

Комитет по образованию администрации городского округа
«Город Калининград»
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Калининграда центр развития ребенка - детский сад № 76

Принята на заседании
педагогического совета
от «24» 05 2022 г.
Протокол № 5

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №76
А. В. Тырчик
«24» 05 2022 г.
Приказ № 1600 от 27.05.2022



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Улыбка»**

Возраст обучающихся: 4-5 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Автор – составитель:
Рогожкина Екатерина Сергеевна
педагог дополнительного образования

Калининград
2022 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Улыбка» имеет художественную направленность.

Актуальность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Улыбка» предназначена для обучающихся, посещающих МАДОУ ЦРР д/с № 76.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально-игровая ритмика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях, танцах и играх. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт занятию привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Актуальность данного вида деятельности обусловлена укреплением здоровья дошкольников, созданием положительного психологического настроения, развитием мышления, творческих способностей и воображения.

Отличительная особенность программы

Отличительная особенность программы заключается в изменении подхода к обучению детей, а именно – внедрению в классические занятия по танцевально-игровой гимнастике творческой деятельности, в виде различных интересных идей по постановкам танцев для утренников, открытых занятий и концертов для родителей.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Улыбка» предназначена для детей в возрасте 4-5 лет, посещающих МАДОУ ЦРР д/с № 76.

Объем и срок освоения программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Улыбка» рассчитана на 9 месяцев. На полное освоение программы требуется – 72 часов.

Формы обучения

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Программа объединения предусматривает групповые занятия с детьми.

Состав групп: минимальное количество 10 обучающихся, максимальное - 20.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 20 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность состоит в применении деятельностного подхода, который помогает более продуктивно усваивать материал за счет смены способов организации работы. Педагог помогает ребенку дошкольного возраста развить как можно больше двигательных умений и навыков, прививает любовь к музыке, к активному образу жизни, ведь известно, что двигательная активность снижается с поступлением детей в школу и является одним из факторов риска детскому здоровью. И, конечно же, коллективные занятия развивают коммуникативные навыки и способность детей работать в команде.

Кроме того, педагогическая целесообразность лежит в основе принципа взаимосвязи эстетического воспитания детей с их хореографической и физической подготовкой. Эстетическое воспитание нацелено на помощь в становлении основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный же материал нацелен непосредственно на развитие ребенка, приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания.

Таким образом, задача педагогов дополнительного образования – создать условия, при которых дети будут с удовольствием посещать спортивные занятия, улучшая свою физическую подготовленность.

Практическая значимость

Практическая значимость посещения занятий по ритмической гимнастике обуславливается тем, что обучающиеся могут овладеть комплексом навыков выполнения базовых танцевальных, акробатических движений, научиться двигаться под музыкальные композиции разных ритмов и стилей, что в дальнейшем поможет им пройти отборы в секции по художественной гимнастике или же продолжить более глубокое изучение различных танцевальных направлений.

Цель дополнительной общеразвивающей программы: способствование физическому, эмоционально - художественному развитию детей, содействуя в полной мере проявлению детского творчества.

Задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Образовательные:

- обучить умению грациозно двигаться под музыку в соответствии с заданным ритмом;
- обучить правильному и выразительному выполнению танцевальных

комбинаций и упражнений;

Развивающие:

- развить хореографические способности учащихся, их пластичность и выразительность движений;
- развить познавательную активность учащихся;
- развить двигательный опыт учащихся посредством последовательного усложнения ранее освоенных упражнений;
- развить музыкальный слух, ритмичность.

Воспитательные:

- воспитать чувство ответственности к требованиям педагога о выполнении заданий, дисциплинированность и пунктуальность;
- воспитать и содействовать повышению уровня духовно-нравственной, коммуникативной культуры;
- воспитать морально-волевые, эстетические качества;
- привить стремление к здоровому образу жизни.
- формировать эстетический вкус.

Принципы отбора содержания:

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода;
- принцип практической значимости.

Основные формы и методы

Формы обучения включают в себя:

- игровое занятие;
- ритмическая гимнастика (аэробика)
- репетиция;
- утренник, открытый урок.

Способы организации детей для выполнения танцевально - ритмических движений:

- фронтальный;
- индивидуальный;
- подгрупповой

Методы и приемы:

- наглядно - зрительные (двигательный показ под музыку элементов танцев; сюжетно- образных движений);
- словесные (образный рассказ о новой игре, танце, пояснения в ходе выполнения движений);
- практические (многократное выполнение движения, упражнения для развития музыкально-ритмических навыков детей (изменение движений в соответствии с изменением характера музыки, темповых изменений);

- игровые (образно-ролевые, музыкально-дидактические, творческие);

Выбор метода и приема зависит от поставленных задач, от подготовленности и возраста детей.

Планируемые результаты:

В ходе реализации программы:

У детей достаточно развиты: хореографические способности, пластичность и выразительность движений, музыкальный слух и чувство ритмичности.

Дети понимают основные термины и инструкции педагога.

Дети проявляют интерес к занятиям.

У детей формируется понятие выполнять упражнения согласованно в команде.

Механизм оценивания результатов программы включает в себя:

- оценку уровня практических навыков и умений (см. приложение №1)

Формы подведения итогов реализации программы: показательные выступления для родителей в конце учебного года, на которых дети представляют свои выученные и отработанные танцевальные композиции.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
1	Техника безопасности, правила поведения в спортивном зале	1	1	0		показательное выступление для родителей
2	Основные движения тела	4	1	3		
3	Основные положения ног и рук	2	0,5	1,5		
4	Ритмические упражнения	8	2,5	5,5		
5	Музыкально-подвижные игры	15	3	12		
6	Партерная гимнастика	13	3	10		
7	Гимнастика	11	2	9		
8	Разучивание и отработка танцевальной композиции	18	4	14	0	

	Итого	72	17	55	0	
--	-------	----	----	----	---	--

Содержание программы

Тема	Кол – во часов	Содержание	Необходимый материал или Репертуар
Техника безопасности, правила поведения в спортивном зале	1	Знакомство. Техника безопасности и правила поведения в зале. Правила безопасности при выполнении упражнений. Правила безопасности при подвижных играх. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой. По завершении темы предусмотрен устный опрос.	
Основные движения тела	1	Приветствие. Ознакомление с видами ходьбы, такими как: бодрый шаг, спокойный шаг, высокий шаг, шаг на носках, пружинистый шаг и их отработка.	
Основные движения тела	1	Приветствие. Разучивание видов бега: легкий бег, широкий бег, высокий бег, а также легких, сильных подскоков. Отработка разученного.	
Основные движения тела	1	Приветствие. Повторение ранее освоенного материала (ходьба, бег, подскоки), далее разучивание прямого галопа в разных направлениях.	
Основные движения тела	1	Приветствие. Повторение разученных видов ходьбы, бега, подскоков. Далее соединяем ходьбу с хлопками: - хлопки в ладоши на каждый 4-ый шаг; - хлопки в ладоши на каждый 2-ый шаг; - хлопки в ладоши на каждый шаг; Затем ходьбу с движением рук: - шаг левой, руки в стороны; - шаг правой, руки вверх; - шаг левой, шаг правой; - шаг левой, руки в стороны; - шаг правой, руки вниз; - шаг левой, шаг правой;	
Основные положения ног и рук	1	Приветствие. Легкая разминка в виде бега на полупальцах, а также с высоким подъемом колена вперед, подскоков, шагов на полупальцах, а также с высоким подъемом колена. Далее - повороты и наклоны головы, наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. После этого приступаем к изучению техники исполнения позиций ног (1,2,3,5,6) и рук (1,2,3,4,5).	
Основные положения ног и рук	1	Приветствие. Легкий бег по кругу друг за другом, затем галопа вперед и в сторону, подскоки. После разогрева - отработка полученных знаний о позициях рук и ног в игровой форме.	
Ритмические упражнения	1	Приветствие. Легкая разминка в виде ходьбы на полупальцах и бега с высоким подниманием бедра. Под музыку разучивание и	

		повторение базовых движений руками в различном темпе и направлении, чередование ходьбы и бега под музыку, шаги с подскоком, приставные шаги и переменные.	
Ритмические упражнения	1	Приветствие. Легкая разминка в виде ходьбы на полупальцах и бега с высоким подниманием бедра. Под музыку разучивание и повторение базовых движений руками в различном темпе и направлении, чередование ходьбы и бега под музыку, шаги с подскоком, приставные шаги и переменные.	
Ритмические упражнения	1	Приветствие. Бег по кругу, галоп, подскоки. Разучивание упражнений в движении, например, таких как: I. На счет «Раз» - шаг левой ногой; На счет «Два», «Три», «Четыре» - пауза. То же с правой ноги. II. На счет «Раз» - шаг левой ногой; На счет «Два» - пауза; На счет «Три» - шаг правой ногой; На счет «Четыре» - пауза. III. Шаги на сильные доли такта и хлопки в ладоши на слабые доли. На счет «Раз» - шаг левой ногой; На счет «Два» - пауза, левая рука в сторону; На счет «Три» - шаг правой ногой; На счет «Четыре» - пауза, правая рука в сторону;	
Ритмические упражнения	1	Приветствие. Бег по кругу, галоп, подскоки. Разучивание упражнений в движении, например, таких как: I. На счет «Раз» - шаг левой ногой; На счет «Два», «Три», «Четыре» - пауза. То же с правой ноги. II. На счет «Раз» - шаг левой ногой; На счет «Два» - пауза; На счет «Три» - шаг правой ногой; На счет «Четыре» - пауза. III. Шаги на сильные доли такта и хлопки в ладоши на слабые доли. На счет «Раз» - шаг левой ногой; На счет «Два» - пауза, левая рука в сторону; На счет «Три» - шаг правой ногой; На счет «Четыре» - пауза, правая рука в сторону;	
Ритмические упражнения	1	Приветствие. Бег по кругу, галоп, подскоки. Разучивание упражнений в движении руками вперед, вверх, назад аналогично тому, как делали это ногами.	
Ритмические упражнения	1	Приветствие. Бег по кругу, галоп, подскоки. Разучивание упражнений в движении руками вперед, вверх, назад аналогично тому, как делали это ногами.	
Ритмические упражнения	1	Приветствие. Повторение позиций рук и ног в игровой форме. Прослушивание мелодий разных жанров, с разным темпом и динамическими оттенками, и самостоятельное составление танцевальных импровизаций под музыку с целью нахождения своих оригинальных движений для выражения характера музыки.	

Ритмические упражнения	1	Приветствие. Бег по кругу, галоп, подскоки. Разучивание упражнений в движении руками вперед, вверх, назад аналогично тому, как делали это ногами.	
Музыкально-подвижные игры	2	Приветствие. Легкая разминка всего тела. Разучивание танцевальных сюжетно-образных игр для детей, таких как: «Передай ритм» <i>Задачи данной игры:</i> развивать ритмическое восприятие и музыкальную память. «Танцевальная композиция» <i>Задачи данной игры:</i> развитие воображения, импровизации, умения двигаться в такт музыке.	
Музыкально-подвижные игры	2	Приветствие. Легкая разминка всего тела. Разучивание танцевальных сюжетно-образных игр для детей, таких как: «Не ошибись», «Голова или хвост», «Построй тоннель» <i>Задачи данных игр:</i> -развивать чувство ритма; -развивать произвольное внимание, память; -развивать координацию -развивать воображение; -учить действовать сообща.	
Музыкально-подвижные игры	3	Приветствие. Легкая разминка всего тела. Разучивание танцевальных сюжетно-образных игр для детей, таких как: «Будь внимателен» «Светофор» «Кактус» Задачи данных игр -развить умение владеть мышечным напряжением и расслаблением; -научить ориентироваться в пространстве; -научить координировать движение; -научить внимательно слушать и действовать в соответствии с сигналом педагога.	Для разучивания игр понадобятся кегли, круги из картона красного, зеленого, желтого цвета.
Музыкально-подвижные игры	2	Приветствие. Легкая разминка всего тела. Разучивание танцевальной сюжетно-образной игры для детей- «Не ошибись» и повторение ранее выученных игр («Светофор», «Передай ритм», «Построй тоннель»)	
Музыкально-подвижные игры	2	Приветствие. Легкая разминка всего тела. Игра- «Танец природы». Целью данной игры является развитие координации движений, воображения, чувства танцевального пространства. В ходе игры все дети разбиваются на пары и тройки (при желании - группы побольше), а затем под одну и ту же музыку группы готовят каждая свой танец на общую тему (примеру – танец восхода Солнца, морской прибой, облака, звезды, огонь, фонтан). После этого повторение ранее выученных игр («Будь внимателен», «Не ошибись», «Кактус»)	

Музыкально-подвижные игры	2	Приветствие. Легкая разминка всего тела. Игра- «Танец природы». После этого повторение раннее выученных игр («Будь внимателен», «Не ошибись», «Кактус»)	
Музыкально-подвижные игры	2	Приветствие. Бег по кругу, галоп , подскоки. Легкая разминка всего тела. Разучивание игры «Море волнуется» Цель игры: Развитие творческих способностей, фантазии, умение быстро и нестандартно мыслить. «Найди свое место» Цель игры: закрепить построение врасыпную, формировать двигательные навыки различных танцевальных шагов, развивать чувство ритма.	муз. Т. Ломовой «Учимся танцевать»
Партерная гимнастика	2	Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков. Разучивание упражнений партерной гимнастики на разработку стоп, таких как: упражнение «Зайчик», «Обезьянки», «Домик», круговые вращения стопами. Далее поочередно поднимаем рабочую ногу на 45 градусов (4 счета поднять, 4 счета опустить). Затем добавляем сокращение и натяжение стопы на подъеме ноги вверх. И, если детки уже подготовленные- попробовать поднимать обе ноги, при этом движении в работу включатся мышцы брюшного пресса.	
Партерная гимнастика	1	Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков. Разминка стоп. Разучивание упражнений партерной гимнастики на полу: упражнение «Чемоданчик» на растяжку подколенных мышц. Упражнение «Часики» на укрепление мышц ног и растяжку подколенных связок.	
Партерная гимнастика	1	Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков. Повторение позиций рук и ног в игровой форме. Разминка стоп. Разучивание упражнения «Бабочка», задача которого- растяжка тазобедренных связок, и упражнение «Лягушка». Упражнение на растяжку внутренней поверхности бедра- «Кукла». Повторение ранее разученных упражнений «Часики» и «Чемоданчик»	
Партерная гимнастика	1	Приветствие. Легкий бег для разогрева. Разминка стоп сидя на полу. Разучивание упражнения, стоя на коленках, «Крокодил». Его задача- укрепление мышц спины. Упражнение «Колосок». Задача- тренировка мышц брюшного пресса. Повторение ранее разученных упражнений «Часики», «Чемоданчик», «Кукла», «Бабочка»	
Партерная гимнастика	1	Приветствие. Легкий бег для разогрева. Повторение позиций ног и рук в игровой форме. Разминка стоп сидя на полу. Выполнение упражнения поднятие ноги с опусканием в сторону – Упор на локти, ноги вытянуты вперед. Поднять ногу на 90 градусов, опустить ее в сторону, опять поднять на 90 градусов, и опустить в исходное положение. Затем другой ногой (Развивает выворотность, растягивает паховую мышцу, укрепляет мышцы голени и бедра). Упражнение «Стрела» – Упор на локти, ноги вытянуты вперед. Обе ноги поднять на 45 градусов и медленно опустить в исходное положение. (Способствует укреплению	

		<p>мышц пресса). Выполнение упражнения «Уголок» – лежа на спине, руки в стороны. Рывком поднимаем корпус вверх, ноги отрываются от пола согнутые в коленях на 90 градусов. Затем вернуться в исходное положение. (Укрепляет мышцы брюшного пресса, и мышцы спины.). Повторение ранее разученных упражнений «Часики», «Чемоданчик», «Кукла», «Бабочка». Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.</p>	
Партерная гимнастика	1	<p>Приветствие. Легкий бег для разогрева. Разминка стоп сидя на полу. Разучивание упражнения, стоя на коленках, «Крокодил». Его задача- укрепление мышц спины. Упражнение «Колосок». Задача - тренировка мышц брюшного пресса. Повторение ранее разученных упражнений «Часики», «Чемоданчик», «Кукла», «Бабочка»</p>	
Партерная гимнастика	1	<p>Приветствие. Легкий бег для разогрева. Разминка стоп сидя на полу. Разучивание упражнения «Березка» и комбинаций движений: -поочередное поднятие ног на 90° из положения лежа на спине; - «Березка» с подставкой рук под бедра. -разножка в положении «Березка» - «Лягушка» в положении «Березка» -опускание вытянутых ног за голову до касания стопами пола и возвращение в положение «Березка». Повторение ранее разученных упражнений «Часики», «Чемоданчик», «Кукла», «Бабочка», «Колосок», «Крокодил»</p>	
Партерная гимнастика	1	<p>Приветствие. Легкий бег для разогрева. Разминка стоп сидя на полу. Подготовка к разучиванию упражнения «лодочка» - поочередное поднятие корпуса и ног с удержанием. «Лодочка» с поочередным подниманием рук и ног, соединенных вместе, наверх. Подготовка к упражнению «коробочка» - поднятие корпуса с опорой на руки и прогиб под лопатками. «Коробочка» - сгибание ног в коленях, доставая пятками макушку головы. Разучивание упражнения «Корзиночка» - прогиб корпуса, держась руками за голеностоп. «Корзиночка» с раскачиванием корпуса вперед- назад. Разучивание упражнения «Кошечка» - прогибы корпуса в различном темпе. «Лягушка» лежа на животе.« Лягушка» с поднятием корпуса. Повторение ранее разученных упражнений «Часики», «Чемоданчик», «Кукла», «Бабочка», «Колосок», «Крокодил», «Березка»</p>	
Партерная гимнастика	1	<p>Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков, позиций рук и ног. Разминка стоп сидя на полу. Повторение упражнений на разогрев тазобедренных суставов и связок, растяжку подколенных мышц и задней поверхности бедра. Далее разучивание Grand battement jete. Исх. полож. – лежа на спине, руки в сторону. Поочередные броски ногами вперед на 90° и выше. Броски пр. ногой на 90° и выше лежа на пр. боку. Броски лев. ногой на 90° и выше лежа на лев. Боку. Затем разогрев спины с использованием упражнений «Лодочка», «Коробочка», «Корзиночка», «Кошечка» и далее Grand battement jete назад пр.</p>	

		<p>ногой и лев.ногой из положения «Кошечка». Grand battement jete назад согнутыми ногами с прогибом корпуса.</p>	
Партерная гимнастика	1	<p>Приветствие. . Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков, позиций рук и ног. Разминка стоп сидя на полу. Повторение упражнений на разогрев тазобедренных суставов и связок, растяжку подколенных мышц и задней поверхности бедра. Далее разучивание Grand battement jete. Исх. полож. – лежа на спине, руки в сторону. Поочередные броски ногами вперед на 90° и выше. Броски пр. ногой на 90° и выше лежа на пр. боку. Броски лев. ногой на 90° и выше лежа на лев. Боку. Затем разогрев спины с использованием упражнений «Лодочка», «Коробочка», «Корзиночка», «Кошечка» и далее Grand battement jete назад пр. ногой и лев.ногой из положения «Кошечка». Grand battement jete назад согнутыми ногами с прогибом корпуса.</p>	
Партерная гимнастика	1	<p>Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков, позиций рук и ног. Разминка стоп сидя на полу. Повторение упражнений на разогрев тазобедренных суставов и связок, растяжку подколенных мышц и задней поверхности бедра. Далее разучивание Grand battement jete. Исх. полож. – лежа на спине, руки в сторону. Поочередные броски ногами вперед на 90° и выше. Броски пр. ногой на 90° и выше лежа на пр. боку. Броски лев. ногой на 90° и выше лежа на лев. Боку. Затем разогрев спины с использованием упражнений «Лодочка», «Коробочка», «Корзиночка», «Кошечка» и далее Grand battement jete назад пр. ногой и лев.ногой из положения «Кошечка». Grand battement jete назад согнутыми ногами с прогибом корпуса.</p>	
Партерная гимнастика	1	<p>Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков, позиций рук и ног. Разминка стоп сидя на полу. Повторение упражнений на разогрев тазобедренных суставов и связок, растяжку подколенных мышц и задней поверхности бедра. Далее разучивание Grand battement jete. Исх. полож. – лежа на спине, руки в сторону. Поочередные броски ногами вперед на 90° и выше. Броски пр. ногой на 90° и выше лежа на пр. боку. Броски лев. ногой на 90° и выше лежа на лев. Боку. Затем разогрев спины с использованием упражнений «Лодочка», «Коробочка», «Корзиночка», «Кошечка» и далее Grand battement jete назад пр. ногой и лев.ногой из положения «Кошечка». Grand battement jete назад согнутыми ногами с прогибом корпуса.</p>	

Гимнастика	2	Приветствие. Легкий бег для разогрева. Разминка стоп сидя на полу упражнениями «Зайчик», «Обезьянки», «Домик», круговыми вращениями в разные стороны. Повторение упражнений на разогрев тазобедренных суставов и связок, растяжку подколенных мышц и задней поверхности бедра. Grand battement jete на обе ноги. Затем разогрев спины с использованием упражнений «Лодочка», «Коробочка», «Корзиночка», «Кошечка» и разучивание упражнения «Мост». Разучивание упражнения «Кувырок» вперед и назад, «Кувырок в полушпагат», «Флажок» «Рыбка».
Гимнастика	1	Приветствие. Легкий бег для разогрева. Разминка стоп сидя на полу упражнениями «Зайчик», «Обезьянки», «Домик», круговыми вращениями в разные стороны. Повторение упражнений на разогрев тазобедренных суставов и связок, растяжку подколенных мышц и задней поверхности бедра. Grand battement jete на обе ноги. Затем разогрев спины и повторение разученных на предыдущем занятии акробатических элементов.
Гимнастика	1	Приветствие. Легкий бег для разогрева. Разминка стоп сидя на полу упражнениями «Зайчик», «Обезьянки», «Домик», круговыми вращениями в разные стороны. Повторение упражнений на разогрев тазобедренных суставов и связок, растяжку подколенных мышц и задней поверхности бедра. Grand battement jete на обе ноги. Разогрев спины и разучивание комбинаций упражнений галопов, подскоков и шагов с кувырками вперед, назад и в сторону. Выполняются задания разделившись по колоннам. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.
Гимнастика	1	Приветствие. Легкий бег для разогрева. Разминка стоп сидя на полу упражнениями «Зайчик», «Обезьянки», «Домик», круговыми вращениями в разные стороны. Повторение упражнений на разогрев тазобедренных суставов и связок, растяжку подколенных мышц и задней поверхности бедра. Grand battement jete на обе ноги. Затем разогрев спины и разучивание упражнений: поворот «На пасса», равновесие «На пасса», равновесие «Арабеск». Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.
Гимнастика	1	Приветствие. Легкий бег для разогрева. Разминка стоп сидя на полу упражнениями «Зайчик», «Обезьянки», «Домик», круговыми вращениями в разные стороны. Повторение упражнений на разогрев тазобедренных суставов и связок, растяжку подколенных мышц и задней поверхности бедра. Grand battement jete на обе ноги. Затем разогрев спины с использованием упражнений «Лодочка», «Коробочка», «Корзиночка», «Кошечка» и «Мост». Повторение упражнений: -поворот «На пасса», -равновесие «На пасса», -равновесие «Арабеск». Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.

Гимнастика	1	Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков. Повторение позиций рук и ног в игровой форме. Растяжка тазобедренных связок, подколенных мышц. Выполнение упражнения на растяжку внутренней поверхности бедра- «Кукла». Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Повторение ранее разученных упражнений «Часики», «Чемоданчик», «Кукла», «Бабочка». Grand battement jete на обе ноги. Затем разогрев спины и разучивание упражнений: -прыжок «Ножницы» -прыжок «Касаясь» Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Гимнастика	1	Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков. Повторение позиций рук и ног в игровой форме. Растяжка тазобедренных связок, подколенных мышц. Выполнение упражнения на растяжку внутренней поверхности бедра- «Кукла». Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Повторение ранее разученных упражнений «Часики», «Чемоданчик», «Кукла», «Бабочка». Grand battement jete на обе ноги. Затем разогрев спины и повторение разученных ранее прыжков «Ножницы» и «Касаясь». Повторение упражнений: -поворот «на пассе», -равновесие «на пассе», -равновесие «арабеск». Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Гимнастика	1	Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков. Повторение позиций рук и ног в игровой форме. Растяжка тазобедренных связок, подколенных мышц. Выполнение упражнения на растяжку внутренней поверхности бедра- «Кукла». Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Повторение ранее разученных упражнений «Часики», «Чемоданчик», «Кукла», «Бабочка» Grand battement jete на обе ноги. Затем разогрев спины с использованием упражнений «Лодочка», «Коробочка», «Корзиночка», «Кошечка» и «Мост». И после этого разучивание прыжка «Пирует» в обе стороны и прыжка «Козлик». Повторение акробатических элементов. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Гимнастика	1	Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков. Повторение позиций рук и ног в игровой форме. Растяжка тазобедренных связок, подколенных мышц. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Повторение ранее разученных упражнений партерной гимнастики на растяжку ног и спины. Разучивание равновесия с ногой в сторону и повторение прыжков «Ножницы», «Пирует», «Касаясь», «Козлик». В конце занятия проведение музыкально-подвижной игры для расслабления.	

Гимнастика	1	Приветствие. Разминка стоя в виде повторения видов ходьбы, бега, подскоков. Повторение позиций рук и ног в игровой форме. Растяжка тазобедренных связок, подколенных мышц. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Повторение ранее разученных упражнений партерной гимнастики на растяжку ног и спины. Разучивание равновесия с ногой в сторону и повторение прыжков «Ножницы», «Пирует», «Касаясь», «Козлик». И повторение равновесий «В сторону», «Арабеск», «На пассе». В конце занятия проведение музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Разучивание и отработка танцевальной композиции	2	Приветствие. Выполнение упражнений стоя, таких как: повторение видов ходьбы, бега, подскоков. Отработка позиций рук и ног в игровой форме. Разминка партерная. Разучивание различных шагов по танцевальным рисункам. Например, танцевальный шаг по кругу, шаг «Цапля» с поднятием колена вперед, ход на полупальцах с перестроением на 1 диагональ, ход на пяточках с перестроением на 2 диагональ, ход на внешнем своде стопы с перестроением в 1 колонну и с расходом через одного и ход на внутреннем своде стопы и перестроение 2 колонну и расходом по парам. Марширующий шаг с расходом на линии. Наглядный просмотр танцевальной связки с помощью видео, показа педагога. Разучивание комбинации танцевальных движений сначала без музыки. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Разучивание и отработка танцевальной композиции	1	Приветствие. Выполнение упражнений стоя, таких как: повторение видов ходьбы, бега, подскоков. Отработка позиций рук и ног в игровой форме. Разминка партерная. Повторение различных шагов по танцевальным рисункам. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Разучивание и отработка танцевальной композиции	1	Приветствие. Выполнение упражнений стоя, таких как: повторение видов ходьбы, бега, подскоков. Отработка позиций рук и ног в игровой форме. Разминка партерная. Повторение различных шагов по танцевальным рисункам. Разучивание танцевальной связки из двух восьмерок. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Разучивание и отработка танцевальной композиции	1	Приветствие. Выполнение упражнений стоя, таких как: повторение видов ходьбы, бега, подскоков. Разминка партерная. Разучивание танцевальной связки из двух восьмерок. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Разучивание и отработка танцевальной композиции	1	Приветствие. Выполнение упражнений стоя, таких как: повторение видов ходьбы, бега, подскоков. Разминка партерная. Разучивание танцевальной связки из двух восьмерок и отработка ранее выученных. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Разучивание и отработка танцевальной композиции	1	Приветствие. Выполнение упражнений стоя, таких как: повторение видов ходьбы, бега, подскоков. Разминка партерная. Разучивание танцевальной связки из двух восьмерок с соединением ее с ранее отработанными. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	

Разучивание и отработка танцевальной композиции	1	Приветствие. Для разогрева-повторение видов ходьбы, бега, подскоков. Разминка партерная. Повторение танцевального номера из ранее разученных танцевальных комбинаций без музыки с детальной проработкой каждого движения и исправлениями недочетов. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	
Разучивание и отработка танцевальной композиции	1	Приветствие. Для разогрева-повторение видов ходьбы, бега, подскоков. Разминка партерная. Повторение танцевального номера под музыку с детальной проработкой каждого движения и исправлениями недочетов. Проведение в конце занятия музыкально-подвижной игры для расслабления.	

Календарный учебный график

Месяц	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения
Сентябрь	Техника безопасности, правила поведения в спортивном зале	1	групповая	Физкультурный зал
	Основные движения тела	3		
Октябрь	Основные движения тела	1	групповая	Физкультурный зал
	Основные положения рук и ног	2		
	Ритмические упражнения	5		
Ноябрь	Ритмические упражнения	3	групповая	Физкультурный зал
	Музыкально-подвижные игры	5		
Декабрь	Музыкально-подвижные игры	8	групповая	Физкультурный зал
Январь	Музыкально-подвижные игры	2	групповая	Физкультурный зал
	Партнерская гимнастика	8		
Февраль	Партнерская гимнастика	5	групповая	Физкультурный зал
	Гимнастика	3		
Март	Гимнастика	8	групповая	Физкультурный зал
Апрель	Разучивание и отработка танцевальной композиции	8	групповая	Физкультурный зал

Май	Разучивание и отработка танцевальной композиции	8	групповая	Физкультурный зал
Июнь	Разучивание и отработка танцевальной композиции	2	групповая	Физкультурный зал
	Итого	72		

Организационно-педагогические условия реализации программы

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Устав МАДОУ ЦРР д/с № 76, правила внутреннего распорядка обучающихся детского сада, локально нормативные акты учреждения. Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеобразовательной общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Кадровое обеспечение:

Педагог, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Материально-техническое обеспечение:

Музыкальный центр, стулья, платки, кегли, круги из картона красного, зеленого, желтого цвета.

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Распоряжение Правительства РФ об утверждении «Концепции развития дополнительного образования детей» от 04 сентября 2014г. № 1726-р.

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648 —20 «Санитарно —эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685 — 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Для педагога

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. 1-3 года обучения. Л-1983 г.

2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л- 1980 г.

3. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности -М., 2010.

4. Ветлугина Н.А Музыкальное развитие ребенка. - М. Просвещение, 2009.

5. Лисицкая Т Пластика, ритм. - М.: Физкультура и спорт, 2011.

6. Фильденкрайз М. Осознавание через движение. - М., 2010.

7. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – Санкт-Петербург, 2010

8. Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма для дошкольного возраста/ Под ред. М.В. Антроповой, М.М. Кольцовой. – М., 2003.

9. Леви-Гориневская Е. Особенности детского организма и физическое воспитание дошкольника [Текст]/ Е. Леви-Гориневская // Дошкольное воспитание. - 2009. - № 2. - С. 4-12.