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

Уровень ритмического слуха

«1» - Низкий уровень – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

«2» - Средний уровень – допускает 2-3 ошибки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

Уровень качества танцевально-ритмических движений.

«1» - Низкий уровень – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

«2» - Средний уровень – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

Уровень артистичности и творчества в танцах

«1» - Низкий уровень – не справляется с заданием.

«2» - Средний уровень – использует стандартные ритмические рисунки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

Уровень артистичности и творчества в танцах

«1» - Низкий уровень - движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

«2» - Средний уровень - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

«3» - Высокий уровень – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

Таблица диагностики танцевально-ритмической деятельности

Группа № Старшая группа

Н.г. – начало года

К.г. – конец года

1.8 Результаты фиксации освоения Программы

Критерием оценки можно считать следующие показатели:

- овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;
- овладение выразительностью и красотой движения;
- овладение чувством ритма;
- возросший интерес к занятиям танцевально – ритмической деятельностью;
- укрепление физических качеств;
- укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
- развитие правильной осанки.

Ожидаемыми результатами и способами определения их результативности является педагогическая диагностика, которая обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы и позволяет выявить эффективность используемых методов и приемов во взаимодействии с детьми.

Педагогическая диагностика проводится два раза в год.

II.Содержание программы

2.1.Учебный план программы содержит периоды обучения, перечень разделов, тем, количество часов по каждой теме, формы контроля.

Программа разделена по возрастам и рассчитана на два года обучения в соответствии с возрастными группами детей:
 Старшая группа – дети 5-6 лет, занятия 2 раз в неделю по 25 мин.

Подготовительная группа – дети 6-7 лет, занятия 2 раз в неделю по 30 мин.

Учебно-тематический план на первый год обучения.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество занятий	в том числе	
			теоретических	практических
1.	Диагностика, тестирование (беседа, игровые упражнения)	1	1	
2.	Танцевальная разминка (образные танцевальные упражнения с использованием изображений животных, бег, прыжки)	11	3	8
3.	Ритмическая гимнастика (умение соотносить движения с музыкой)	12	4	8
4.	«Веселый тренинг» (упражнения на развитие гибкости позвоночника и координации движений с использованием логоритмики).	12	4	8
5.	Танцевальные движения (движения связаны с работой корпуса: повороты ,наклоны в сочетании с другими элементами)	12	4	8
6.	Сюжетно-образные танцы (разучивание танцевальных композиций с предметами-мячами, султанчиками, лентами)	12	4	8
7.	Музыкальные игры (использование знакомых игр).	2	1	1
8.	Итоговое занятие	1		1

9.	Показательное мероприятие для родителей.	1		1
<i>Итого:</i>		64	21	43

Учебно- тематический план на второй год обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее количество занятий	в том числе	
			теоретических	практических
1.	Диагностика. Тестирование (беседа, игровые упражнения.)	1	1	
2.	Танцевальная разминка (образные танцевальные упражнения в движении-в ходьбе, беге, прыжках.)	11	3	8
3.	Ритмическая гимнастика (умение соотносить танцевальные движение с музыкой.)	12	4	8
4.	«Веселый тренинг» (упражнение на развитие гибкости позвоночника и координацию движений .)	12	4	8
5.	Сюжетно-образные танцы (разучивание новых сюжетно-образных танцев.)	12	4	8
6.	Танцевальные движения:(разучивание новых танцевальных движений)	12	4	8
7.	Музыкальные игры.(использование знакомых игр.)	2	1	1
8.	Итоговое занятия.	1		1
9.	Показательное мероприятие для родителей	1		1
<i>Итого:</i>		64	21	43

Перспективный план занятий по программе «Веселая ритмика».

		Старшая группа	Подготовительная группа
Сентябрь – Октябрь - Ноябрь	Диагностика	Диагностический инструментарий (танцевальные и игровые упражнения)	Диагностический инструментарий (танцевальные игровые упражнения)
	Танцевальная разминка	Изображение животных в движении, упражнения для всех групп мышц с предметами и без них; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями	Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках); использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев; движения по показу из пройденных элементов и движений
	Веселый тренинг	Упражнения позволяющие развивать гибкость позвоночника и пластику движений на полу с использованием с логоритмики и растяжки: «Качалочка», «Морская звезда», «Стойкий оловянный солдатик». плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения) «Самолет, «Каруселька».	Упражнения для развития гибкости с усложнением: медленный переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки «Качалочка», «Плавание на байдарке», «Велосипед», «Ножницы», «Гусеница».
	Танцевальные движения	Повторение пройденных элементов и их усложнение; танцевальные движения с атрибутами (чередование - мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке) пройденные и новые, более сложные; движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями	Повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение; упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) более сложные; работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами построение в два круга

	Сюжетно-образные танцы	Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение Изучение новых танцев «Звездная фантазия», «Танец со шляпами», «Сакура»	Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений новые танцы «Мы маленькие звезды», «Барбарики», «Танец с голубями»
	Музыкальные игры	Ранее изученные игры, игра «Передай настроение», «Затейники», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй», «Снеговик», «Зеркало», «Веселая карусель».	Изученные игры: «Найди свой кружок», «Будь внимателен», «Танцевальные догонялки», «Холодно-жарко», «Пингвины на льдинах», «Передай настроение», «Прекрасные цветы».

Декабрь – Январь – Февраль	Танцевальная разминка	Изображение различных животных в движении; упражнения для всех групп мышц с предметами и без; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями	Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках); использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев; движения по показу из пройденных элементов и движений
	Веселый тренинг	Упражнения на развитие , гибкости позвоночника с использованием упражнений А, и логоритмики: «Каруселька», «Колобок», «Цапля», «Ах, ладошки, вы, ладошки!» плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения) «Маленький мостик», «Птица».	Упражнения в упражнении с использованием музыкальной подборки; медленный переход из упражнения в упражнение с использованием стихотворения «Самолет», «Паровозик», «Качалочка», «Плавание на байдарке», «Велосипед», «Ножницы», «Гусеница»

	Танцевальные движения	Повторение пройденных движений, танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; построение в круг, в линию, в две, в три линии, <u>в четыре линии с использованием пройденных</u>	Повторение изученных ранее, противоходы и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; <u>танец польки по кругу со сменой партнера;</u>
	Сюжетно-образные танцы	Повторение изученных ранее танцев; изучение нового «Едим к бабушке в деревню», «Разноцветная игра» «Плюшевый медвежонок», «Полечка», «У леса на опушке»	Повторение изученных танцев, добавление новых «Гномики», «Танец солдатиков и куколок», «Чунга - чанга», «Танец с зонтиками».
	Музыкальные игры	Ранее изученные игры по желанию, игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй», «Магазин игрушек», «Мы едем, едем, едем», «Снежинки-ручейки» «Пингвины на льдинах»	Ранее изученные игры; Игра « Передай хорошее настроение», «Завивайся ниточка в клубочек», «Зверобика», «Снежная карусель», «Затейники».
	Открытый урок	Сценарий по пройденному материалу	Сценарий по пройденному материалу

Март – Апрель - Май	Танцевальная разминка	Изображение различных животных в движении, упражнения для все групп мышц с предметами и без; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями	Пройденные упражнения, смена упражнений на растяжку с использованием стихотворения «Колобок», «Гусеница», «Потягивание»
	Веселый тренинг	Упражнения на развитие , гибкости позвоночника с использованием логоритмики: «Каруселька», «Колобок», «Цапля», «Ах,	Упражнения в упражнении с использованием музыкальной подборки; медленный переход из упражнения в упражнение с использованием

	<p>ладошки, вы, ладошки!»</p> <p>плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения)</p> <p>«Маленький мостик», «Птица».</p>	<p>стихотворения «Самолет», «Паровозик», «Качалочка», «Плавание на байдарке», «Велосипед», «Ножницы», «Гусеница», «Птица»</p>
Танцевальные движения	<p>Повторение пройденных движений, движения польки по кругу в парах и усложнение движений;</p>	<p>Повторение изученных ранее, перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов;</p> <p>танцевальные движения в парах и смена партнера в движении;</p> <p>танец польки по кругу со сменой партнера;</p>
Сюжетно-образные танцы	<p>Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение</p> <p>Изучение нового танца «Стирка», «Танец с цветами», «Волшебный цветок» в различных видах построения</p>	<p>Повторение изученных танцев, добавление нового «Куколки и Мишки», «Кукляндия», «Волшебный цветок», Домисолька».</p>
Музыкальные игры	<p>Ранее изученные игры по желанию, «Прекрасные цветы», «Поезд», «Холодно-жарко», «Воздушный шар», «Снежинки-ручейки», «Передай настроение», «Ниточка с иголочкой», «Веселая карусель», «Снеговик», «Холодно-жарко».</p>	<p>Ранее изученные игры; «Море волнуется», «Одуванчики», игра «Зеркало», «Круг-кружочек», «Воздушный шар», «Передай настроение», «Завивайся ниточка в клубочек», «Веселая карусель», «Круг-кружочек»</p>
Итоговое занятие	<p>Сценарий по пройденному материалу</p>	<p>Сценарий по пройденному материалу</p>

III. Методическое сопровождение Программы

3.1. Методы обучения

Методы слухового восприятия

Методы слухового восприятия основываются на использовании педагогом слова. Они активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных представлений о движении. Через слово ребенок получает новые знания, понятия, что во многом определяет его отношение к занятиям физическими упражнениями в целом и к изучаемому упражнению в частности. Педагог имеет возможность использовать две функции слова: смысловую, с помощью которой выражается содержание преподаваемого материала, и эмоциональную, позволяющую воздействовать на чувства ребенка.

Рассказ, придуманный педагогом или взятый из книги, используется для возбуждения у детей интереса к занятиям физическими упражнениями, желания ознакомиться с техникой их выполнения. Сюжетный (тематический) рассказ можно применять непосредственно на занятии. Например, педагог рассказывает о поездке на дачу, о прогулке в лес и т. д., а дети выполняют соответствующие упражнения. На занятиях используются также стихи, считалки, загадки.

Описание — это подробное и последовательное изложение особенностей техники выполнения разучиваемого движения. Описание, необходимое для создания общего представления о движении, используется обычно при обучении детей старшего дошкольного возраста. Словесное описание нередко дополняется показом упражнения. Например, показывая в замедленном темпе, как надо метать мешочки на дальность правой рукой, педагог говорит: «Дети, посмотрите, как я буду метать мешочек с песком. Вот я взяла мешочек в правую руку и крепко держу его. Встаю около веревки. Правую ногу отставляю назад, немного поворачиваюсь вправо, руку с мешочком опускаю вниз. А теперь смотрю вперед, прицеливаюсь. Затем замахииваюсь, отвожу руку с мешочком и отставляю ногу как можно дальше назад, бросаю мешочек изо всех сил. Теперь посмотрите еще раз». Такое описание позволяет словесно обозначить основные элементы техники движений и создать четкое представление о них.

Объяснение используется при разучивании упражнений. В объяснении подчеркивается существенное в упражнении и выделяется тот элемент техники, к которому нужно привлечь внимание на данном занятии. Постепенно у детей создается представление о каждом элементе.

Объяснение должно быть кратким, точным, понятным, образным, эмоциональным. Содержание объяснений изменяется в зависимости от конкретных задач обучения, подготовленности детей, их возрастных и индивидуальных особенностей. При объяснении следует ссылаться на уже известные упражнения. Так, обучая метанию в цель, педагог при объяснении опирается на знания о метании на дальность, делает сравнения, указывая на одинаковое исходное положение, сходство в замахе. Это активизирует мышление ребенка, и он быстрее, точнее воспринимает изучаемое движение. Дети привлекаются к объяснению физических упражнений, как правило, при закреплении двигательных навыков.

Беседа. Чаще всего она имеет вопросно-ответную форму. Беседа помогает педагогу выяснить интересы детей, их знания, степень усвоения движений, правил подвижной игры; детям — осознать, осмыслить свой чувственный опыт. Кроме того, беседа способствует уточнению, расширению, обобщению знаний, представлений о технике физических упражнений.

Беседа может быть связана с чтением книги, рассматриванием рисунков, картин, с экскурсией на стадион, с прогулкой на лыжах и т. д. Беседу проводят как до занятий, прогулок, экскурсий, так и после них. Например, беседа после лыжной прогулки поможет уточнить технику передвижения на лыжах, поворотов, подъемов на горку и спусков с нее, а также обобщить знания о подготовке к такой прогулке (например, необходимости одеться соответственно погоде). Беседа проводится со всей группой или с подгруппой. Педагог заранее подбирает темы, намечает вопросы и продумывает методику проведения беседы (приемы активизации детей и т. д.).

Разбор отличается от беседы только тем, что проводится после выполнения какого-либо задания (например, игры). Разбор может быть односторонним, когда его проводит только педагог, или двухсторонним — в виде беседы с участием детей.

Указание (или распоряжение) отличается краткостью и требует безоговорочного выполнения. Указания могут быть использованы для уточнения задания; напоминания, как действовать; для предупреждения и исправления ошибок у детей; оценки выполнения упражнений (одобрение и неодобрение); поощрения. Указания могут даваться как до выполнения упражнения, так и во время его. В первом случае они применяются как способ предварительного инструктирования. Во втором случае педагог оценивает правильность выполнения заданий. Оценка качества выполнения способствует уточнению представлений детей о движении, помогает формированию умения замечать ошибки у себя и у сверстников.

Оценка. Оценку на физкультурном занятии в дошкольном учреждении условно можно разделить на воспитывающую (регулирующую поведение детей) и обучающую (определяющую качество выполнения движений).

Оценка обучающего характера наиболее результативна тогда, когда она дается по ходу выполнения упражнения или сразу после его окончания. Воздействие на детей такой оценки возрастает, если она индивидуализирована. В то время как оценка воспитывающего характера, обращенная ко всем детям, эффективна в конце занятия, она должна носить позитивный характер. Особенно нужна такая оценка во вновь созданной группе при введении новых задач по учебной деятельности. Действие позитивной оценки проявляется тем ярче, чем младше дети.

Команда. Под командой понимается произносимый педагогом устный приказ, который имеет определенную форму и точное содержание («Смирно!», «Кругом!» и т.д.). Эта форма речевого воздействия отличается наибольшей лаконичностью и повелительным тоном. Команда относится к числу основных способов прямого руководства (экстренного управления) деятельностью детей.

Команды используются только при работе со старшими дошкольниками

Подсчет позволяет задавать детям необходимый темп выполнения движений. Осуществляется он несколькими приемами: голосом с применением счета («раз-два-три-четыре»), счетом в сочетании с односложными указаниями («раз-два-наклон-четыре»), только односложными указаниями («вдох-вдох-выдох-выдох»). Периодически детям необходимо создавать возможности для работы в естественном для них темпе. Подсчет должен быть использован только для того, чтобы научить детей отличать один темп от другого, видоизменять темп по ходу работы.

Методы зрительного восприятия

Методы данной группы обеспечивают зрительное восприятие изучаемого действия, выполняемое педагогом или другим ребенком, а также с использованием наглядных пособий. Зрительное восприятие способствует более быстрому и прочному усвоению, повышает интерес к изучаемым действиям.

Показ физических упражнений. При показе у детей через органы зрения создается зрительное представление о физических упражнениях.

Показ применяется, когда детей знакомят с новыми движениями. Упражнение демонстрируется несколько раз. В дальнейшем показ используется для создания зрительных представлений об отдельных элементах техники упражнения.

Перед показом детям сообщают, на какой элемент им следует обратить внимание. По мере усвоения упражнения (если это возможно) прибегают к частичному показу, т. е. к показу того элемента техники, который осваивается на данном занятии. Когда у детей уже созданы правильные зрительное и мышечно-двигательное представления о движении, целесообразно вызывать словом его образ, активизируя при этом мышление ребенка.

К показу педагог тщательно готовится. Важно правильно выбрать место, чтобы показываемое упражнение было видно всем детям. Например, общеразвивающие упражнения целесообразно показывать стоя на возвышении и в некотором отдалении от группы, впереди ставить детей маленького роста. Наиболее сложные упражнения (метание, прыжки и др.) следует показывать в разных плоскостях, чтобы создать правильное представление о положении туловища, ног, рук.

В процессе обучения полезно давать детям задание наблюдать за своими товарищами и отмечать качество выполнения ими упражнений.

К показу упражнений следует привлекать и детей: когда движение выполняется их сверстниками, дети могут лучше рассмотреть положение отдельных частей тела; кроме того, у детей возникает интерес к разучиваемому движению, появляется уверенность, желание самим выполнить упражнение как можно лучше. Детей привлекают к показу физических упражнений также из-за несоответствия размеров пособий росту воспитателя (упражнения на гимнастической стенке, подлезание под веревку, пролезание в обруч и др.)

Демонстрация наглядных пособий. Для уточнения техники физических упражнений используются наглядные пособия в виде плоскостных изображений (картины, рисунки, фотографии, диафильмы), а также кинофильмы.

Наглядные пособия целесообразно показывать в свободное от занятий время. Рассматривая их, дети уточняют свои зрительные представления о физических упражнениях, правильно выполняют их на физкультурных занятиях и точнее изображают в своих рисунках.

Методы двигательного восприятия

Данные методы основаны на активной двигательной деятельности детей. В зависимости от степени регламентации условий выполнения физического упражнения эти методы разделяются на две группы: методы строго регламентированного упражнения (разучивание по частям, в целом и принудительно-облегчающий) и частично регламентированного (игровой и соревновательный). Различия эти относительны. Момент регламентации имеется в любом

методе. Различны лишь степень и характер регламентации. При известных условиях два метода из разных групп могут совмещаться: одно и то же действие может одновременно изучаться, например, методом разучивания по частям и соревновательным методом. Тем не менее это не дает оснований для их отождествления.

Методы строго регламентированного упражнения. Методы строго регламентированного упражнения характеризуются многократным выполнением действия (или его частей) при строгой регламентации формы движений, величины нагрузки, ее нарастания, чередования с отдыхом и т. п. В результате этого появляется возможность избирательно осваивать отдельные движения, последовательно формируя из них необходимые действия.

Методы строго регламентированного упражнения могут использоваться при обучении двигательным действиям (в целом и по частям) и при развитии двигательных способностей (равномерный, переменный, повторный).

3.2. Формы организации занятия

Упражнения ритмической гимнастики по своей двигательной структуре просты и доступны для детей. Сюда входят общеразвивающие упражнения, бег, прыжки, элементы народного и современного танца, выполняемые под музыкальное сопровождение. Музыкальный репертуар соответствует возрасту детей, сюда можно отнести детские песенки, популярную эстрадную музыку, народную и классическую. На первых занятиях проводится тестирование, которое определяет уровень физического развития детей. На основе полученных данных составляется два комплекса ритмической гимнастики: для детей с высоким уровнем и средним уровнем физического развития. Детям с высоким уровнем физического развития предлагаются упражнения с усложнением. На занятиях дети выполняют нетрадиционные виды упражнений: занимательная гимнастика, музыкально-подвижные игры, игроритмика, танцевальные шаги, акробатические упражнения. Каждый комплекс состоит из подготовительной и основной части. Подготовительная часть обеспечивает разогревание организма, подготовку его к главной физической нагрузке. Упражнения в этой части выполняются с небольшой амплитудой, сюда можно отнести: строевые упражнения, подвижные игры малой интенсивности; игротанцы – танцевальные шаги, элементы хореографии. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка – его центральную нервную систему, различные функции к работе – разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой. Для обогащения двигательного опыта используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки на кольцах, на палочках, обручи, плоские кольца, флажки, султанчики, погремушки, цветы,

воздушные шарики, мячи, колокольчики. Для открытых занятий и показательных мероприятий используются также костюмы и дополнительные атрибуты, а также следующие технические средства: музыкальный центр, аудио материал, видео материал, интерактивная доска, ноутбук.

Основная часть длится от 70 до 80 % общего времени. Здесь предусмотрены упражнения для мышц шеи, рук, плечевого пояса, туловища и ног. Подбираются с таким расчетом, чтобы равномерно нагрузить все части тела. В начале упражнения выполняются в положении стоя, затем идет серия прыжков различных видов.

В заключительной части проводятся дыхательные упражнения, которые позволяют восстановить дыхание. Они выполняются сидя и лежа на полу. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные навыки и умения, развивается гибкость, мышечная сила и координация движений.

Каждый комплекс заканчивается упражнениями на релаксацию, дыхание и укрепление осанки. Все упражнения выполняются в медленном темпе, что создает условие для постепенного снижения нагрузки и обеспечивает плавные переход от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей.

3.4.Алгоритм занятия (краткое описание структуры занятия и его этапов

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- «Веселый тренинг»
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

- музыкальная игра

- построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

Содержание программы на первый год обучения.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Изображение различных животных в движении
- упражнения для всех групп мышц с предметами и бег;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями

Веселый тренинг.

- упражнения способствующие в игровой форме развивать, гибкость позвоночника , координацию движений ,укреплять мышцы спины ,для художественной выразительности используется текст знакомых стихов (логоритмики)
- плавный переход из упражнения в упражнение позволяет повысить интерес детей к занятиям и стимулировать двигательную активность без ущерба их здоровья: «книжка», «качалочка», «цапля», «морская звезда», «стойкий оловянный солдатик», «ах, ладошки, вы, ладошки!» «бабочка», «каруселька» «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка», «коробочка»

Танцевальные движения.

- повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение
- танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпками) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные
- работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками
- движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями
- танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее

- построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов;
- движения польки по кругу;

Сюжетно-образные танцы

- Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение
- Изучение новых танцев, «Звездная фантазия», «Джентльмены», «Сакура», «Танец с голубями», «Куклы - неваляшки», «Веселые путешественники», «Чебурашки», «Белые кораблики», «Белочки».

Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию,
- Игры «Рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй», «Затейники».

Итоговое занятие.

Открытое занятие в конце первого полугодия;

Итоговое занятие в конце года.

Содержание программы на второй год обучения.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках)
- использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев
- движения по показу из пройденных элементов и движений

Веселый тренинг.

- упражнения для развития гибкости с усложнением: «книжка», «самолет», «танец медвежат», «карусель», «паровозик», «колобок», «ножницы», «плавание на байдарке», «велосипед», «гусеница», «бабочка», «лодочка», «колечко», «маленький мостик», «березка», «улитка»; «рыбка»
- быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки

Танцевальные движения.

- повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение

- упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные
- работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами (притопами, различными танцевальными шагами, движениями руками)
- построение в два круга, противоходы и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов;
- танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее, смена партнера в движении
- танец польки по кругу со сменой партнера;

Сюжетно-образные танцы

- Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений
- Изучение новых танцев с использованием предметов «Мы маленькие звезды», «Барбарики», «Гномики», «Чунганга», «Цветов и бабочек».

Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию,
- Игры «Магазин игрушек», «Зеркало», «Затейники», «Сделай фигуру», «Догонялки» с использованием танцевальных движений»

Итоговое занятие.

Открытое занятие в конце первого полугодия;

Итоговое занятие в конце года.

1.5. Педагогические технологии

1. Здоровьесберегающие технологии.

Формами работы на физкультурных занятиях являются: музыкально-ритмические движения, различные виды ходьбы и бега, прыжковые движения, дыхательная гимнастика, ритмопластика и др.

2. Игровые технологии.

Основные формы – музыкально-ритмические танцы, различные виды ходьбы и бега, прыжковые движения, плясовые движения, имитационные игры и упражнения.

3. Информационно-коммуникационные технологии. Применение ИКТ в работе с детьми, заключается в том, что педагог использует в своей работе мультимедийные возможности компьютера для повышения мотивации к обучению и облегчения усвоения детьми материала различной направленности. Использование компьютерных технологий в музыкальном образовании способствует повышению интереса к обучению, его эффективности, развивает ребенка всесторонне. В основе инновационных технологий физического воспитания детей лежит коллективная деятельность, объединяющая: – музыкально-ритмические танцы, прыжковые движения, плясовые движения, имитационные игры и упражнения.

4. Координационно-подвижные игры. Такие игры дают ощущение динамики, темпа, ритма. Эти игры развивают координацию движений, стимулирует развитие ловкости, точности, реакции, воспитывает слаженность движений.

IV. Организация работы по программе.

4.1 Срок реализации Программы

Программа «Веселая ритмика» ориентирована на детей дошкольного возраста от 5-ти до 7-ми лет. Срок реализации программы два года.

4.2. Режим занятий, их продолжительность и периодичность.

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки

- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- «Веселый тренинг»
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

- музыкальная игра
- построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен. Продолжительность занятий детей старшей группы -25 минут, детей подготовительной группы -30 минут. Занятия проходят -2 раза в неделю.

4.3. Особенности организации образовательного процесса

1. Начальный этап – обучение упражнению (название упражнения, показ упражнения, объяснение техники).
2. Этап углубленного разучивания. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма свободного и слитного выполнения упражнения.
3. Этап закрепления и совершенствования. Ранее разученные упражнения используются в различных комбинациях, комплексах и танцах.

Музыкальная разминка.

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило, разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

Ритмическая гимнастика.

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте и в движении под музыку с различными предметами и без них.

«Веселый тренинг»

Это упражнения позволяют в игровой форме развивать гибкость позвоночника, влияют на растяжку всех групп мышц, способствуют улучшению координации движений и подвижности суставов.. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные, выразительные и пластичные. Все упражнения

имеют свои названия символизирующие на время его исполнения подражание каким-либо действиям различных персонажей из известных произведений и сказок, а также предметов ,птиц, рыб ,зверей, деревьев. Это позволяет детям лучше запоминать и качественно выполнять упражнения. Использую текст- логоритмики. **(Приложение 3)**

Танцевальные движения.

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

Сюжетно-образные танцы.

Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются, как правило, изученные танцевальные движения.

Музыкальные игры. Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

4.4. Материально –техническое и информационное обеспечение.

<u>Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов</u>	
Гимнастическая лестница 3 пролета (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см)	1 шт
Канат для ходьбы приставным шагом(длина 260 см)	3 шт.
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	4 шт.
Мячи:	
• набивные весом 1 кг,	1 шт.
• маленькие (теннисные и пластмассовые),	60 шт.
• средние (резиновые),	30 шт.
• большие (резиновые),	30 шт.
• для фитбола	20 шт.
Г имнастический мат (длина 100 см)	10 шт.
Палка гимнастическая (длина 76 см)	30 шт.
Скакалка детская	25 шт.
• для детей подготовительной группы (длина 210 см)	
для детей средней и старшей группы (длина 180 см)	25 шт.
Кольцеброс	5 шт.
Кегли	30 шт.
Обруч пластиковый детский	
• большой (диаметр 77 см)	25 шт.
• средний (диаметр 62 см)	25 шт.
Конус для эстафет	2 шт.
Дуга для подлезания (высота 42 см)	6 шт.

<u>Кубики пластмассовые</u>	<u>30 шт.</u>
<u>Цветные ленточки (длина 60 см)</u>	<u>30 шт.</u>
<u>Бубен</u>	<u>1 шт.</u>
<u>Лыжи детские (деревянные)</u>	<u>2 пары</u>
<u>Лыжи детские (пластмассовые)</u>	<u>2 пары.</u>
<u>Кольцеброс</u>	<u>5 шт.</u>
<u>Кегли</u>	<u>30 шт.</u>
<u>Обруч пластиковый детский</u>	
• <u>большой (диаметр 77 см)</u>	<u>25 шт.</u>
• <u>средний (диаметр 62 см)</u>	<u>25 шт.</u>
<u>Конус для эстафет</u>	<u>2 шт.</u>
<u>Дуга для подлезания (высота 42 см)</u>	<u>6 шт.</u>
<u>Кубики пластмассовые</u>	<u>30 шт.</u>
<u>Цветные ленточки (длина 60 см)</u>	<u>30 шт.</u>
<u>Бубен</u>	<u>1 шт.</u>
<u>Цветы для ОРУ (из ниток)</u>	<u>30 пар</u>
<u>Самокат</u>	<u>4 шт.</u>
<u>Корзина для инвентаря мягкая</u>	<u>2 шт.</u>

<u>Корзина для инвентаря пластмассовая</u>	<u>3 шт.</u>
<u>Мегафон</u>	<u>1 шт.</u>
<u>Рулетка измерительная (5 м)</u>	<u>1 шт.</u>
<u>Секундомер</u>	<u>1 шт.</u>
<u>Свисток</u>	<u>1 шт.</u>
<u>Степлатформы</u>	<u>9 шт.</u>

<u>Кубик большой для наклонов сдачи нормативов ГТО</u>	<u>1 шт.</u>
<u>Батут</u>	<u>1 шт.</u>
<u>Мягкие модули</u>	<u>1 компл.</u>
<u>Тоннель</u>	<u>2 шт.</u>
<u>Канат для перетягивания</u>	<u>1 шт</u>

<u>Наглядно - дидактические пособия</u>	
<u>Серия «Мир в картинках»</u>	<u>Спортивный инвентарь</u>
<u>Серия «Рассказы по картинкам»</u>	<u>Зимние виды спорта; Летние виды спорта; Распорядок дня.</u>
<u>Плакаты</u>	<u>Зимние виды спорта; Летние виды спорта.</u>
<u>Серия «Расскажи детям о...»</u>	<u>Зимних видах спорта; Олимпийских играх; олимпийских чемпионах.</u>
<u>Кудрявцев В.Т.</u>	<u>Оздоровление и физическое развитие дошкольного возраста.</u>

V.Методическое обеспечение (список используемой литературы)

5.1.Литература, используемая педагогом для разработки программы и организации образовательного процесса.

1. Борисова М.М. – Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб. – метод. пособие / Марина Борисова. – Москва: Обруч, 2014. – 256 с.
2. Сулим Е.В. «Детский фитнес» физкультурные занятия для детей 5-7лет. 2014 г.
3. Белоусова Т.В., Сидорчук Т.С., Стороженко А.Ф. «Парк открытых студий «Карусель». Программа дополнительного образования детей дошкольного возраста средствами ОТСМ – ТРИЗ – РТВ технологии. – г. Ульяновск, ООО «Вектор – С», 2017
4. Буренина А.И. « Ритмическая мозаика » Санкт-Петербург 2014г.
5. Власенко Н.Э. «Фитбол-гимнастика в физическом воспитании детей дошкольного возраста (теория, методика, практика). – СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2015г., 112с.
6. Алябьева Е.А. «Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет», М. ТЦ Сфера, 2016г.- 144с.
7. Колесникова С.В. «Детская аэробика : Методика, базовые комплексы» - Ростов: Феникс, 2015г. – 157с.
8. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду. Конспекты занятий и развлечений. Игры и тренинги: пособие для воспитателей и инструкторов по физической культуре» М.: И издательство Гном и Д., 2016г. 128с.

5.2.Литература, рекомендуемая для детей и родителей по данной программе.

- 1.Буренина А.И. « Ритмическая мозаика » Санкт-Петербург 2014г.
- 2.Власенко Н.Э. «Фитбол-гимнастика в физическом воспитании детей дошкольного возраста (теория, методика, практика). – СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2015г., 112с.
- 3.Алябьева Е.А. «Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет», М. ТЦ Сфера, 2016г.- 144с.
- 4.Колесникова С.В. «Детская аэробика : Методика, базовые комплексы» - Ростов: Феникс, 2015г. – 157с.
- 5.Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду. Конспекты занятий и развлечений. Игры и тренинги: пособие для воспитателей и инструкторов по физической культуре» М.: Издательство Гном и Д., 2016г. 128с.

