

Принята
Педагогическим советом
МБДОУ Д/с «Колосок» с. Ивановка
протокол №1 от «30» августа 2024 г.

Утверждена
приказом МБДОУ Д/с «Колосок»
с. Ивановка
№ 34/1 от «30» августа 2024 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Познавательная ритмика»**

Возраст детей 3 - 7 лет

Срок реализации: 9 месяцев

с. Ивановка 2024г.

Содержание

I	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.1.1	Цели и задачи программы	4
1.1.2	Принципы и подходы к формированию программы	6
1.1.3	Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей	7
1.2	Планируемые результаты освоения программы	9
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	11
2.1.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы	11
2.2	Психолого-педагогические условия реализации программы	12
2.3.	Взаимодействие с семьями	13
2.4.	Формы и периодичность проведения промежуточной и итоговой аттестации	13
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	13
3.1.	Описание материально-технического обеспечения программы	13
3.2.	Обеспечение методическими материалами	13
3.3	Перспективное планирование по дополнительной общеразвивающей программе художественной направленности «Познавательная ритмика» для детей 3-4 лет	15
3.4	Перспективное планирование по дополнительной общеразвивающей программе художественной направленности «Познавательная ритмика» для детей 5-7 лет	17

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Познавательная ритмика» для детей с 3 - 7 лет разработана в соответствии с особенностями её функционирования на базе МБДОУ Детский сад «Колосок» с. Ивановка и направлена на удовлетворение образовательных потребностей воспитанников и запросов их родителей (или законных представителей) и оказания платных образовательных услуг в условиях МБДОУ Детский сад «Колосок» с. Ивановка по адресу: Оренбургская область, Оренбургский район, с. Ивановка, ул. Гимназическая, 2 «А», корпус № 3.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Гражданским кодексом Российской Федерации;
- Законом Российской Федерации №2300-1 «О защите прав потребителей» (с изменениями и дополнениями);
- Постановлением Правительства РФ от 15 сентября 2020 г. № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Постановлением 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»;
- Уставом ДОО.

Дополнительная программа «Познавательная ритмика» направлена на получение воспитанниками знаний в области хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровней. Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания.

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую,

зрительную, мышечную память. Воспитанник познает различные направления танца: классического, народного, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Познавательная ритмика» разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию учебной деятельности в МБДОУ Детский сад «Колосок» с. Ивановка, возрастных особенностей детей.

Сроки реализации программы

Программа «Познавательная ритмика» рассчитана на 9 месяцев обучения, по 2 занятия в неделю, всего 72 занятий в курсе обучения.

1.1.1. Цели и задачи программы

Цель программы – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи программы:

Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность
- Формировать умение ориентироваться в пространстве
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы

Воспитательные:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей
- Развить музыкальный слух и чувство ритма
- Развить воображение, фантазию

Оздоровительные:

- Укрепление здоровья детей

1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы

Дополнительная общеразвивающая программа танцевальной направленности «Познавательная ритмика» для детей 3 - 7 лет разработана с учетом следующих основных принципов дошкольного образования:

1. Поддержка разнообразия детства
2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека
3. Позитивная социализация ребенка
4. Личностно - развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников организации) и детей
5. Взаимодействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений
6. Сотрудничество организации с семьей
7. Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития
8. Индивидуализация дошкольного образования
9. Возрастная адекватность образования
10. Развивающее вариативное образование
11. Полнота содержания интеграция отдельных образовательных областей
12. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей программы.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей

Особенности развития детей от 3 до 4 лет

Ребенок 3-4 лет встает на новую ступень развития. Этот возрастной период является переходным из раннего детства в средний дошкольный возраст. Ребенок 3 лет по-прежнему эмоционален, чувствителен к похвале или порицанию взрослого. Детская хореография дает возможность весело и творчески привить любовь к культуре танца. Кроме этого, занятия улучшают чувство ритма, равновесие, координацию движений.

Хореография для детей 3-4 лет основана на музыкальных играх, в ходе которых дети учатся двигаться под музыку, различать ритмический рисунок, развивают музыкальный слух. Хореографические занятия, построенные с использованием предметно - наглядной деятельности (атрибуты), способствуют развитию у детей образного мышления, фантазии, воображения. Благодаря этому предоставляются широкие возможности привнести в хореографический и воспитательный процессы полезные элементы, правила поведения по отношению к своим друзьям по группе.

Возраст 3-4 года является очень важным как в хореографическом развитии ребенка, так и в общем развитии ребенка. Поскольку это период формирования характера, темперамента, осознания себя как личности и своего «Я». Должное внимательное, отзывчивое отношение взрослых будут усиливать его личность и волю в достижении поставленных целей и задач на занятиях хореографии.

Особенности развития детей от 4 до 5 лет

Стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже меньше нуждается в опеке взрослых. Обратная сторона самостоятельности - заявление о своих правах, потребностях, попытки установить свои правила в своем близком окружении. Ребенок начинает понимать чувства других людей и сопереживать. Начинают формироваться основные этические понятия, которые ребенок воспринимает не через то, что ему говорят взрослые, а исходя из того, как они поступают. Творческие способности. Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий, мечтаний, где он получает возможность стать главным героем, добиться недостающего признания и т.п. Ребенок чувствует себя недостаточно защищенным перед большим миром. Интерес к ровесникам. От внутри семейных отношений ребенок переходит к более широким отношениям со сверстниками. Совместные игры становятся сложнее с сюжетно - ролевым наполнением. Все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников. Активная любознательность заставляет детей задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить и обсуждать различные

вопросы.

Их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре.

В этот период развития ребенок уже может воспроизводить движения в образах. Выполнение простых сюжетных и парных танцев происходит осмысленно, целенаправленно с анализом своих действий (наглядно - образное мышление). Ребенок свободно фантазирует при помощи выразительных, пластичных танцевальных движений под определенным характером мелодии; вместе с танцевальными движениями использует мимику и пантомимику, хорошо чувствует ритм.

В танцах он начинает развивать творческое воображение, сообразительность, волевые и нравственные качества.

Особенностей развития детей от 5 до 6 лет

Формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети учатся самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки. Могут выполнить и усвоить небольшие музыкальные задания. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память.

Особенности развития детей от 6 до 7 лет

В этом возрасте ребенок – дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая 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. Ребенок физически крепнет, успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Проявляются элементы творчества во всех видах деятельности, осмысленнее

воспринимает музыку. У ребенка интенсивно формируется наглядно - образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца. Дети способны осмыслить указания педагога и, опираясь на имеющийся опыт, без показа выполнить некоторые музыкально-ритмические задания. Они с большим увлечением соревнуются в нахождении новых сочетаний знакомых плясовых движений, конечно, эти попытки детей в придумывании своего танца еще не уверенные. Движения однообразны, чувствуется их некоторая скованность. Дети иногда очень нерешительно включаются в такие задания. Но к концу года многие могут достаточно выразительно передать в танце характер, настроение, имеют большой запас основных танцевальных движений, устойчивых музыкально - ритмических навыков. В этом возрасте развиваются коллективистские черты личности. Дети обычно очень общительны, любят совместные игры, находиться в группе сверстников. Они уже могут согласовывать свои действия с действиями других людей, способны к сопереживанию.

Дети возраста 5-7 лет хорошо ориентируются в пространстве, правильно используют многообразные обозначения пространственных отношений, перестроений в танце: «Побежали по кругу, закружились вправо, перестроились в линию, закружились влево». Теперь ребенок осознанно выполняет задания, а обучение становится более целенаправленным.

Различные перестроения, координация движений в танцах развивают у ребенка такие мыслительные операции, как сравнение, абстрагирование, установление причинно - следственных связей.

1.2 Планируемые результаты освоения программы

В соответствии с поставленными целями и задачами дополнительной общеразвивающей программы «Познавательная ритмика» для детей 3-7 лет, реализуемой в МБДОУ Детский сад «Колосок» с. Ивановка, после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты:

Дошкольник будет знать:

- Музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- Хореографические названия изученных элементов;
- Требования к внешнему виду на занятиях;
- Знать позиции ног и рук.

Воспитанник будет уметь:

- Воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- Владеть корпусом во время исполнения движений;
- Ориентироваться в пространстве;
- Координировать свои движения;
- Исполнять хореографический этюд в группе.

Итоговое занятие проводится в форме открытого занятия. Открытое занятие является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации дошкольников.

Планируемые результаты освоения Программы являются результатами решения поставленных в Программе задач и конкретизируются в соответствии с возрастом детей.

Дети 3-4 лет:

- Умеют ориентироваться в зале, выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений;
- Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

Дети 4-5 лет:

- Дети владеют навыками различного передвижения по залу и имеют определенный «запас» движений, приобретенных в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);
- Владеют основными хореографическими упражнениями;
- Умеют исполнять комплексы упражнений под музыку сюжетных танцев.

Дети 5-6 лет:

- Хорошо ориентируются в зале;
- Умеют выполнять специальные упражнения при согласовании движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений;
- Умеют исполнять ритмические, эстрадные комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике;
- Импровизируют под музыку.

Дети 6-7 лет:

- Хорошо ориентируются в зале;
- Умеют выполнять специальные упражнения при согласовании движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений;
- Умеют исполнять ритмические, эстрадные комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике;
- Умеют исполнять рисунок танца с резкими переходами в музыки (от быстрого темпа движения к медленному и наоборот);
- Умеют ориентироваться в сложном рисунке танца, выполняя сольные части композиции, а также коллективные;
- Импровизируют и проявляют инициативу в постановке танцевальной композиции.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Описание форм, способов, методов и средств реализации программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Познавательная ритмика» рекомендуется для занятий с детьми от 3 до 7 лет. Данная программа рассчитана на 9 месяцев обучения по 2 занятия в неделю, всего 72 занятия в курсе обучения. Наполняемость группы не более 25 человек.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:

- Мониторинг двигательных умений и качеств детей в начале и в конце обучения;
- Организация открытого занятия с демонстрацией приобретенных умений и навыков.

Возраст детей	Продолжительность	Количество занятий в неделю	Количество занятий за 9 месяцев
3-5 года	30 мин.	2	72
5-7 лет	45 мин.	2	72

Структура занятия по хореографии – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной, каждое занятие — это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); музыкально-ритмическая композиция.

Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей, даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические и детские танцы, гимнастика.

Заключительная часть занятия длится от 3 до 7% общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Методы, используемые на занятиях

Игровой метод. Разминка проводится в игровой форме, хореограф использует образы животных, растений, сказочных героев, в процессе

выполнения движений педагог использует «язык хореографии» - в итоге ребенок через образы уже рефлексивно знает название тех или иных танцевальных элементов.

Наглядный метод - выразительный показ танцевальных элементов самим хореографом под счет, в ритм с музыкой. Использование сравнительного показа и изображения элементов (как правильно и неправильно выполнять те или иные движения и связки).

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического рисунка с целью преодоления встречающихся трудностей.

Метод поощрения. В конце занятия дети получают поощрения - цветные веселые наклейки, учатся сами клеить их в «дневник» (блокнот). Детям предоставляется возможность забирать «дневник» домой с целью демонстрации его всем членам семьи и гостям.

2.2 Психолого-педагогические условия реализации программы

- 1) Уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях.
- 2) Использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям.
- 3) Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития.
- 4) Поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности.
- 5) Поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности.
- 6) Возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения.
- 7) Защита детей от всех форм физического и психического насилия.
- 8) Поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

2.3 Взаимодействие с семьями

В рамках взаимодействия с семьями воспитанников, посещающих дополнительные занятия «Познавательная ритмика» в МБДОУ Детский сад «Колосок» с. Ивановка осуществляется следующая работа:

- информирование родителей о проведенных занятиях через социальные сети, рассылка домашних заданий;
- приглашение родителей на открытые занятия;
- индивидуальные консультации по запросу родителей, в том числе в дистанционном режиме;
- рекомендации/памятки для родителей по вопросам закрепления полученных на занятиях навыков в домашних условиях,
- участие родителей в психологической подготовке детей перед выступлениями.

2.4 Формы и периодичность проведения промежуточной и итоговой аттестации

Для определения результативности освоения программы используются такие формы аттестации:

- мониторинг двигательных умений и качеств детей в начале и в конце учебного года;
- организация открытого занятия в конце обучения с демонстрацией приобретенных умений и навыков для родителей.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится по завершению полугодия или учебного года в формах предусмотренных конкретной дополнительной общеразвивающей образовательной программы в период с 20 по 30 декабря 2024 года и с 15 по 30 мая 2025 года.

Организационный раздел

3.1 Описание материально-технического обеспечения программы

Материально-технического обеспечение:

- 1) Музыкальный - спортивный зал
- 2) Портативная колонка
- 3) Музыкальное сопровождение
- 4) Ковер 1 шт.
- 5) Коврики
- 6) Атрибуты и костюмы для выступлений

3.2 Обеспеченность методическими материалами

1. Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2011. — 624 с.: ил. — (Мир культуры, истории и философии).
2. Хореография в гимнастике: учеб. Пособие для СПО/Т.С. Лисицкая. — 2-е понятий. 2-е изд., испр. и доп. / Сост. Н. А. Александрова. — СПб.: изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 163 с. — Серия: Профессиональное образование.
4. Бекина С.И. и другие. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6 - 7 лет): из опыта работы муз. руководителей дет. садов/ Авт.-сост.: С. И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н.
5. Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. - М.: Издательство Московского института культуры. 1994. - 320 с, с ил.
6. Немеровский А.Б. Пластическая выразительность актера. - М: Искусство, 1976.
7. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 1998.
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 2001.

3.3 Перспективное планирование по дополнительной общеразвивающей программе художественной направленности «Познавательная ритмика» для детей 3-5 лет

Наименование занятия	Номер занятия	Содержание
Тема: «Знакомство»	1	Мониторинг двигательных навыков. Техника безопасности На занятиях. Поклон
Тема: «Разучивание основных позиций рук и ног»	2-5	Веселая разминка. Укрепление мышц спины, изучение позиции рук и ног
Тема: «Маршевый шаг»	6-10	Маршировка по кругу сначала бытовым и затем танцевальным шагом в различных ритмах – в ритме марша, в ритме вальса, в ритме польки, меняя темп и включая паузы
Тема: «Арломб (апломб) – устойчивость корпуса»	11-20	Арломб(апломб)– Устойчивость корпуса

Тема: «Танцевальный шаг»	21-30	Танцевальный шаг. Объяснение детям, что такое бытовой шаг и Что такое танцевальный шаг
Тема: «Постановка танца «Снежный вальс»	31-42	Веселая разминка. Укрепление мышц спины. Постановка танца
Тема: «Повторение»	43-45	Веселая разминка. Укрепление мышц спины. Повторение позиции рук и ног.
Тема: «Театральное мастерство»	46-50	Веселая разминка, укрепление мышц спины, Освоение театрального мастерства в танце
Тема: «Партерная гимнастика»	51-56	Гимнастика на полу. Упражнения для растяжки стоп, позвоночника, укрепления мышц брюшного пресса
Тема: «Русский танец»	57-64	Упражнения на середине зала на основе русского народного танца: Открывание и закрывание рук, простая ковырялочка, моталочка
Тема: «Прыжки»	65-68	Прыжки: на двух ногах, поочередные прыжки, из стороны в сторону, вперед-назад
Тема: «Подготовка к открытому уроку»	69-71	Повторение Пройденного материала за весь период обучения
Тема: «Открытый урок»	72	Показ родителям

3.4 Перспективное планирование по дополнительной общеразвивающей программе художественной направленности «Познавательная ритмика» для детей 5-7 лет

Наименование занятия	Номер занятия	Содержание
Тема: «Знакомство»	1	Мониторинг двигательных навыков. Техника безопасности на занятиях
Тема: «Разучивание основных позиций рук и ног»	2-5	Веселая разминка. Укрепление мышц спины, изучение позиции рук и ног
Тема: «Танцевальный шаг»	6-10	Разучивание танцевального шага, смена темпа музыки, ходьба на носках, на пятках, пружинистый шаг
Тема: «Танцевальный бег»	11-20	Знакомство с бегом: легкий, пружинный, с высоким подъемом колен, танцевальный бег
Тема: «Разучивание танца»	21-30	Веселая разминка. Укрепление мышц спины, рук и ног. Повторение позиции рук и ног, разучивание основных движений Для танца
Тема: «Постановка танца»	31-39	Веселая разминка. Укрепление мышц спины. Постановка танца
Тема: «Партерная гимнастика»	40-45	Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела

Тема: «Повторение танца»	46-52	Веселая разминка. Укрепление мышц спины. Повторение позиции рук и ног. Закрепление движений танца Одуванчики
Тема: «Театральное мастерство»	53-62	Веселая разминка, укрепление мышц спины, повторение танца, Освоение театрального мастерства в танце
Тема: «Мониторинг»	63-65	Веселая разминка, мониторинг Двигательных навыков.
Тема: «Повторение изученного»	66-71	Повторение Пройденного материала за весь период обучения
Тема: «Открытый урок»	72	Закрепление изученного танца, Постановка актерского мастерства, пока

