

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД №70  
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**Принята**

Протокол педагогического совета  
№1 от 29.08.2025

**Утверждена**

Приказ № 290801-п от 29.08.2025  
Заведующий ГБДОУ  
Н.П. Володченко



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Спортивные танцы «Непоседы»»**

Срок освоения программы – 1 год  
Возраст обучающихся 6-7 лет

Разработчик:  
Ситникова Н.А.  
педагог дополнительного  
образования

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа спортивные танцы «Непоседы» имеет **физкультурно-спортивную направленность.**

**Адресат программы:** обучающиеся 6-7 лет, а также обучающиеся 6-7 лет с ограниченными возможностями здоровья: задержка психического развития (ЗПР), различные нарушения речи.

**Актуальность:** Программа «Непоседы» актуальна на сегодняшний день, так как отвечает потребностям современных детей и их родителей. Это показывает анализ педагогического опыта, детского и родительского спроса на дополнительные образовательные услуги.

**Уровень освоения программы:** общекультурный.

**Объем и срок освоения:** 28 часов (1 академический час - 30 минут), 28 дней.

**Цель:** формирование у обучающихся дошкольного возраста мотивации к здоровому образу жизни средствами танцевально-игровой гимнастики. Содействие самореализации воспитанников в творческих видах деятельности, развитие физических, интеллектуальных и нравственных качеств личности в доступной для них форме.

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

1. Формировать технику выполнения упражнений, пластичность, грациозность движений;
2. Формировать умение согласовывать свои движения с музыкой; развивать чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания; развивать индивидуальные способности.

#### *Развивающие:*

1. Обучать акробатическим упражнениям («бабочка», «матрешка», «змея», «черепаха» и т.д.);
2. Обучать основным элементам движений танцевально-ритмической гимнастики;
3. Обогащать двигательный опыт за счет овладения двигательными действиями, использовать их в качестве средств укрепления здоровья;
4. Формировать двигательные навыки и совершенствовать двигательные способности – ловкость, силу, гибкость, быстроту реакции, ориентировку в пространстве;
5. Формировать познавательный интерес, желание заниматься спортом и радоваться своим достижениям;
6. Формировать привычку к здоровому образу жизни.

#### *Воспитательные:*

1. Воспитывать потребность в ежедневных занятиях физическими упражнениями;
2. Содействовать воспитанию умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях, умению анализировать свои действия и действия товарищей;
3. Развивать позитивное отношение к движению, привлечение обучающихся к

увлекательному миру фитнеса, музыки и здорового образа жизни.

### ***Планируемые результаты***

#### ***Предметные***

##### ***Обучающиеся***

1. Сформируют технику выполнения упражнений, пластичность, грациозность движений;
2. Сформируют умение согласовывать свои движения с музыкой; разовьется чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание; разовьются индивидуальные способности.

#### ***Метапредметные***

##### ***Обучающиеся***

1. Обучатся акробатическим упражнениям («бабочка», «матрешка», «змея», «черепаша» и т.д.);
2. Обучатся основным элементам движений танцевально-ритмической гимнастики;
3. Обогалят двигательный опыт за счет овладения двигательными действиями, используют их в качестве средств укрепления здоровья;
4. Сформируют двигательные навыки и совершенствуют двигательные способности – ловкость, силу, гибкость, быстроту реакции, ориентировку в пространстве;
5. Сформируют познавательный интерес, желание заниматься спортом и радоваться своим достижениям;
6. Сформируют привычку к здоровому образу жизни.

#### ***Личностные***

##### ***Обучающиеся***

1. Воспитают потребность в ежедневных занятиях физическими упражнениями;
2. Воспитают умение эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях, умение анализировать свои действия и действия товарищей;
3. Разовьют позитивное отношение к движению, привлечение обучающихся к увлекательному миру фитнеса, музыки и здорового образа жизни.

### ***Организационно-педагогические условия реализации программы***

***Язык реализации программы:*** русский.

***Форма обучения:*** очная.

***Особенности реализации программы:*** образовательный процесс представляет собой специально организованную деятельность педагога и обучающихся, направленную на решение задач обучения, воспитания, развития личности.

***Условия набора:*** принимаются все желающие. Конкурсного отбора обучающихся не предусмотрено. Наличие определенных базовых знаний для поступления не требуется.

***Условия формирования групп:*** группы формируются по возрасту, обучающиеся 6-7 лет.

**Количество обучающихся в группе:** 10 человек и более.

**Формы организации занятий:** групповые занятия.

**Формы проведения занятий:** учебное занятие.

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:** индивидуальная, групповая и фронтальная.

**Кадровое обеспечение:** программу реализует педагог дополнительного образования.

**Материально-техническое обеспечение**

- физкультурный зал;
- гимнастические маты;
- гантели;
- обручи;
- фитбол-мячи диаметром 50-65 см;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- резиновые мячи;
- массажные мячи;
- помпоны для акробатики;
- оборудование для воспроизведения звукозаписей.

**Учебный план программы «Спортивные танцы «Непоседы»»  
2025-2026 учебный год (для детей 6-7 лет)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>1 модуль - Игровая и танцевально-ритмическая гимнастика</b>	<b>11</b>	<b>1,5</b>	<b>9,5</b>	
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Анкетирование, выполнение практических заданий
2	Часики	1	0,5	0,5	Выполнение практических заданий
3	Путешествие на поезде	1	0	1	Выполнение практических заданий
4	Дружно, весело шагаем	1	0	1	Выполнение

					практических заданий
5	Веселые животные	1	0,5	0,5	Выполнение практических заданий
6	Карусельные лошадки	1	0	1	Выполнение практических заданий
7	Веселые фигурки	1	0	1	Выполнение практических заданий
8	Песня короля	1	0	1	Выполнение практических заданий
9	Веселая разминка	1	0	1	Выполнение практических заданий
10	Воробьиная дискотека	1	0	1	Выполнение практических заданий
11	Циркачи	1	0	1	Выполнение практических заданий
	<b>2 Модуль - Музыкально-подвижные игры и логоритмика</b>	<b>9</b>	<b>0,5</b>	<b>8,5</b>	
12	Дружные игры	1	0,5	0,5	Выполнение практических заданий
13	Дружно-весело играем	1	0	1	Выполнение практических заданий
14	Поиграем	1	0	1	Выполнение практических заданий
15	Дружные игры	1	0	1	Выполнение практических заданий

16	Наездники-ковбои	1	0	1	Выполнение практических заданий
17	Путешествие в Кукляндию	1	0	1	Выполнение практических заданий
18	Карнавал игр	1	0	1	Выполнение практических заданий
19	Музыкальные игры	1	0	1	Выполнение практических заданий
20	В стране чудес	1	0	1	Выполнение практических заданий
	<b>3 модуль - Танцевальная карусель</b>	<b>8</b>	<b>0,5</b>	<b>7,5</b>	
21	Навстречу к солнцу	1	0	1	Выполнение практических заданий
22	Ну- ка, вместе	1	0	1	Выполнение практических заданий
23	Если весело живется делай так	1	0	1	Выполнение практических заданий
24	Салюттики	1	0	1	Выполнение практических заданий
25	У меня, у тебя	1	0	1	Выполнение практических заданий
26	Играя, танцуем	1	0	1	Выполнение практических заданий
27	Чудики	1	0	1	Выполнение практических заданий

28	Итоговое занятие	1	0	1	Выполнение практических заданий
	<b>Итого</b>	<b>28</b>	<b>2,5</b>	<b>25,5</b>	

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

## **«Спортивные танцы «Непоседы»»**

### ***Задачи:***

#### ***Обучающие:***

3. Формировать технику выполнения упражнений, пластичность, грациозность движений;
4. Формировать умение согласовывать свои движения с музыкой; развивать чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания; развивать индивидуальные способности.

#### ***Развивающие:***

1. Обучать акробатическим упражнениям («бабочка», «матрешка», «змея», «черепаха» и т.д.);
2. Обучать основным элементам движений танцевально-ритмической гимнастики;
3. Обогащать двигательный опыт за счет овладения двигательными действиями, использовать их в качестве средств укрепления здоровья;
4. Формировать двигательные навыки и совершенствовать двигательные способности – ловкость, силу, гибкость, быстроту реакции, ориентировку в пространстве;
5. Формировать познавательный интерес, желание заниматься спортом и радоваться своим достижениям;
6. Формировать привычку к здоровому образу жизни.

#### ***Воспитательные:***

1. Воспитывать потребность в ежедневных занятиях физическими упражнениями;
2. Содействовать воспитанию умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях, умению анализировать свои действия и действия товарищей;
3. Развивать позитивное отношение к движению, привлечение обучающихся к увлекательному миру фитнеса, музыки и здорового образа жизни.

### ***Планируемые результаты***

#### ***Предметные***

##### ***Обучающиеся***

3. Сформируют технику выполнения упражнений, пластичность, грациозность движений;
4. Сформируют умение согласовывать свои движения с музыкой; разовьется чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание; разовьются индивидуальные способности.

#### ***Метапредметные***

##### ***Обучающиеся***

1. Обучатся акробатическим упражнениям («бабочка», «матрешка», «змея», «черепаха» и т.д.);
2. Обучатся основным элементам движений танцевально-ритмической гимнастики;
3. Обогалят двигательный опыт за счет овладения двигательными действиями, используют их



в качестве средств укрепления здоровья;

4. Сформируют двигательные навыки и совершенствуют двигательные способности – ловкость, силу, гибкость, быстроту реакции, ориентировку в пространстве;

5. Сформируют познавательный интерес, желание заниматься спортом и радоваться своим достижениям;

6. Сформируют привычку к здоровому образу жизни.

### **Личностные**

#### *Обучающиеся*

1. Воспитают потребность в ежедневных занятиях физическими упражнениями;

2. Воспитают умение эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях, умение анализировать свои действия и действия товарищей;

3. Разовьют позитивное отношение к движению, привлечение обучающихся к увлекательному миру фитнеса, музыки и здорового образа жизни.

### **Содержание образовательной программы**

<b>Раздел (тема):</b>	<b>Содержание:</b>	<b>Форма контроля:</b>
<b>1 модуль - Игровая и танцевально-ритмическая гимнастика</b>		
1. Вводное занятие	<b>Теория (0,5ч.):</b> инструктаж по ТБ, правила поведения в физкультурной зале. <b>Практика (0,5ч.):</b> Разминка, акробатические упражнения, подвижные игры, упражнение на расслабление мышц, практические задания.	Анкетирование, выполнение практических заданий
2. Часики	<b>Теория (0,5ч.):</b> строевые упражнения <b>Практика (0,5ч.):</b> строевые упражнения в образно-двигательных действиях, комплекс танцевально - ритмической гимнастики, упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Выполнение практических заданий
3. Путешествие на поезде	<b>Практика (1 ч.):</b> строевые упражнения, танцевально-ритмическая гимнастика, подвижные игры с элементами звуковой гимнастики, упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Выполнение практических заданий

4. Дружно, весело шагаем	<b>Практика (1 ч.):</b> строевые упражнения, танцевально-ритмическая гимнастика, подвижные игры с элементами звуковой гимнастики, упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Выполнение практических заданий
5. Веселые животные	<b>Теория (0,5ч.):</b> акробатические упражнения. <b>Практика (0,5ч.):</b> разминка, акробатические упражнения, подвижные игры, точечный массаж и дыхательная гимнастика, расслабление.	Выполнение практических заданий
6. Карусельные лошадки	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки», упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Выполнение практических заданий
7. Веселые фигурки	<b>Практика (1ч.):</b> разминка, акробатические упражнения, подвижные игры, точечный массаж и дыхательная гимнастика, расслабление.	Выполнение практических заданий
8. Песня короля	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, танцевально-ритмическая гимнастика, упражнения на расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки (имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа).	Выполнение практических заданий
9. Веселая разминка	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, танцевально-ритмическая гимнастика, упражнения на расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки (имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа).	Выполнение практических заданий
10. Воробыная дискотека	<b>Практика (1 ч.):</b> комплекс упражнений танцевально-ритмической гимнастики, упражнения на расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки (имитационные, образные упражнения на дыхание в положении сидя).	Выполнение практических заданий
11. Циркачи	<b>Практика (1ч.):</b> разминка, акробатические упражнения, подвижные игры на фитболах, расслабление.	Выполнение практических заданий

<b>2 Модуль - Музыкально-подвижные игры и логоритмика</b>			
12. Дружные игры	<b>Теория (0,5ч.):</b> строевые упражнения. <b>Практика (0,5ч.):</b> строевые упражнения в образно-двигательных действиях, игровые упражнения игропластики на укрепление мышц живота и спины, игры на построение, музыкально-подвижные игры.	Выполнение практических заданий	
13. Дружно-весело играем	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, упражнения игропластики на укрепление мышц живота и спины, музыкально-подвижные игры, пальчиковая гимнастика.	Выполнение практических заданий	
14. Поиграем	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, упражнения игропластики на укрепление мышц живота и спины музыкально-подвижные игры, пальчиковая гимнастика, упражнение на расслабление мышц и на укрепление и осанки с речитативом.	Выполнение практических заданий	
15. Дружные игры	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, игропластика – упражнения для развития мышечной силы в заданиях, музыкально-подвижные игры, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж для кисте и пальцев с речитативом.	Выполнение практических заданий	
16. Наездники-ковбои	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, музыкально-подвижные игры, игропластика – упражнения для развития мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях, пальчиковая гимнастика.	Выполнение практических заданий	
17. Путешествие в Кукляндию	<b>Практика (1ч.):</b> сюжетное занятие «Путешествие в Кукляндию», разминка, танцевально-ритмическая гимнастика, подвижные игры, упражнения на релаксацию.	Выполнение практических заданий	
18. Карнавал игр	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, музыкальные игры, упражнения игропластики на укрепление мышц живота и спины, упражнения на релаксацию.	Выполнение практических заданий	
19. Музыкальные игры	<b>Практика (1ч.):</b> музыкально-подвижные игры, игропластика – упражнения для развития мышечной силы в заданиях, зарядка для глаз.	Выполнение практических заданий	

20. В стране чудес	<b>Практика (1ч.):</b> музыкально-подвижные игры на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг, пальчиковая гимнастика.	Выполнение практических заданий
<b>3 модуль - «Танцевальная карусель»</b>		
21. Навстречу к солнцу	<b>Теория (0,5ч.):</b> танцевально-ритмическая гимнастика. <b>Практика (0,5ч.):</b> строевые упражнения, танцевально-ритмическая гимнастика.	Выполнение практических заданий
22. Ну- ка, вместе	<b>Практика (1ч.):</b> танцевально-ритмическая гимнастика, упражнения на расслабление мышц и дыхательные упражнения.	Выполнение практических заданий
23. Если весело живется делай так	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения в образно-двигательных действиях, комплекс танцевально - ритмической гимнастики.	Выполнение практических заданий
24. Салютики	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, танцевально-ритмическая гимнастика, упражнения на расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки (имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа).	Выполнение практических заданий
25. У меня, у тебя	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, игропластика – упражнения для развития мышечной силы в заданиях, музыкально-подвижная игра, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж для кистей и пальцев с речитативом.	Выполнение практических заданий
26. Играя, танцуем	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, танцевально-ритмическая гимнастика.	Выполнение практических заданий
27. Чудики	<b>Практика (1ч.):</b> строевые упражнения, упражнения игропластики на укрепление мышц живота и спины, танцевально-ритмическая гимнастика.	Выполнение практических заданий
28. Итоговое занятие	<b>Практика (1 ч.):</b> музыкально-подвижные игры, практические задания.	Выполнение практических заданий

## Методические и оценочные материалы

### *Методические материалы*

№	Тема программы (раздел)	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
<b>1 модуль - Игровая и танцевально-ритмическая гимнастика</b>					
1	Вводное занятие	1) беседа; 2) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы.	- гимнастические маты; - оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Анкетирование, выполнение практических заданий
2	Часики	1) беседа; 2) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - гимнастические палки; - массажные мячи; - оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
3	Путешествие на поезде	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного	- гимнастические маты; - резиновые мячи; - оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий

			достоинства.		
4	Дружно, весело шагаем	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - гантели; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
5	Веселые животные	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - массажные мячи; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
6	Карусельные лошадки	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - обручи; -скакалки; -гимнастические палки; -резиновые мячи; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
7	Веселые фигурки	1) практическое занятие	Словесные	- гимнастические	Выполнение

		занятие	указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	маты; - скакалки; - гимнастические палки; - резиновые мячи; - массажные мячи; - оборудование для воспроизведения звукозаписей.	практических заданий
8	Песня короля	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - гимнастические палки; - оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
9	Веселая разминка	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - обручи; - резиновые мячи; - массажные мячи; - оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
10	Воробьиная	1) практическое	Словесные	- гимнастические	Выполнение

	дискотека	занятие	указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	маты; -резиновые мячи; - массажные мячи; - помпоны для акробатики; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	практических заданий
11	Циркачи	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	-фитбол-мячи диаметром 50-65 см; - гимнастические маты; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
<b>2 Модуль - Музыкально-подвижные игры и логоритмика</b>					
12	Дружные игры	1) беседа; 2)практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; -резиновые мячи; - массажные мячи; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
13	Дружно-весело играем	1) практическое занятие	Словесные указания	- гимнастические маты;	Выполнение практических



			педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гантели; - обручи; -фитбол-мячи диаметром 50-65 см; -скакалки; -гимнастические палки; -резиновые мячи; - массажные мячи; - помпоны для акробатики; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	заданий
14	Поиграем	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - обручи; -скакалки; -гимнастические палки; -резиновые мячи; - массажные мячи; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
15	Дружные игры	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы.	- гимнастические маты; - гантели; - обручи; -резиновые мячи;	Выполнение практических заданий

			Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- массажные мячи; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	
16	Наездники-ковбои	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; -фитбол-мячи диаметром 50-65 см; -гимнастические палки; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
17	Путешествие в Кукляндию	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - обручи; -резиновые мячи; - массажные мячи; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
18	Карнавал игр	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и	- гимнастические маты; - обручи; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий

			подчеркивание в них чувства собственного достоинства.		
19	Музыкальные игры	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - гантели; - обручи; -фитбол-мячи диаметром 50-65 см; -скакалки; -гимнастические палки; -резиновые мячи; - массажные мячи; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
20	В стране чудес	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; -резиновые мячи; - массажные мячи; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
<b>3 модуль - Танцевальная карусель</b>					
21	Навстречу к солнцу	1) беседа; 2)практическое	Словесные указания	- помпоны для акробатики;	Выполнение практических

		занятие	педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	-оборудование для воспроизведения звукозаписей.	заданий
22	Ну- ка, вместе	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - обручи; - скакалки; - гимнастические палки;	Выполнение практических заданий
23	Если весело живется делай так	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - гантели; - скакалки; - гимнастические палки; - резиновые мячи;	Выполнение практических заданий
24	Салютики	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные	- гимнастические маты; - гимнастические палки;	Выполнение практических заданий

			сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	-резиновые мячи; - массажные мячи; - помпоны для акробатики; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	
25	У меня, у тебя	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - гантели; - обручи; -скакалки; - массажные мячи; - помпоны для акробатики; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
26	Играя, танцуем	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	-скакалки; -гимнастические палки; - помпоны для акробатики; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий
27	Чудики	1) практическое занятие	Словесные указания	- гимнастические маты;	Выполнение практических

			педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гантели; - обручи; - помпоны для акробатики; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	заданий
28	Итоговое занятие	1) практическое занятие	Словесные указания педагога. Зрительные сигналы. Поощрения детей и подчеркивание в них чувства собственного достоинства.	- гимнастические маты; - гантели; - обручи; -фитбол-мячи диаметром 50-65 см; -скакалки; -гимнастические палки; -резиновые мячи; - массажные мячи; - помпоны для акробатики; -оборудование для воспроизведения звукозаписей.	Выполнение практических заданий

### ***Информационные источники***

#### ***Список литературы, используемый педагогом***

1. Деева Н.А., «Игровые здоровьесберегающие технологии», Учитель, 2018 – 48 с.
2. Картушина М.Ю., Сюжетные физкультурные занятия, «Скрипторий 2013 – 128 с.
3. Новиковская О.А., «Логоритмика для дошкольников в играх и упражнениях», Корона. Век, 2018- 272 с.

4. Утробина К.К., «Занимательная физкультура в саду, для детей», ГНОМ и Д, 2006- 104 с.
5. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г., «Танцевально – игровая гимнастика для детей», «Детство-пресс», 2000 – 352 с.
6. Юматова Д.Б., «Культура здоровья дошкольника», «Детство-пресс», 2017- 192 с.

#### **Список литературы, рекомендуемый для детей и родителей:**

1. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях» - 222 с.
2. Гай Ховард – «Техника танца» - Москва: Артис, 2003. - 255 с.
3. Ладерд Вальтер Лай – «Техника латиноамериканских танцев» – М., 2003 – 178 с.
4. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. – М., 1988 – 48 с.
5. Лутошкина А.Н. Эмоциональная жизнь детского коллектива. – М., 1978- 46 с.
6. Ротест Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика, - М., 1986 – 174 с.
7. Рувинский Л.И., Хохлов С.И. Как воспитать волевой характер. – М., 1986- 142 с.
8. Соколовский Ю.Е. Основы педагогики и хореографии. – М., МГИК, 1976 – 157 с.

#### **Интернет-источники:**

1. Прищепова Т.В. «Физическое развитие детей через спортивные танцы с использованием нестандартного оборудования»- [lurok.ru>categories/27/articles/46369](http://lurok.ru/categories/27/articles/46369)
2. «Спортивный танец для детей в детском саду» - [https://vk.com/video-100103586\\_456241273?ref\\_domain=yastatic.net](https://vk.com/video-100103586_456241273?ref_domain=yastatic.net)

#### **Оценочные материалы**

Для отслеживания динамики освоения программы проводится педагогический мониторинг, который осуществляется в течение всего курса прохождения программы и включает первичную диагностику и итоговое оценивание. Входная диагностика (первичная диагностика) проводится с целью выяснения уровня готовности ребенка к обучению, определяет его индивидуальные особенности: интересы и первичные ЗУН.

Итоговое оценивание (итоговая диагностика) проводится с целью выявления полученных ЗУН в ходе прохождения программы.

Текущий контроль за результативностью обучения осуществляется на каждом занятии в форме наблюдения педагога.

Учет ведется в утвержденных формах (протоколах) диагностического инструментария.

### Характеристика оценочных материалов

	Планируемые результаты	Критерии оценивания	Виды контроля/ промежуточной аттестации	Диагностический инструментарий (формы, методы, диагностики)
Личностные результаты	1.Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.	Первый уровень Второй уровень Третий уровень	Входной (начало курса прохождения программы), текущий контроль на каждом занятии), итоговое оценивание (конец курса прохождения программы)	Педагогическое наблюдение, тестирование
Метапредметные результаты	1.Улучшение физического развития. 2.Повышение устойчивости к утомлению, повышение работоспособности. 3.Улучшение осанки, гибкости суставов. 4.Выполнение уверенно под музыку комплексов акробатических упражнений и танцевально-ритмической гимнастики. 5.Ориентировка в зале при проведении музыкально – подвижных игр и представление различных образов.	Первый уровень Второй уровень Третий уровень	Входной (начало курса прохождения программы), текущий контроль (на каждом занятии), итоговое оценивание (конец курса прохождения программы)	Педагогическое наблюдение, тестирование



Предметные результаты	1. Выполнение ритмических комбинаций на необходимом уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.	Первый уровень Второй уровень Третий уровень	Входной (начало курса прохождения программы), текущий контроль (на каждом занятии), итоговое оценивание (конец курса прохождения программы)	Педагогическое наблюдение, тестирование

### Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка.

**1. Координация, ловкость движений** – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

*Упражнение 1.* Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

*Упражнение 2.* Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

*Упражнение 3.* Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

**2. Творческие проявления** - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения,

подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

**3. Гибкость тела** – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

***Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед).***

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами. 3 см и меньше – низкий уровень (1 балл), 4-7 см – средний уровень (2 балла), 8-11 см – высокий уровень (3 балла).

***Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).***

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

**4. Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

***Упражнение «Кто из лесу вышел?»***

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

***Упражнение «Заведи мотор».***

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

***Упражнение «Страусы».***

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

1 балла – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

**5. Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

**6. Развитие чувства ритма** – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно, используя короткие отрывочные высказывания.

#### ***Упражнения с ладошками.***

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).
2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).
3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.
4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

### **Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.**

Первый уровень (высокий **15-18 баллов**) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний **10-14 баллов**). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому **6-9 баллов**) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

## Протокол диагностического обследования

Фамилия, имя	Координация, ловкость движений		Творческие проявления		Гибкость тела		Музыкальность		Эмоциональность		Развитие чувства ритма		Уровень усвоения программы	
	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														