

## Аннотация

В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. По мнению Платона, «трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души... Ввиду этого воспитание в музыке надо считать самым главным: благодаря ему Ритм и Гармония глубоко внедряются в душу, наполняют ее красотой и делают человека прекрасно мыслящим... Он будет упиваться и восхищаться прекрасным, с радостью воспринимать его, насыщаться им и согласовывать с ним свой быт».

В Древней Греции музыка для воспитания и образования имела более глубокое значение, чем сейчас, и соединяла не только гармонию звуков, но и поэзию, танец, философию, творчество. Именно эти идеи важны для воспитания и в современном очень непростом и жестоком мире, и наверное, естественно стремление педагогов к воспитанию детей по «законам красоты», к воплощению в реальность прекрасной формулы Платона: «От красивых образов мы перейдем к красивым мыслям, от красивых мыслей – к красивой жизни и от красивой жизни – к абсолютной красоте».

Рабочая программа разработана на основе программы «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.

Целевая группа: дети 3-6 лет.

Программа кружка рассчитана на 34 ч. Занятия проводятся во второй половине дня 1 раз в неделю. Кружок посещают 25 человек (3 возрастные группы).

## СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

<b>I.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.</b>	2-9
1.1.	Пояснительная записка.	2
1.1.1.	Цели и задачи программы, этапы обучения	3
1.2.	Связь с другими образовательными областями.	4
1.3.	Возрастные особенности развития детей дошкольного возраста.	5
1.4.	Планируемые результаты освоения программы.	9
<b>II.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.</b>	10-16
2.1.	Содержание работы кружка танцевально-игровой гимнастики «Са-Фи-Дансе»	10
2.1.1.	<i>Вторая младшая группа (3-4 года.)</i>	11-12
2.1.2.	Задачи образовательной деятельности для детей 3-4 лет.	11
2.1.3.	Содержание образовательной деятельности для детей 3-4 лет.	11
2.1.4.	Результаты образовательной деятельности для детей 3-4 лет.	12
2.2.	<i>Средняя группа (4-5 лет.)</i>	12-14
2.2.1.	Задачи образовательной деятельности для детей 4-5 лет.	13
2.2.2.	Содержание образовательной деятельности для детей 4-5 лет.	13
2.2.3.	Результаты образовательной деятельности для детей 4-5 лет.	14
2.3.	<i>Старшая группа (5-6 лет.)</i>	14-16
2.3.1.	Задачи образовательной деятельности для детей 5-6 лет.	15
2.3.2.	Содержание образовательной деятельности для детей 5-6 лет.	15
2.3.3.	Результаты образовательной деятельности для детей 5-6 лет.	16
2.4.	Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы.	16
<b>III</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ</b>	17-20

3.1.	Организация кружка танцевально-игровой гимнастики «Са-Фи-Дансе».	17
3.2.	Материально – технические (пространственные) условия организации кружка танцевально-игровой гимнастики «Са-Фи-Дансе».	18
3.3.	Методическое обеспечение программы. Средства обучения и воспитания.	19
<b>IV</b>	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>	20
	Перспективный план по танцевально-игровой гимнастике. Картотека упражнений для развития ритмопластики Картотека упражнений дыхательной гимнастики Картотека игрового самомассажа Комплексы ритмической гимнастики Консультации для родителей Консультации для педагогов	

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веком; он может быть выражен в двух положениях:

гимнастика для тела и музыка для души...

Платон

**Актуальность.** В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека. В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально-игровая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека.

Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящие в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Возможности применения упражнений танцевально-игровой гимнастики довольно широки и под умелым руководством педагога могут быть использованы в дошкольных учреждениях. В этой связи актуальной становится проблема разработки программы по физическому воспитанию для дошкольных учреждений с использованием нетрадиционных эффективных разнообразных форм, средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей.

#### **1.1.1. Цели и задачи программы, этапы обучения**

Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях. В основе разработки использована программа «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.

**Новизна программы.** Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фонд занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

**Отличительные особенности программы.** Так, в танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания. Применение нетрадиционных средств физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев, и другие.

**Педагогическая целесообразность.** Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Таким образом, значимость танцевально-игровой гимнастики неоспорима, так как не только укрепляет здоровье детей, но и закладывает прочную основу для дальнейших занятий музыкой, гимнастикой, хореографией.

**Цель программы:** содействие всестороннему развитию личности ребёнка средствами танцевально-игровой гимнастики.

#### **Задачи программы:**

##### 1. Укрепление здоровья.

- Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- Формировать правильную осанку;
- Содействовать профилактике плоскостопия;
- Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

##### 2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников.

- Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;
- Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- Развивать ручную умелость и мелкую моторику.

##### 3. Развитие творческих и созидательных способностей.

- Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- Формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
- Развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.
- Особенности методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению);
- Этап углубленного разучивания упражнения;
- Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, дети пытаются воссоздать увиденное, повторить упражнение.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

В программу входят комплексы упражнений по игровитмике, игрогимнастике, игротанцам, пальчиковой гимнастике, игровому самомассажу, даны музыкально-подвижные, музыкально-творческие игры и музыкально-специальные задания, игры-путешествия.

Занятия проводятся 1 раз в неделю из расчёта 34 часа в год.

## **1.2. Связь с другими образовательными областями.**

Содержание программы взаимосвязано с решением задач других образовательных областей:

1. *«Социально-коммуникативное развитие»*: создание в процессе образовательной деятельности педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.

2. *«Познавательное развитие»*: активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых).

3. *«Речевое развитие»*: побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности; организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок.

4. *«Художественно-эстетическое развитие»*: восприятие музыки, фольклора, реализация самостоятельной творческой деятельности, приобщение к искусству, привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформления музыкально- спортивного зала; организация ритмической

гимнастики, игр и упражнений под музыку, пение; развитие артистических способностей в музыкально-подвижных играх имитационного характера.

5. «Физическое развитие» формирование предпосылок к здоровому образу жизни, правильное формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики, правильное выполнение основных движений, становление саморегуляции в двигательной сфере.

### **1.3. Возрастные особенности развития детей дошкольного возраста.**

#### **Младший дошкольный возраст (3—4 года).**

На рубеже трех лет любимым выражением ребенка становится «Я сам!». Отделение себя от взрослого и вместе с тем желание быть как взрослый — характерное противоречие кризиса трех лет. В этот период высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). В младшем дошкольном возрасте ярко выражено стремление к деятельности.

Взрослый для ребенка — носитель определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к развитию игры. Игра ребенка первой половины четвертого года жизни — это скорее игра рядом, чем вместе.

Показателями физического развития детей являются рост, вес, окружность грудной клетки, состояние костной и мышечной систем, внутренних органов, а также уровень развития моторики.

Быстрота роста на четвертом году жизни составляет 6-7 сантиметров. В три года рост мальчиков равен 92,7 см, девочек 91,6 см, соответственно в четыре года 99,3 см, и 98,7 см, то есть ростовые показатели почти одинаковые.

В три года мальчики весят 14,6 кг, а девочки 14,1 кг. К четверем годам это соотношение изменяется, соответственно составляя 16,1 кг и 15,8 кг.

Окружность грудной клетки увеличивается, но разница между мальчиками и девочками по этому показателю незначительна. В три года эта величина составляет 52,6 см (мальчики) и 52 см (девочки), в четыре года 53,9 см. и 53,2 см.

Общей закономерностью развития опорно-двигательного аппарата в ранние периоды детства является его гибкость и эластичность. По мере роста ребенка происходит срастание отдельных костей черепа и их окончательное формирование. К 3-4 годам завершается срастание затылочной кости. К четверем годам приобретает свою форму и височная кость, завершается формирование межкостных швов. Объем черепа продолжает увеличиваться, достигая к трем годам 80% объема черепа взрослого человека.

Физиологические изгибы позвоночника в 3-4 года неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Отрицательно влияет на развитие опорно-двигательного аппарата излишний вес тела. Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, опущенная голова) могут стать привычными, и в результате нарушается осанка. А это в свою очередь отрицательно сказывается на функции кровообращения, дыхания.

Рост и развитие костей в большей мере связаны с работой мышц. Мышечный тонус у ребенка еще недостаточный. В развитии мышц выделяются несколько узловых возрастов. Один из них 3-4 года. В этот период диаметр мышц увеличивается в 2-2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Строение мышц, характерное для детей четвертого года, сохраняется без существенных изменений до шестилетнего возраста. Мускулатура по отношению к общей массе тела и мышечная сила у ребенка 3-4 лет еще недостаточно развиты.

Крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой. Поэтому детям легче даются движения всей рукой. Но постепенно совершенствуются движения кистью, пальцами.

Особенности строения дыхательных путей у детей дошкольного возраста узкие просветы трахеи, бронхов и т.д, нежная слизистая оболочка создают предрасположенность к воспалительным заболеваниям органов дыхания.

Рост легких с возрастом происходит за счет увеличения количества альвеол и их объема, что очень важно для процессов газообмена. Жизненная емкость легких в среднем равна 800-1100 мл.

Ребенок 3-4 лет не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей носом естественно и без задержки.

Сердечнососудистая система ребенка по сравнению с органами дыхания, лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок.

Развитие высшей нервной деятельности, особенно в раннем возрасте, во многом зависит от морфологического развития коры больших полушарий. В дальнейшем продолжается совершенствование центральной нервной системы, как морфологическое, так и функциональное

К трем годам у ребенка значительно развита способность к анализу, синтезу и дифференциации раздражений окружающей среды. В этих процессах значительная роль принадлежит непосредственным восприятиям и речи, с помощью которых обобщаются и уточняются получаемые ребенком впечатления

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие руки и ноги, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости сказываются на двигательных возможностях детей. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, не развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений ещё невелики и все они носят, как правило, подражательный характер.

### **Средний дошкольный возраст (4—5 лет).**

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития организма ребенка. Происходят заметные качественные изменения в развитии основных движений детей. Рост четырехлетних мальчиков — 100,3 см. К пяти годам он увеличивается примерно на 7,0 см. Средний рост девочек четырех лет — 99,7 см, пяти лет — 106,1 см. Масса тела в группах мальчиков и девочек равна соответственно в 4 года 15,9 и 15,4 кг, а в 5 лет — 17,8 и 17,5 кг. Особенности опорно-двигательного аппарата. К пяти годам соотношение размеров различных отделов позвоночника у ребенка становится таким же, как у взрослого, но рост позвоночника продолжается вплоть до зрелого возраста. Скелет ребенка-дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен.

Потребность организма ребенка в кислороде возрастает за период от 3 до 5 лет на 40%. Происходит перестройка функции внешнего дыхания. Преобладающий у детей 2 — 3 лет брюшной тип дыхания к 5 годам начинает заменяться грудным. К этому же возрасту несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900—1060 см<sup>3</sup>), причем у мальчиков она больше, чем у девочек. Абсолютный вес сердца в этом возрасте равен 83,7 г, частота пульса — 99 ударов в минуту, а средний уровень кровяного давления 98/60 мм ртутного столба. Впрочем, наблюдаются большие индивидуальные колебания показателей сердечной деятельности и дыхания. Так, в 4 года частота сердечных сокращений (пульса) в минуту колеблется от 87 до 112, а частота дыхания — от 19 до 29. В возрасте 4—5 лет ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется.

К 4—5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов, повышается их подвижность. Но особенно характерно для детей этого возраста совершенствование межанализаторных связей и механизма взаимодействия сигнальных систем. Постепенно

совершенствуется возможность сопровождать речью свою игру, дети без труда воспринимают указания взрослого в процессе различной деятельности. Это позволяет разнообразить приемы обучения. В средней группе, например, улучшать произношение звуков речи можно в процессе специально предназначенных для этого подвижных игр. У детей четырех лет механизм сопоставления слова с реальной действительностью развит еще недостаточно. Воспринимая окружающее, они ориентируются в основном на слова взрослого. Иначе говоря, их поведение характеризуется внушаемостью. На пятом году жизни, особенно к концу года, механизм сопоставления слов с соответствующими раздражителями первой сигнальной системы совершенствуется, растет самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка среднего дошкольного возраста еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. При нарушении привычных условий жизни, при утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, несоблюдении правил поведения.

Развивается моторика дошкольников. Ребенок способен активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет ему расширять и обогащать репертуар уже освоенных основных движений более сложными.

На пятом году жизни продолжается рост всех органов и физиологических систем, сохраняется высокая потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребёнка, неспособность завершить её по первому требованию, совершение действий, направленных на достижение отдалённого результата привлекательно, в основном, в случае интереса. Появляется способность к регуляции двигательной активности. Совершенствуются основные нервные процессы, улучшается их подвижность. В движении появляется слаженность, уверенность, стремительность, легкость. Происходит совершенствование приобретённых ранее двигательных качеств и способностей: ловкости, выносливости, гибкости, координации.

У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей, возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определённые интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Возникает и совершенствуется умение планировать свои действия, создавать и воплощать определенный замысел, который, в отличие от простого намерения, включает представление не только о цели действия, но и способах ее достижения.

### **Старший дошкольный возраст (5—6 лет).**

Средний рост дошкольника 5 лет составляет около 106–107 см, а масса тела – 17–18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц – 200 г, а роста – 0,5 см.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития не одинаковы.

Сращение частей решетчатой кости черепа и окостенение слухового прохода заканчиваются к шести годам. Сращение же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной костей черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается.

Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3–4 лет, но к шести годам еще не окончено. Позвоночный столб ребенка 5–7 лет чувствителен к

деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок.

Диспропорционально формируются у дошкольников и некоторые суставы. Например, в период до 5 лет сумка локтевого сустава растет быстро, а кольцеобразная связка, удерживающая в правильном положении головку лучевой кости, оказывается слишком свободной. Вследствие этого нередко возникает подвывих (если потянуть малыша за руку). Педагог должен обязательно предупреждать об этом родителей.

В развитии мышц выделяют несколько этапов, среди которых – возраст 6 лет. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребенка улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя. У детей появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно, по сравнению с предыдущим возрастным контингентом, ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90 процентов размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения. Задания, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как выработка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему.

У детей 5–6 лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов.

К пяти годам размеры сердца у ребенка (по сравнению с периодом новорожденного) увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста.

Жизненная емкость легких у детей 5–6 лет в среднем составляет 1100–1200 см<sup>3</sup>, но она зависит и от многих факторов: длины тела, типа дыхания и др. Число дыханий в минуту в среднем — 25. Максимальная вентиляция легких к шести годам составляет примерно 42 дц<sup>3</sup> воздуха в минуту.

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребенка о себе. Эти представления начинают включать не только характеристики, которыми ребенок наделяет себя настоящего в данный отрезок времени, но и качества, которыми он хотел бы или, наоборот, не хотел бы обладать в будущем («Я хочу быть таким, как Человек-Паук», «Я буду как принцесса» и т. п.). В них проявляются усваиваемые детьми этические нормы. В этом возрасте дети в значительной степени ориентированы на сверстников, большую



часть времени проводят с ними в совместных играх и беседах, их оценки и мнения становятся существенными для них. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. Свои предпочтения дети объясняют успешностью того или иного ребенка в игре.

Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности.

Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний воспитателя, пытаясь освоить то, что не получается.

#### **1.4. Планируемые результаты освоения программы**

##### **Планируемые результаты:**

##### **Первый год обучения:**

- Дети знают назначение спортивного зала и правила поведения в нем.
- Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу.
- Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку.
- Овладевают навыками ритмической ходьбы.
- Умеют хлопать и топать в такт музыки.
- Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений и тд.)

##### **Второй год обучения:**

- Дети знают назначение отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики.
- Умеют выполнять простейшие построения и перестроения.
- Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку.
- Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.
- Знают основные танцевальные позиции рук и ног
- Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике второго года обучения.

##### **Третий год обучения:**

- Знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами, владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях.
- Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и тд.)
- Владеют основными хореографическими упражнениями по программе третьего года обучения.
- Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике третьего года обучения.

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.

### 2.1. Содержание работы кружка танцевально-игровой гимнастики «Са-Фи-Дансе».

В программу входят средства по музыкально-ритмическому воспитанию детей, основной гимнастике, танцам и танцевально-ритмической гимнастике, а также игропластике, пальчиковой гимнастике, музыкально-подвижным играм, игровому самомассажу, сюжетным урокам и креативной гимнастике.

Раздел «Игрогимнастика» содержит строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Раздел Игротанцы включают танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.

В разделе «Танцевально-ритмическая гимнастика» представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность.

Раздел «Игропластика» основывается на элементах древних гимнастических движений и упражнениях стретчинга, выполняемых в игровой сюжетной форме. Раздел «Пальчиковая гимнастика» служит для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук.

Раздел «Игровой самомассаж» является основой для закаливания и оздоровления детского организма.

Раздел «Музыкально-подвижные игры» включает приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. Раздел «Игры-путешествия» служит для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь, помогает сплотить ребят.

Раздел «Креативная гимнастика» предусматривает работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы.

В программе даны методические рекомендации по применению игрового метода проведения занятий и обучению двигательным действиям.

### Планирование занятий по танцевально-игровой гимнастике «Са-Фи-Дансе» на 2019-2020 год

№ п/п	РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	Год обучения (возрастная группа)		
		I (младшая группа)	II (средняя группа)	III (старшая группа)
1	ИГРОРИТМИКА	В течение года		
2	ИГРОГИМНАСТИКА	7	5	5
3	ИГРОТАНЦЫ	В течение года		
4	ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА	24	26	25

5	ИГРОПЛАСТИК А	По плану занятий		
6	ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА	По плану занятий		
7	ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ	По плану занятий		
8	МУЗЫКАЛЬНО- ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	По плану занятий		
9	ИГРЫ-ПУТЕШЕСТВИЯ	3	3	4
10	КРЕАТИВНАЯ ГИМНАСТИКА	По плану занятий		
	ИТОГО:	34	34	34

### 2.1.1. Вторая младшая группа (3-4 года).

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие руки и ноги, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости сказываются на двигательных возможностях детей. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, не развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений ещё невелики и все они носят, как правило, подражательный характер.

### 2.1.2. Задачи образовательной деятельности для детей 3-4 лет.

- воспитание интереса к музыке, потребности в движениях под музыку;
- развитие слухового внимания,
- умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки; обогащение слушательского и двигательного опыта,
- умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом

### 2.1.3. Содержание образовательной деятельности для детей 3-4 лет ИГРОРИТМИКА.

*Специальные упражнения для согласования движений с музыкой.* Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различия динамики звука «громко-тихо». Выполнение упражнений под музыку.

#### ИГРОГИМНАСТИКА

*Строевые упражнения.* Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение врассыпную, бег врассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.

*Общеразвивающие упражнения.*

Упражнения без предмета. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений. Упражнения с предметами. Упражнения с погремушками,

*Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положения рук, ног. Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре. Имитационные, образные упражнения.*

### **ИГРОТАНЦЫ.**

*Хореографические упражнения. Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических*

*Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов.*

*Ритмические танцы. «Хоровод», «Мы пойдем сначала вправо», «Танец сидя», «Галоп шестерками» (на приставном шаге), «Если весело живется», «Танец утят», «Лавота», «Кузнечик».*

### **ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА.**

*Специальные композиции и комплексы упражнений: «Большой олень», «На крутом берегу», «Муренка», «Хоровод», «Я танцую», «Чебурашка».*

**ИГРОПЛАСТИКА.** Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

**ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА.** Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: сгибание и разгибание, приведение и отведение, противопоставление пальцев рук при работе двумя руками и одной рукой. Игры-потешки. Выполнение фигурок из пальцев.

**ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ.** Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме.

**МУЗЫКАЛЬНО-ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ.** «Отгадай, чей голосок», «Найди своё место», «Нитка- иголка», «Попрыгунчики-воробышки», «Мы — веселые ребята», «Совушка», «Цапля и лягушки», «У медведя во бору», «Водяной». Музыкально-подвижные игры по ритмике. Подвижные и образные игры для строевых и общеразвивающих упражнений.

**ИГРЫ-ПУТЕШЕСТВИЯ.** «На лесной опушке», «Путешествие по станциям», «Путешествие в морское царство-подводное государство», «В гости к Чебурашке», «Поход в зоопарк», «Конкурс танца».

**КРЕАТИВНАЯ ГИМНАСТИКА.** Музыкально — творческие игры «Кто я?», «Море волнуется». Специальные задания. «Создай образ», «Импровизация под песню».

#### **2.1.4. Результаты образовательной деятельности для детей 3-4 лет.**

- Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем.
- Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу.
- Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку.
- Овладевают навыками ритмической ходьбы.
- Умеют хлопать и топать в такт музыки.
- Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

#### **2.2. Средняя группа (4-5 лет)**

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает больших успехов в развитии движений, что выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для

работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться.

### **2.2.1. Задачи образовательной деятельности для детей 4-5 лет.**

- развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений,
- умения импровизировать под незнакомую музыку,
- формирование адекватной оценки и самооценки.

### **2.2.2. Содержание образовательной деятельности для детей 4-5 лет.**

#### **ИГРОРИТМИКА.**

*Специальные упражнения для согласования движений с музыкой.* Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет, только на первый счет. Выполнение простейших движений руками в различном темпе.

#### **ИГРОГИМНАСТИКА**

*Строевые упражнения.* Построение в шеренгу и колонну. Повороты переступанием по команде. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога. Передвижение в обход шагом.

*Общеразвивающие упражнения.* Упражнения без предмета. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Сочетание основных движений прямыми или согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой. Сочетание упоров с движениями. Упражнения с предметами. Упражнения с платочками, шарфиками, косынками.

*Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.* Потряхивание кистями и предплечьями. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Расслабление рук в положении лежа на спине. Посегментное свободное расслабление рук в положении лежа на спине, потряхивание ногами из положения лежа на спине. Лежа на спине при напряжении мышц — выдох; при расслаблении мышц — вдох. Упражнения на осанку в стойке; руки за спину с захватом локтей. Имитационные, образные упражнения.

#### **ИГРОТАНЦЫ**

*Хореографические упражнения.* Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо-налево, переступая на носках, держась за опору. Полуприседы, стоя боком к опоре. Комбинации хореографических упражнений.

*Танцевальные шаги.* Мягкий, высокий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги. Прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360 на шагах. Комбинации из изученных танцевальных шагов. Ритмические и бальные танцы: «Автостоп», «Большая прогулка», «Вару-вару», полька «Старый Жук», «Большая стирка», «Полька-хлопушка», «Матушка-Россия».

#### **ТАНЦЕВАЛЬНО — РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА.**

Специальные композиции и комплексы упражнений «Часики», «Карусельные лошадки», «Песня короля», «Воробьиная дискотека», «Ну, погоди!», «Сосулька», «Упражнение с платочками».

#### **ИГРОПЛАСТИКА.**

Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

#### **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА.**

Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: поочередное сгибание и разгибание пальцев, работа одним пальцем, круговые движения кистью и пальцами, выставление одного, двух и т. д. пальцев, «сцепление», соединение большого пальца с другими, касание пальцев одной руки с другой рукой («здороваются»), движение пальцев по различным частям тела и поверхности стола. Упражнения пальчиками с речетативом.

#### **ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ.**

Поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно-игровой форме.

#### **МУЗЫКАЛЬНО — ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

«Карлики и великаны», «Найди предмет», «Два Мороза», «Птица без гнезда», «Автомобили», «Воробушек», «Космонавты», «Усни-трава», «Поезд», «Музыкальные стулья»; музыкально-подвижные игры по ритмике и с использованием строевых и общеразвивающих упражнений.

#### **ИГРЫ — ПУТЕШЕСТВИЯ**

«Лесные приключения», «Времена года», «На выручку карусельных лошадок», «Путешествие в Кукляндию», «Космическое путешествие на Марс», «В мире музыки и танца».

#### **КРЕАТИВНАЯ ГИМНАСТИКА.**

Музыкально-творческие игры «Ай да я!», «Творческая импровизация». Специальные задания «Художественная галерея», «Выставка картин».

#### **2.2.3. Результаты образовательной деятельности для детей 4-5 лет.**

- Знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения.
- Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года под музыку.
- Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.
- Знают основные танцевальные позиции рук и ног.
- Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

### **2.3. Старшая группа (5-6 лет)**

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает больших успехов в развитии движений, что выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться.

#### **2.3.1. Задачи образовательной деятельности для детей 5-6 лет.**

- развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений,
- умения импровизировать под незнакомую музыку,

- формирование адекватной оценки и самооценки.

### 2.3.2. Содержание образовательной деятельности для детей 5-6 лет.

#### **ИГРОРИТМИКА.**

*Специальные упражнения для согласования движений с музыкой.*

Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Гимнастическое дирижирование — тактирование на музыкальный размер 2/4.

#### **ИГРОГИМНАСТИКА**

*Строевые упражнения.* Построение в шеренгу и колонну по сигналу. Повороты направо, налево, по распоряжению. Строевые приемы «Становись!», «Разойдись!» в образно-двигательных действиях. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам. Размыкание по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным

*Общеразвивающие упражнения.*

Упражнения без предмета. Комбинированные упражнения в стойках. Присед. Различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и упоре присев. Комбинированные упражнения в седах и положении лежа. Сед «по-турецки». Упражнения с предметами. Основные положения и движения в упражнениях с лентой (элементы классификационных групп).

*Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.* Посегментное расслабление рук на различное количество счетов. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. Потряхивание ногами в положении стоя. Дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях. Упражнения на осанку в седе и седе «по-турецки».

#### **ИГРОТАНЦЫ**

*Хореографические упражнения.* Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью. Полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре. Выставление ноги вперед и в сторону, поднимание ноги, стоя боком к опоре. Выставление ноги назад на носок и поднимание ноги, стоя лицом к опоре. Перевод рук из одной позиции в другую. Соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры.

*Танцевальные шаги.* Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Пружинные движения ногами на полуприседах, кик-движение. Шаг с подскоком. Русский попеременный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг-припадание. Комбинации из изученных танцевальных шагов.

*Ритмические и бальные танцы:* «Современник», «Макарена», «Полька», «В ритме польки», «Русский хоровод», «Падеграс», «Конькобежцы», «Травушка-муравушка», «Модный рок», «Артековская полька», «Давай танцуй».

#### **ТАНЦЕВАЛЬНО — РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА.**

Специальные композиции и комплексы упражнений «Зарядка», «Всадник», «Ванечка — пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Облака» (упражнения с ленточками), «Приходи, сказка», «Бег по кругу», «Черный кот».

#### **ИГРОПЛАСТИКА.**

Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

#### **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА.**

Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях, со стихами и речитативами.

#### **ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ.**

Поглаживание и растирание отдельных частей тела в образно- игровой форме.

**МУЗЫКАЛЬНО — ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ** «К своим флажкам», «Гулливер и лилипуты», «Волк во рву», «Группа, смирно!», «Музыкальные змейки», «Пятнашки». Игры на определение динамики и характера музыкального произведения, типа заданий для строевых и общеразвивающих упражнений.

**ИГРЫ — ПУТЕШЕСТВИЯ:** «Искатели клада», «Путешествие на Северный полюс», «Приходи, сказка», «Путешествие в Спортландию», «Пограничники», «Цветик-семицветик», «Клуб веселых человечков», «Маугли».

**КРЕАТИВНАЯ ГИМНАСТИКА.** Музыкально-творческие игры «Бег по кругу». Специальные задания «Танцевальный вечер».

### **2.3.3. Результаты образовательной деятельности для детей 5-6 лет.**

- Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный "запас" движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях.
- Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.).
- Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения.
- Умеют исполнять ритмические и балльные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

## **2.4. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы.**

Оценка реальных эффектов развития детей и соответствие этих эффектов программным целям показывают качество образовательного процесса. Для педагога важно иметь объективную картину развития каждого ребенка, поскольку на основе диагностических данных корректируется содержание работы, подбирается и адаптируется музыкально-ритмический материал.

Основной метод педагогической диагностики – систематическое наблюдение проявлений детей в музыкально-ритмической деятельности, оценка выполнения ими различных игровых заданий.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, сравнивая их между собой, и условно ориентируясь на лучшие показатели, выявленные для данного возраста.

*Цель диагностики:* выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

*Метод диагностики:* наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

*В конце года воспитанник:*

- исполняет ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, и двигательные задания по креативной гимнастике;
- владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения;
- умеет хлопать и топать в такт музыки, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;
- хорошо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и умеют представить различные образы;
- знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;



- владеет навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
  - передает характер музыкального произведения в движении;
  - выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой.
- Итоги работы подводятся на итоговом занятии и отражаются в диагностической карте уровня развития детей по образовательной области «Физическое развитие» в разделе «танцевально-ритмические движения».

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. Организация непосредственной образовательной деятельности кружка танцевально-игровой гимнастике «Са-Фи-Дансе» на 2019-2020 год.

Организация учебного процесса регламентируется учебным планом, годовым календарным планом, расписанием занятий.

Расписание образовательной деятельности в ДОУ является нормативным локальным документом, регламентирующим организацию процесса с учетом специфики организации педагогического процесса, учебно-методического, кадрового и материально-технического оснащения.

Объем образовательной нагрузки в течение недели определен в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Формы проведения занятий:

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На уроке может быть введено не более 2-3 комбинаций.
2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.
3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.
4. Импровизационная работа. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, во второй половине дня.

Длительность занятий составляет:

- во второй младшей группе – 10 мин;
- в средней группе – 20 мин.
- в старшей группе – 25 мин;

#### Организация непосредственной образовательной деятельности кружка танцевально-игровой гимнастике «Са-Фи-Дансе» на 2019-2020 год.

День недели	Группа	Время проведения
<i>Вторник</i>	Капитошка» (ср.гр.)	16 <sup>10</sup> - 16 <sup>30</sup>
<i>Среда</i>	«Колобок» (ст.гр.)	16 <sup>10</sup> - 16 <sup>35</sup>

<i>Четверг</i>	«Солнышко» (мл. гр.)	16 <sup>20</sup> - 16 <sup>30</sup>
----------------	----------------------	-------------------------------------

### **3.2. Материально – технические (пространственные) условия организации физической культуры детей.**

*Извлечение из ФГОС ДО*

*«Развивающая предметно – пространственная среда должна быть содержательно – насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной».*

Эта среда должна строиться на основе ведущих принципов:

- содержательно-насыщенной, развивающей;
- трансформируемой;
- полифункциональной;
- вариативной;
- доступной;
- безопасной;
- здоровьесберегающей;
- эстетически-привлекательной.

Для реализации задач физического воспитания в ДОУ созданы все условия, которые отвечают требованиям ФГОС ДО и СанПиН 2.4.1.3049-13, а именно, имеется:

1. Физкультурно-музыкальный зал, оснащенный спортивным оборудованием для проведения комплексов ритмической гимнастики (мячи резиновые разного диаметра, обручи, скакалки, гантели детские, кольца, ленты, платочки, шарфики, косынки, султанчики и т.д.); зеркальная стена, мягкий игровой набор, мягкий тоннель с доннышком,
2. Групповые помещения, в которых имеются атрибуты для музыкально-подвижных игр, мягкий игровой набор, мелкий спортивный инвентарь для проведения комплексов ритмической гимнастики (мячи резиновые разного диаметра, обручи, кольца, ленты, платочки, шарфики, косынки и т.д.); музыкальные инструменты для детей: (маракасы, бубны, барабаны, треугольники, румбы, кастаньеты, палочки, погремушки колокольчики, дудки, ложки, гармошки, трещотки, шарманки, металлофоны, ксилофоны, гармошка, труба, саксофон)

Технические средства обучения:

- Музыкальный центр;
- CD и аудио материал;
- Видеопроектор.

Наглядно – дидактический материал:

- Картотека комплексов корригирующей гимнастики.
- Картотека дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики, упражнений для релаксации, самомассажа, коррекционных упражнений для укрепления сводов стопы, коррекции нарушений осанки.
- Картотека загадок, закличек, речитативов, считалок, упражнений логоритмики.
- Картотека упражнений игротитмики, игрогимнастики, игропластики, креативной гимнастики.
- Картотека музыкально-подвижных игр, игр-путешествий.
- Картотека танцевальных композиций.
- Декорации (для проведения сюжетных занятий и танцевальных композиций)

- Костюмы для выполнения танцевальных композиций (бабочки, голуби, военная форма, радуга, капитошки, грибы, рябинки, клоуны, жучки, сказочные герои, испанские, современные «диско», малыши и т.д.)
- Атрибуты для выполнения танцевальных композиций (снежинки, снежинки на палочках, дождевики, солнышки-ладошки, цветы-веера, подсолнухи – ладошки, ленты разноцветные, ленты на палочках, накидки – крылышки и т.д.)
- Музыкальные инструменты для детей: инструменты со звуком неопределенной высоты (маракасы, бубны, барабаны, треугольники, румбы, кастаньеты, палочки, погремушки Колокольчики); инструменты, издающие один звук (дудки); русские народные инструменты (ложки, гармошки, трещотки, шарманки); инструменты с диатоническим и хроматическим звукорядом (металлофоны, ксилофоны, детский БАЯН, гармошка, труба, саксофон, синтезатор).

### **3.3. Методическое обеспечение по образовательной области «Физическое развитие».**

1. Танцевально-игровая гимнастика для детей «Са-Фи-Дансе» Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина, Санкт-Петербург «Детство-пресс», 2003.
2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. СПб. 1996.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Изд. 3-е. перераб. И доп. – СПб.: РЖ «Музыкальная палитра», 2012.
4. Н.В. Зарецкая «Веселая карусель: игры, танцы, упражнения для детей младшего возраста –М.: АРКИ, 2004.
5. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.