

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА ДЕТСКИЙ САД №15 «СОЛНЫШКО»



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ г.  
Нижевартовска ДС № 15  
«СОЛНЫШКО»  
Ирина № 15

О.А. Мельник  
от 29.08.2024г.



**Программа дополнительной платной образовательной услуги  
«Проведение занятий по развитию танцевальных  
способностей у детей  
«Магия танца»»  
на 2024 -2025 учебный год**

Руководитель:  
музыкальный руководитель  
первой квалификационной категории  
Киндяшева Алена Сергеевна



г. Нижневартовск, 2024 год

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание</b>	<b>стр.</b>
	Паспорт Программы	3
<b>I</b>	<b>Целевой раздел</b>	
1.1.	Пояснительная записка	5
1.1.1.	Цель и задачи Программы	5
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию Программы	6
1.1.3.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	6
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	8
1.2.1.	Целевые ориентиры дошкольного образования в соответствии ФГОС ДО	8
1.2.2.	Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования	9
1.2.3.	Педагогическая диагностика	9
<b>II</b>	<b>Содержательный раздел</b>	
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с ФГОС ДО и содержанием Программы	10
2.2.	Комплексно-тематическое планирование	11
<b>III</b>	<b>Организационный раздел</b>	
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	15
3.2.	Объем образовательной нагрузки (учебный план)	15
3.3.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	15
<b>IV</b>	<b>Заключительный раздел</b>	
4.1.	Контроль за реализацией Программы	16
4.2.	Механизм реализации Программы	17
	Список литературы	
	Приложение	

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа дополнительной платной образовательной услуги «Проведение занятий по развитию танцевальных способностей у детей «Магия танца»»
Основание для разработки программы	<p>-Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».</p> <p>-Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».</p> <p>-Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями и дополнениями от: 5 сентября 2019 г., 30 сентября 2020 г.)</p> <p>-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».</p> <p>-Постановление Правительства Ханты-Мансийского автономного округа - Югры от 09.10.2013 № 413-п о государственной программе Ханты-Мансийского автономного округа - Югры, «Развитие образования в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре на 2018 - 2025 годы и на период до 2030 года».</p> <p>-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"</p> <p>- Приказ от 26.12.2022 № 859 «Об утверждении тарифов на платные услуги, оказываемые муниципальным автономным дошкольным образовательным учреждением города Нижневартовска детским садом № 15 «Солнышко»».</p>
Заказчик программы	Родители (законные представители)
Разработчик программы	Музыкальный руководитель Киндяшева Алена Сергеевна
Цель программы	Обучение детей дошкольного возраста музыкально-ритмическим, танцевальным движениям, через привитие интереса дошкольников к хореографическому искусству.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Приобщение детей к танцевальному искусству.</li> <li>2.Формирование навыков освоения основных танцевальных движений.</li> <li>3.Развивать танцевальные способности, чувство ритма.</li> <li>4. Воспитывать организованность, ответственность за качество исполнения танца.</li> </ol>
Программно - методическое обеспечение программы	«Ритмическая мозаика» А.И.Буренина
Срок реализации	2024-2025 учебный год

Ожидаемые конечные результаты	<p>К концу учебного года дети должны:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные танцевальные движения.</li> <li>- выполнять и передавать в движении образ и основные средства выразительности</li> <li>- придумывать собственные, оригинальные «па».</li> <li>- быть организованными, ответственными за исполнения танца.</li> </ul>
Система контроля	<p>Педагогическая диагностика проводится два раза в год: 1 – вводная (сентябрь); 2 - итоговая (май). Уровни усвоения программы оцениваются по 3х балльной системе: высокий – 3 балла; средний – 2 балла; низкий – 1 балл.</p>

# І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

Одним из направлений эстетического воспитания является хореографическое искусство. Хореография имеет огромное значение для эстетического и физического развития детей. Хореографическое искусство формирует потребность к творческой преобразовательной деятельности. Важно научить каждого ребенка не только понимать хореографический язык, но и пользоваться им для самовыражения. На занятиях по хореографии происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания танцевального, физического и интеллектуального развития. Дети получают возможность самовыражения через танец, через изображение образов животных, растений подобно тому, как наши древние предки в ритуальных танцах выражали чувства, мысли, образы, и освобождались от страха. В танцевальном зале дети имеют возможность выражать и изображать задуманное, исходя из собственных впечатлений, отбрасывая сложившиеся стереотипы.

В последние несколько лет мы сталкиваемся с термином «раннее развитие ребенка», которое очень важно, нужно и полезно для полноценного развития личности ребенка.

*Новизна и особенность* программы в том, что она построена на танцевально-игровой деятельности, которая является 1 ступенькой на лестнице хореографического обучения от яслей до подготовительной к школе группе. Ведь сама культура танца, определяющая стиль танцевальных отношений, общения и поведения прививает ребенку особый образ жизни. С раннего возраста малыш приобщается к прекрасному миру, посредством движения и красивой музыки. В основе программы лежит обучение танцевальной грамоте простыми, но вместе с тем разнообразными движениями (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.). Актуальность программы состоит в том, что ни одна из действующих программ не имеет хореографического направления для детей раннего возраста, а использование креативных методик (игротанцы, партерная гимнастика) и инновационных направлений (пальчиковая гимнастика, самомассаж, йога для малышей) делает ее интересной и современной. Ведущей идеей программы является то, что основной подачей обучающего материала является игра (игротанцы, игромассаж и т.д.).

### 1.1.1. Цели и задачи программы

**Цель:** Раскрытие природных танцевальных способностей ребенка и развитие индивидуального творческого потенциала посредством современного танцевального искусства.

**Задачи:**

1. Приобщение детей к танцевальному искусству.
2. Формирование навыков освоения основных танцевальных движений.
3. Развивать танцевальные способности, чувство ритма.

4. Воспитывать организованность, ответственность за качество исполнения танца.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы**

В основу содержания программы положены ведущие дидактические принципы, актуальные для современного дошкольного образования:

✓ принцип полноты и целостности танцевального образования детей, подразумевающий совокупность знаний, умений и навыков по всем видам детской деятельности, их органическую взаимосвязь;

✓ принцип деятельностного подхода, предусматривающий признание ведущей роли обучения танцевальной деятельности в воспитании их нравственной сферы, развития способностей, познавательных процессов и личностных новообразований;

✓ принцип культуросообразности, заключающийся в последовательном освоении красоты разнообразных направлений танцевального искусства;

✓ принцип последовательности, подразумевающий логичное усложнение задач

танцевального образования детей и содержания музыкального репертуара;

✓ принцип тематизма, позволяющий средствами музыкального искусства

последовательно знакомить детей с разнообразием окружающих их социумов:

миром ребенка и сверстников, миром взрослых людей, миром природы и т.п.

✓ принцип системности, обеспечивающий организацию процесса танцевального образования;

✓ принцип развивающего обучения, ориентирующий педагога на зону

ближайшего развития каждого ребенка;

✓ принцип гуманизации, предусматривающий реализацию программы в условиях личносно ориентированной модели.

### **Характеристика особенностей развития**

#### **детей дошкольного возраста 5л. – 7л.**

Мозг ребенка 3-х лет восприимчив к информации извне и может усваивать ее в достаточно большом объеме. Именно в этот возрастной период формируется основа будущего интеллекта, а основной деятельностью на данном этапе является игра. Дети раннего возраста непосредственны и эмоциональны. Движения, особенно под музыку, доставляют им большую радость. Движения малышей еще недостаточно точны и координированы, плохо развито чувство равновесия, поэтому обмен и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер. И поэтому главной задачей педагога, работающего по этой программе, будет сделать игру максимально продуктивной. В результате чего к 5-м годам у ребенка появляется достаточный запас эмоциональных впечатлений, сформируется

элементарное эстетическое восприятие и эмоциональная отзывчивость к происходящему (будь то игра, танец и т.д.), повышается танцевальная активность: ребенок исполняет несложные пляски (в том числе и с атрибутами), танцует в кругу, в паре, в хороводе, легко вовлекается в музыкально- подвижные игры, ребенок выполняет действия под музыку, передает характерные движения игровых персонажей (лиса, заяц и т.д.), появляются первые творческие проявления ребенка в движении. Для развития танцевальной деятельности на этом возрастном этапе работы необходимо привлечь внимание детей к музыке, подвести к умению отозваться на музыку движением. Уже в младшем возрасте ребенок эмоционально откликается на музыку, что выражается в мимике, жестах. Но движения его не точны и порой не согласованно с музыкой. В основе обучения детей этого возраста лежит подражание действиям взрослого. Педагогу необходимо, используя личный пример и опираясь на эмоциональную отзывчивость ребенка, развивать способность запоминать и выполнять несложные движения, небольшие роли, точно выполнять задания. Необходимо обращать внимание детей на то, что двигаться надо только тогда, когда звучит музыка, учить реагировать на смену контрастных частей, отмечая их сменой движений, прекращать движения с окончанием музыки. Показ педагога как прием нужен на начальных этапах разучивания пляски, упражнения. В дальнейшем педагог дает указания по ходу исполнения, поправляя действия отдельных детей. В течение учебного года педагог обучает детей различным танцевальным и образным движениям, которые затем используются в танцах, хороводах. Нужно приобщать ребенка к выполнению несложных танцевальных движений под музыку; побуждать малыша к музыкально-творческим проявлениям, к активности от подражания к самому творчеству.

В этом возрасте детей привлекает зрелищность, поэтому занятия обыгрываются с помощью больших игрушек. Всплеск положительных эмоций вызывает кукольный театр. Яркое, выразительное выступление взрослых доставляет детям всеобъемлющую радость. Также рекомендуется использовать яркие атрибуты, ряжение. Все это способствует обогащению ребенка новыми эстетическими впечатлениями, рождает эмоциональный всплеск. Освоенный материал может быть использован в развлечениях и на праздничных утренниках, главная цель которых – эмоциональное развитие детей, воспитание у них навыков общения со взрослыми и сверстниками, обогащение их разнообразными радостными впечатлениями.

## **1.2. Планируемые результаты освоения Программы**

### **1.2.1. Целевые ориентиры дошкольного образования в соответствии ФГОС ДО**

Специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров

дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на разных возрастных этапах дошкольного детства.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

### **Планируемый результат**

К концу учебного года дети должны знать:

- основные танцевальные движения.

К концу учебного года дети должны уметь:

- ребенок чувствует ритм, темп и стиль музыкального произведения;
- выполнять и передавать в движении образ и основные средства выразительности;
- придумывать собственные, оригинальные «па».
- быть организованными, ответственными за качество исполнения танца.

### **Что должен уметь ребенок к концу года:**

- маршировать и бегать, ориентируясь в пространстве;
- выполнять плавные и резкие движения руками;
- выполнять приседания и полуприсяды (с разворотом);
- выполнять хлопки;
- притопывать то одной, то другой ногой;
- прыгать на месте;
- кружиться по одному и в паре;
- ходить на полупальцах и на пятках;
- выставлять ногу на носок и на пятку;
- ходить по кругу, сужать и расширять его;
- выполнять прямой галоп;
- эмоционально - образно исполнять танцевально-игровые упражнения (кружатся листочки, подают снежинки и т.д.);
- подражать характерным движениям животных;
- передавать эмоциональное состояние игровых персонажей (грустный мишка, веселый зайка);
- эмоционально реагировать на различные игровые ситуации.

### **1.2.2.Целевые ориентиры**

#### **на этапе завершения дошкольного образования**

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в игре, общении, конструировании и других видах детской активности. Способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок положительно относится к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства. Активно взаимодействует со

сверстниками и взрослыми. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- ребенок обладает воображением, которое реализуется в разных видах деятельности и прежде всего в игре.

- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может высказывать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика. Он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей. Склонен наблюдать, экспериментировать, строить смысловую картину окружающей реальности, обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет. Знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п. Способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

### **1.2.3. Педагогическая диагностика**

Педагогическая диагностика проводится 2 раза в год (октябрь, апрель) в ходе занятий. Цель - выявление уровня двигательного-эмоционального развития ребенка.

1. Музыкально - ритмические навыки - способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений - музыки.

2. Навыки выразительного движения - способность технически верно и выразительно выполнять все виды движений.

3. Эмоциональность - выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя их музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, восторг).

4. Координация движений - точность исполнения движений, правильное сочетание

движений рук и ног при ходьбе, беге, в танце.

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

#### **Критерии оценки уровня развития.**

1 уровень (3 балла) - умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движения с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Проявляют творческое отношение к исполнению танцев (отличное исполнение).

2 уровень (2 балла) - в движениях ребенка выражается общий характер музыки, темп, начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда, нет творческой активности, а с основными танцевальными движениями дети справляются (средний уровень исполнения).

3 уровень (1 балл) - движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, дети затрудняются технически точно, легко и выразительно выполнять танцевальные движения. Метод диагностики - наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Участие воспитанников в городском конкурсе детского творчества «Самотлорские роднички».

## **II. Содержательный раздел**

### **2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с ФГОС ДО**

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей и охватывает следующую структурную единицу, представляющую определенные направления развития и образования детей.

**Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»** - предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.).

Содержание указанной образовательной области зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целью и задачами Программы.

### **2.2. Содержание и комплексно-тематическое планирование для детей дошкольного возраста 5-7 лет**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Формула контроля	В том числе	
				теор.	практ.

1	<b>Игротанцы</b>				
1.1	Хореографические упражнения	3		1	2
1.2	Танцевальные шаги	2		1	1
1.3	Танцы с атрибутами	3		1	2
1.4	Общие танцы	5		1	4
2	<b>Креативная партерная гимнастика:</b>				
2.1	Музыкально- творческие задания	3		1	2
2.2	Специальные комплексы упражнений	5		1	4
2.3	Релаксационные упражнения	2		1	1
3	<b>Пальчиковая гимнастика:</b>				
3.1	Общеразвивающие упражнения для пальчиков	2	Наблюдение	1	1
3.2	Игры- потешки	2		1	1
3.3	Выполнение фигурок из пальцев	2		1	2
4	<b>Игровой самомассаж</b>				
4.1	Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме	3		1	2
5					
5.1	<b>Музыкально-подвижные игры:</b>	2		1	1
5.2	Музыкально-подвижные игры по ритмике	2		1	1

Месяц	№ занятия	Название	Задачи
<b>Сентябрь</b>	<b>1</b>	«Ходим - прыгаем»	Менять движения в соответствии с муз. сопровождением.
	<b>2</b>	Азбука движения	Познакомить с основными движениями и упражнениями.
	<b>3</b>	«Воробушки»	Закрепить легкий бег.
	<b>4</b>	«Попрыгаем легко»	Легко выполнять прыжки на двух ногах.
	<b>5</b>	«Покружились»	Выполнять кружение на месте.
	<b>6</b>	Шагают ножки	Познакомить с основными видами ходьбы.
	<b>7</b>	«Веселые малыши»	Свободная пляска.
	<b>8</b>	«Спим»	Знакомство с расслабляющими движениями
<b>Октябрь</b>	<b>9</b>	«Ходим - бегаем»	Менять движения в соответствии с муз. сопровождением.
	<b>10</b>	«Пружинка»	Познакомить с основными движениями
	<b>11</b>	«Передача листочка»	Выполнение движения с предметами.
	<b>12</b>	«Побегаем»	Закрепить легкий бег.
	<b>13</b>	«Хлопки»	Следить за положением рук.
	<b>14</b>	«Маршируем дружно»	Следить за осанкой во время движения.
	<b>15</b>	«Ножками затопали»	Маршировать, ориентируясь в пространстве
	<b>16</b>	«Краковяк для малышей»	Закрепить основные движения танца.

<b>Ноябрь</b>	<b>17</b>	«Бодрый шаг и легкий бег»	Менять движения в соответствии с муз. сопровождением.
	<b>18</b>	«Хлопки в ладоши и по коленям»	Выполнять движения в различном темпе, различный ритмический рисунок.
	<b>19</b>	«Паучок»	Эмоционально передавать игровые образы.
	<b>20</b>	«Морская звезда»	Правильно выполнять движения.
	<b>21</b>	«Упражнение с платочком»	Выполнение движения с предметами.
	<b>22</b>	«Попрыгаем – побегаем»	Менять движения в соответствии с муз. сопровождением.
	<b>23</b>	«Осенний танец с зонтами»	Закрепить основные движения танца.
	<b>24</b>	«Перелетные птицы»	Свободная пляска.
<b>Декабрь</b>	<b>25</b>	«Упражнение с листочками»	Выполнение движения с предметами.
	<b>26</b>	«Выставление ноги на пятку»	Познакомить с основными движениями
	<b>27</b>	«Выставление ноги на носочек»	Познакомить с основными движениями
	<b>28</b>	«Качание рук с лентами»	Выполнение движения с предметами.
	<b>29</b>	«Бегаем и кружимся»	Менять движения в соответствии с муз. сопровождением.
	<b>30</b>	«Веселые прыжки»	Выполнять различные виды прыжков.
	<b>31</b>	«Ладочки и ножки»	Самостоятельно менять движения.
	<b>32</b>	«Ребята и зверята»	Эмоционально передавать игровые образы.
<b>Январь</b>	<b>33</b>	«Прогулка»	Маршировать и бегать, ориентируясь в пространстве
	<b>34</b>	«Ручки и ножки»	Менять движения в соответствии с муз. сопровождением.
	<b>35</b>	«Стукалка»	Следить за правильностью выполнения притопов.
	<b>36</b>	«Горошинки рассыпались»	Маршировать и бегать, ориентируясь в пространстве
	<b>37</b>	«Пружинка с поворотами»	Познакомить с основными движениями
	<b>38</b>	«Кружатся снежинки»	Свободная пляска.
	<b>39</b>	«Паровозик»	Двигаться с соблюдением дистанции
	<b>40</b>	«Зимняя пляска»	Закрепить основные движения танца.
<b>Февраль</b>	<b>41</b>	«По тропинке»	Развивать координацию.
	<b>42</b>	«Марш»	Следить за осанкой во время движения.
	<b>43</b>	«Пройдем в ворота»	Познакомить с правилами игры.
	<b>44</b>	«Веселые перекаты»	Познакомить с основными движениями
	<b>45</b>	«Побежим и потанцуем»	Осваивать пространство.
	<b>46</b>	«Научились мы ходить»	Следить за осанкой во время движения.
	<b>47</b>	«Стойкий оловянный»	Смена напряжения и расслабления.

		солдатик»	
	<b>48</b>	«Плясовая»	Свободная пляска.
<b>Март</b>	<b>49</b>	«Упражнение с цветами»	Выполнение движения с предметами.
	<b>50</b>	«Упражнение с платочком»	Выполнение движения с предметами.
	<b>51</b>	«Топающий шаг»	Познакомить с основными движениями
	<b>52</b>	«Сапожки»	Эмоционально передавать игровые образы.
	<b>53</b>	«Печем пирожки»	Выполнять плавные и резкие движения руками
	<b>54</b>	«Веселые парочки»	Выполнять движения в парах.
	<b>55</b>	«Танцуем с матрешкой»	Выполнение движения с предметами.
	<b>56</b>	«Танец с цветами»	Свободная пляска.
<b>Апрель</b>	<b>57</b>	«Разминка для малышей»	Менять напряжение и расслабление корпуса.
	<b>58</b>	«Пружинки и прыжки»	Следить за правильностью выполнения движений.
	<b>59</b>	«Тихо-громко»	Менять движения в соответствии с муз. сопровождением.
	<b>60</b>	«Веселые ножки»	Самостоятельно менять виды шагов.
	<b>61</b>	«Великаны и мышки»	Эмоционально передавать игровые образы.
	<b>62</b>	«Легкий бег с лентами»	Выполнение движения с предметами.
	<b>63</b>	«Лошадки скачут»	Следить за правильностью выполнения поскоков.
	<b>64</b>	Хоровод «Весенняя березка»	Закрепить основные движения танца.
<b>Май</b>	<b>65</b>	«Велосипед»	Следить за правильностью выполнения упражнения.
	<b>66</b>	«Мячик»	Выполнение движения с предметами.
	<b>67</b>	«Упражнение с флажками»	Следить за осанкой во время движения.
	<b>68</b>	«Бегаем-топаем-хлопаем»	Менять движения в соответствии с муз. сопровождением.
	<b>69</b>	«Упражнение с мячами»	Выполнение движения с предметами.
	<b>70</b>	«Велосипед»	Познакомить с основными движениями
	<b>71</b>	«Пляска с куколками»	Свободная пляска.
	<b>72</b>	<b>Танцевальный марафон</b>	<b>Концерт</b>

### Направлениями работы по программе:

1. Расширение и обогащение представлений об окружающем мире в процессе музыкально-двигательных показов.
2. Развитие эмоциональной сферы в процессе слушания музыки.
3. Развитие речи в процессе пения-подпевания (игры – потешки, инсценировки песен).

4. Развитие музыкально-слуховых представлений (ритмические игры с музыкальными инструментами и игрушками).
5. Упражнения для развития крупной и мелкой моторики (пальчиковая гимнастика, игры с предметами, игры –массаж, игровая гимнастика).
6. Игры на общение (коммуникативные, хороводные, подвижные с правилами, игры с подражательными, имитационными движениями, хороводные игры и танцы под пение взрослого).

#### **Формы, методы и приемы работы**

Занятия проводятся один раз в неделю по 15-20 минут, по подгруппам (5 - 8 детей), в проветриваемом и хорошо освещенном зале с ковровым покрытием или ковром на полу и зеркалами на стенах.

*Методы:*

- ✓ наглядно – слуховой (выразительное исполнение);
- ✓ наглядно – зрительный (показ движений);
- ✓ словесный (беседа, разъяснение, пояснения, образный рассказ о новой игре или танце);
- ✓ практический (двигательные реакции, показ игр, плясок, отдельных элементов, образные движения);

*Приемы:*

- ✓ показ взрослого;
- ✓ показ ребёнка, правильно выполняющего действия;
- ✓ образное пояснение;
- ✓ наглядность;
- ✓ указания, напоминания;
- ✓ совместные действия со взрослым.

*Структура занятия по программе*

- ✓ Приветствие;
- ✓ Разминка;
- ✓ Музыкально-игровые песни;
- ✓ Музыкально-игровые танцы;
- ✓ Подвижная музыкальная игра;
- ✓ Итог занятия.

### **III. Организационный раздел**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение Программы**

Материально-техническое обеспечение реализации Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания отвечает:

- санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- правилам пожарной безопасности;
- возрасту и индивидуальным особенностям развития детей;
- требованиям развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с ФГОС ДО;
- оснащено учебно-методическим комплектом.

Для реализации данной программы в дошкольном образовательном учреждении созданы максимальные условия: в ДОУ оборудованы музыкальный зал, кабинет музыкального руководителя

### 3.2. Объем образовательной нагрузки (учебный план)

Возрастная категория обучающихся	Количество в неделю, месяц, год	Продолжительность	Количество минут в неделю, месяц, год	Форма обучения	Срок реализации программы
5-7 лет	2/8/72	30 минут	60/480/2160	очная	1 учебный год

### 3.3. Условия реализации программы

В ДОУ созданы все условия для реализации программы: материально-техническое обеспечение (музыкальный зал, ноутбук, муз. произведения и пр.).

1	Музыкальный центр -1шт.
2	Электропианино-1шт.
3	ДВД-приставка-1шт.
4	Набор музыкальных произведений на электронных носителях: -танцы -хороводы -разминки -классические произведения -эстрадные песни -игровая музыка
5	Платочки -30шт.

6	Ленты-15шт.
7	Ритмические палочки-60шт.
8	Косынки-10шт.
9	Цветы искусственные-16 букетов
10	Птицы-20шт.
11	Шляпы-10шт.
12	Веера-10шт.
13	Короны-10шт.
14	Шапочки-цветов-10шт.
15	Шапочки ягодок-10шт.
16	Шарфы разноцветные-20шт.
17	Солнышки-10шт.
18	Ложки деревянные-60шт.
19	Листья осенние-60шт.

**ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
**муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Нижневартовска детского сада № 15 "Солнышко"**  
**на 2024-2025 учебный год**

Начало учебного года: 02.09.2024

Окончание учебного года: 30.05.2025

Летний период: 02.06.2025 - 29.08.2025

Количество учебных недель, дней в год:  
 всего: 36 недель, 182 учебных дня

1 полугодие - 17 недель - 86 дней - 02.09.2024-28.12.2024

04.11.2024 - праздничный день - 1

2 полугодие - 19 недель - 96 дней - 09.01.2025-30.05.2025

01.01.2025, 07.01.2025 - праздничные дни - 2

23.02.2025 - праздничный день - 1

08.05.2025 - праздничный день - 1

01.05.2025 - праздничный день - 1

09.05.2025 - праздничный день - 1

У	учебный день
к	календарный день
п	праздничный день
л	летний период

Месяц	Сентябрь																															итого:
Неделя	1							2							3							4							4 недели			
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Количество учебных дней					5						5						5						5						5	1	21	

Месяц	Октябрь																															итого:				
Неделя	5							6							7							8							9							5 недели
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
Количество учебных дней				4								5																			4	23				

Месяц	Ноябрь																															итого:				
Неделя	9							10							11							12							13							4 недели
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						
Количество учебных дней	1	1						4																							5	21				

Месяц	Декабрь																															итого:
Неделя	14							15							16							17							4 недели			
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Количество учебных дней					5																										6	21

Месяц	Январь																															итого:	
Неделя	17							18							19							20							4 недели				
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Количество учебных дней																																3	15

Месяц	Февраль																															итого:	
Неделя	21							22							23							24							4 недели				
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28					
Количество учебных дней																																5	20

Месяц	Март																															итого:				
Неделя	25							26							27							28							29							4 недели
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
Количество учебных дней																																1	21			

Месяц	Апрель																															итого:				
Неделя	29							30							31							32							33							4 недели
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						
Количество учебных дней																																3	22			

Месяц	Май																															итого:	
Неделя	33							34							35							36							4 недели				
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Количество учебных дней																																5	18

Месяц	Июнь																															итого:				
Неделя	3							2							3							4							5							4 недели
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	-					
Количество учебных дней					5																											1	19			

Месяц	Июль																															итого:				
Неделя	5							6							7							8							9							5 недели
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
Количество учебных дней																																	4	22		

Месяц	Август																															итого:				
Неделя	9							10							11							12							13							4 недели
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
Количество учебных дней																																	2	2		

**IV. Заключительный раздел**  
**4.1. Контроль за реализацией программы**

Вид контроля	Содержание контроля	Форма предоставл. инф.
Текущий	организация занятий с детьми	справка

контроль		
Итоговый контроль	уровень усвоения программы воспитанниками, посещающими занятия в начале, середине, конце учебного года.	справка
Фронтальный контроль	соблюдение санитарно-гигиенических требований к режиму занятий	справка
Инспекционный контроль	проверка результатов деятельности с целью установления использования исполнения законодательства	справка

## Список литературы

1. Григорьева Г.Г. и др. «Кроха»: Программа развития и воспитания детей до 3 лет в семье. Н.Новгород 1996
2. А.И.Буренина «Топ-хлоп, малыши» Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3 лет. С-П 2001г.
3. Физическое воспитание и развитие ребенка раннего возраста -М. 2005
4. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М., 1990г.
5. Костина Э. «Камертон» - М., 2008
6. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика»- СПб, 2000г.
7. Е.Черемнова «Танцетерапия» Танцевально-оздоровительные методики Ростов 2008г.
8. Кузнецова А. Учимся играючи - М., 2008
9. Ильина Н.А. Играем в памперсах- М., 2007
10. Актуальные проблемы эстетического воспитания и развития детей/ под ред. Т.С. Комаровой – М., 2002
11. Даймедина И.П. Поиграем, малыши - М., Просвещение, 1992
12. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе» – СПб 2000
13. Новикова Г.П. Музыкальное воспитание дошкольников - М., 2000
14. Теплякова О.Н., Козлова О.Л.– Практическая энциклопедия развивающих игр- М., 2007
15. Выродова И.А. «Погремушка» – М., 2005
16. Разенкова Ю.А. «Погремушка»– М., 2007
17. «Павлова П.А., Горбунова И.В.Расти здоровым, малыш! Программа оздоровления детей раннего возраста М., 2006
18. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка- М., 1993
19. Бекина С.И. и др. Музыка и движение. – М., 1983.
20. Васильева Т.К. «Секрет танца» СПб 1997
21. Васильева - Рождественская Н.В. Историко – бытовой танец – М., 1987
22. Кольцова М.М. Рузина М.С. Ребенок учится говорить: пальчиковый игротренинг. –СПб 1998
23. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике – М., 1972
24. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение – М., 1972
25. Строчковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет – М., 1994
26. СД диск «Йога для малышей» Б.Фридман 2008г.
27. СД диск «Йога для детей» – Б.Фридман, 2006г.
28. Аудиокассета «Аэробика для малышей» Е.Железнова

**1. Раздел «Игротанцы»** направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость детям. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений.

1.1 Хореографические упражнения: «Хлопки», «покачивания», «кружения», свободные, плавные движения руками, полуприседания, полное приседание, притопы, «фонарики» галоп, держимся в паре («лодочки»), ходьба вперед и, пятясь, назад, бег, прыжки на месте.

1.2 Танцевальные шаги: марш, шаги на полупальцах, шаги на пятках выставление ноги на носок и на пятку.

1.3 Танцы с атрибутами: танец с погремушками, танец с цветочками, танец сидя, танец утят, пляска с куклами, пляска с платочками.

1.4 Общие танцы: «Приседай», «Ай, да», новогодний хоровод, «Маленькая полечка», «Кузнечик», «Веселая пляска»

**2. Раздел «Креативная партерная гимнастика»** основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости. Здесь используются элементы и упражнения детской йоги, выполняемые в игровой форме.

2.1 Музыкально-творческие задания. «Дождик», «Большие и маленькие дома», «Лодка», «Велосипед», «Фасолинки», «Неваляшка».

2.2 Специальный комплекс упражнений: «Тянем спинки», «Массажируем животик», «Змея», «Кошка», «Собака», «Лягушка», «Тигр», «Лодочка», «Гребля», «Летающие карапузы».

3.2 Релаксационные упражнения «Снеговик», «Бабочки», «Лифт», «Спим».

**3. Раздел «Пальчиковая гимнастика»** включает в себя упражнения, превращающие учебный процесс в увлекательную игру, которая не только обогащает внутренний мир ребенка, но и оказывает положительное воздействие на улучшение памяти, мышления и развивает фантазию малыша. Этот раздел служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук.

3.1 Общеразвивающие упражнения для пальчиков: «Семья», «Здравствуй, это я», «Пианино», «Комарики».

3.2 Игры-потешки: «Снеговик», «Мышки», «Ладушки», «Сорока, сорока».

3.3 Выполнение фигурок из пальцев. «Дом», «Ворота», «Забор», «Бинокль», «Лодочка», «Цепочка».

**4. Раздел «Игровой самомассаж»** включает в себя упражнения самомассажа в игровой форме, от которых дети получают радость и хорошее настроение. Они способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления. Раздел является основой закаливания и оздоровления детского организма.

4.1 Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме. «Поколоти», «Поезд», «Утюжки», «Кошечка», «Ветерок», «Обжорики», «Стряхни пыль», «Устали наши ножки».

**5. Раздел «Музыкально-подвижные игры»** содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках и являются ведущим видом деятельности детей раннего возраста. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой деятельности.

5.1 Музыкально-подвижные игры по ритмике: «Есть у киски», «Прятки», «Ой, летали птички», «Поезд», «Догонялки», «Подружились», «Громче-тише».

5.2 Сюжетно-ролевые игры: «Разбуди куклу», «Сварим суп», «Зайчишка трусишка», «Солнышко», «Два человека».

#### **Репертуар. Хореографические упражнения.**

- «Зарядка» муз. Е.Тиличевой
- «Побегали-потопали» муз. Л.Бетховена
- «Мы едем» муз Р.Рустамова
- «Ходим-бегаем» муз Е.Тиличевой
- «Гуляем и пляшем» муз М.Раухвергера
- «Марш и бег» муз. Е.Тиличевой
- «Ловкие ручки» муз. Е.Тиличевой
- «Погремушка и бубны» муз. Ал. Александрова
- « Резвые ножки» муз. Г Фрида
- «Чук-чук-чук!»
- Пляски**
- «Приседай» эстонская н.м.

«Кузнечик» муз. В.Шаинского  
«Пляска с платочками» муз Е. Тиличевой  
«Вот какая елочка» муз. М. Картушиной  
«Пляска с куклами» муз Н. Граник  
«Пляска с цветами» р.н.м.  
«Пляска с погремушками» Белор. плясовая  
«Веселей, детвора» Эст.н.м.  
«Ай,да»  
«Маленькая полечка» Муз. Тиличевой  
«Танец утят» Нем. Н.м.  
«Веселая пляска» р.н.м.»Ах вы, сени»

#### **Пальчиковые игры**

«Комарики», «Семья», «Сорока-сорока», «Здравствуй, это я!», «Ладушки»  
«Пианино», «Мышки», «Снеговик», «Дом», «Ворота», «Забор», «Бинокль», «Лодочка», «Цепочка»

#### **Музыкально-подвижные игры**

«Догонялки», «Подружились», «Есть у киски», «Прятки», «Ой, летали птички», «Поезд», «Курочка и козлик», «Громче-тише», «Разбуди куклу», «Сварим суп», «Зайчишка-трусишка», «Солнышко», «Два человечка».

#### **Самомассаж**

«Поколоти», «Утюжки», «Стряхни пыль», «Поезд», «Кошечка», «Ветерок»  
«Обжорики», «Устали наши ножки»

#### **Креативная партнерная гимнастика**

«Велосипед», «Неваляшка», «Фасолинки», «Лодка», «Дождик», «Большие и маленькие дома»

#### **Специальный комплекс упражнений**

«Тянем спинки», «Лодочка», «Гребля», «Летающие карапузы», «Массируем животик», «Змея», «Кошка», «Собака», «Лягушка», «Снеговик», «Бабочка»  
«Лифт», «Спим»

#### **Хореографические упражнения**

##### **«Зарядка»**

Упражнение развивает координацию движений.

Дети идут, высоко поднимая ноги, следуя за вами, затем бегут на цыпочках «как птички»; идут, хлопая себя по бокам, «как петушки»; прыгают небольшими прыжками как воробушки, прыгают приставными шагами как лошадки; машут руками как мельницы.

##### **«Побегали, потопали»**

Упражнение развивает умение ритмично двигаться под музыку.

Под танцевальную музыку дети бегают, под маршевую- топают.

##### **«Мы едем»**

Упражнение развивает координацию движений.

Под стихотворение «Мы едем, едем, едем» дети сначала приседают, а потом маршируют.

##### **«Ходим-бегаем»**

Упражнение развивает навыки основных видов движения, способствует повышению эмоционального тонуса

см. Программу «Топ-хлоп малыши» стр. 34.

##### **«Резвые ножки»**

Упражнение способствует развитию умения легко, ритмично прыгать на одной и двух ногах. см. Программу «Топ-хлоп малыши» стр. 50

##### **«Погремушка»**

Развивает координацию движений, танцевальную память

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.54

##### **«Чук-чук-чук»**

Развивает чувство коллективизма, координацию движений.

сб. «Са-фи- дансе» стр. 56

##### **Пляски:**

##### **«Приседай»**

Пляска развивает чувство ритма, координацию, умение менять движение соответственно частей музыки.

см. Программу «Топ-хлоп малыши» стр. 56

##### **«Кузнечик»**

сб. «Са-фи- дансе» стр. 41

##### **«Пляска с платочками»**

Пляска развивает мелкую моторику, расширяет двигательный опыт детей.

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 54

##### **Хоровод «Вот какая елочка»**

Пляска развивает моторику рук.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.59

#### **Пляска с куклами**

Пляска способствует развитию точности, ловкости, выразительности движений.

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 53

#### **Пляска с цветами**

Развивает динамический слух, чувство ритма, координацию движений

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 44

#### **Пляска с погремушками**

Развивает ловкость, точность, координацию движений, чувство ритма.

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 40

#### **Хоровод «Веселей, детвора»**

Развивает творческое воображение.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.77

#### **«Ай-да»**

Развивает чувство ритма, умение менять темп движения в соответствии с музыкой

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 28

#### **«Маленькая полечка»**

Расширяет двигательный опыт детей, знакомит с элементарными плясовыми движениями. см. программу

«Топ-хлоп малыши» стр. 26

#### **«Веселая пляска»**

Развивает чувство ритма, координацию движений.

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 37

#### **«Танец утят»**

сб. «Са-фи- дансе» стр. 67

#### **Игры**

##### **«Комарики»**

Обучает эмоциональному соучастию, развиваем координацию пальцев и кисти.

**Дарики, дарики, летели комарики** (Поворачиваем кисти рук

вправо, влево,

пальчики направлены вверх.)

**Вились, вились, вились, вились**, (соединить большой и указательный пальцы, делайте свободные движения руками)

**В носик или в ушко вцепились** (ухватитесь двумя пальцами за свой нос или ушко и т.д.)

##### **«Сорока, сорока»**

Развивает чувство ритма, развивает мелкую моторику. Р.н. игра.

##### **«Здравствуй, это я»**

Попеременно здороваются пальчики: большие, указательные и т.д.

##### **«Ладушки»**

Развиваем моторику рук, учимся расслабляться. Р.н.игра

##### **«Пианино»**

Развивают мелкую моторику, координацию движений.

Изображаем игру на пианино. Ладонку держим вниз, поднимая то вверх, то вниз каждый пальчик.

##### **«Мышки»**

Развивает мелкую моторику.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.14

##### **«Снеговик»**

Развивает моторику рук.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.19

##### **«Дом»**

Развивает моторику рук. сб. «Са-фи- дансе» стр. 54

##### **«Ворота»**

Развивает гибкость рук, подвижность запястья. сб. «Са-фи- дансе» стр. 54

##### **«Семья»**

Развивает мелкую моторику рук. сб. «Са-фи- дансе» стр. 100

##### **«Забор»**

Развивает подвижность запястья сб. «Са-фи- дансе» стр. 54

##### **«Бинокль»**

Развивает мелкую моторику рук. сб. «Са-фи- дансе» стр. 55

##### **«Лодочка»**

Развивает подвижность кистей. сб. «Са-фи- дансе» стр. 55

##### **«Цепочка»**

Развивает мелкую моторику рук. сб. «Са-фи- дансе» стр. 55

## **Музыкально-подвижные игры**

### **«Догонялки»**

Развивает чувство коллективизма и самостоятельность.

муз. воспитание. программа Н.Васильевой

### **«Подружились»**

Развивает эмоциональную сферу.

### **Вот как дружат наши детки**

#### **Наши детки-малолетки**

(Гладят друг друга по головке одноименной рукой)

#### **Закружились наши детки**

#### **Наши детки-малолетки**

(Берутся за руки и кружатся в паре)

### **«Прятки»**

Развивает координацию движений, чувство ритма, способствует повышению эмоционального тонуса.см.

программу «Топ-хлоп малыши» стр. 19

### **«Есть у киски»**

Развивает координацию движений, чувство ритма»

муз. воспитание. программа Н.Васильевой

### **«Ой, летали птички»**

Развивает способность исполнять выразительные движения.

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 27

### **«Поезд»**

Развивает умение координировать движения в соответствии с музыкой и текстом.

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 29

### **«Курочки и козлик»**

Развивает моторику и координацию движений.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.57

### **«Громче- тише»**

Развивает умение различать громкие и тихие звуки.

Предложить малышу позвенеть в колокольчик – то громче, то тише, затем дать ему погремушку, а колокольчик взять себе. Тихонечко позвените колокольчиком, а малыша попросите тихо погремь погремушкой. Затем дайте команду все проделать громко.

### **«Разбуди куклу»**

Развивает чувство коллективизма, эмоциональную сферу.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.53

### **«Свари суп»**

Развивает воображение, память.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.54

### **«Зайчишка-трусика»**

Способствует эмоциональному развитию.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.26

### **«Солнышко»**

Способствует эмоциональному развитию.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.75

### **«Два человечка»**

Развивает навыки сопереживания.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.58

## **Самомассаж**

### **«Поколотти»**

Предложите малышу кулачками слегка поколотить себя по ножкам, а затем другого ребенка.

### **«Утюжки»**

Погладьте малыша своими ладонками по ручкам, ножкам и т.д. затем предложите ему это сделать себе, вам или другому ребенку.

### **«Стряхни пыль»**

Стрягивающими движениями помогите малышу «стряхнуть» пыль с головы, плечей и т.д.

### **«Поезд»**

Одни дети лежат на животе, а другие «ездят» у них по спинам кулачками.

### **«Кошечка»**

Имитируем кистями рук как умывается кошечка сначала себе, а затем деткам.

### **«Ветерок»**

Поглаживающими движениями то тыльной, то внутренней стороной кисти гладим спинки, ручки, ножки, сначала себе, затем другим.

### **«Обжорики»**

Поглаживающими круговыми движениями гладим внутренней стороной ладони животика себе, сначала одной, затем другой ручкой.

### **«Устали наши ножки»**

Внутренней стороной ладони детки гладят свои ножки, снизу вверх и наоборот.

## **Креативная партерная гимнастика**

### **«Велосипед»**

Развивает координацию движений в соответствии с темпом музыки

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 52.

### **«Неваляшка»**

Развивает координацию движений. Дети лёжа на спине, вытянув руки и ноги, перекачиваются то на правый, то на левый бок.

### **«Фасолинки»**

Развивает координацию движений в пространстве. Дети лёжа на спине, вытянув руки и ноги, перекачиваются на один бок, на живот, на другой бок, передвигаясь по полу, как фасолинки.

### **«Людка»**

Развивает вестибулярный аппарат. Дети сидят на полу, согнув ноги и разведя их в разные стороны, перекачиваясь то на правое, то на левое бедро, имитируя движения долки.

### **«Дождик»**

Развивает чувство ритма. Дети сидят на полу потихоньку начиная стучать кулачками и пяточками об пол, постепенно увеличивая темп, имитируя нарастающий шум дождя.

### **«Большие и маленькие дома»**

Дети лежат на спине, подняв руки за голову, тянут руки в одну сторону, руки в другую, имитируя большие дома, затем подтянув к себе согнутые в коленях ноги, имитируют маленькие дома.

## **Специальный комплекс упражнений**

### **«Тянем спинки»**

Дети лежат на спине, а педагог обхватив руками щиколотки ребенка плавно приподнимает его за ноги, отрывая поясницу от пола, растягивая при этом мышцы спины. И также плавно опускает его на пол.

### **«Людочка»**

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 65.

### **«Гребля»**

Ребенок сидит на полу широко расставив ноги, то наклоняясь к полу, то распрямляя спинку, имитируя греблю.

**«Массируем животик»** Малыши лежат на полу на спине, подтянув к себе согнутые в коленях ноги, поворачивая поясницу то вправо, то влево.

**«Змея»** Дети лежат на полу на животе лицом вниз, ладони держат на полу около лица, медленно поднимают верхнюю часть тела от пола выпрямляя логти.

### **«Кошка»**

Дети стоят на четвереньках на полу, то выгибая спинку вверх, то прогибая ее в пояснице.

**«Собака»** Ребенок стоит на четвереньках, затем медленно, прогибаясь в пояснице выпрямляет ноги, дотрагиваясь животиком до пола, оставляя верхнюю часть тела выпрямленной. Затем вернувшись в исходное положение, опускается на ноги и касается лбом пола, вытягивая руки вперед, затем возвращается в исходное положение.

**«Лягушка»** Из положения стоя детки присаживаются вниз, сгибая ноги в коленях, опуская ладони на пол, руки в локтях выпрямляют.

### **«Снеговик»**

Дети лежат на полу, расслабив все мышцы. На фоне тихой спокойной музыки, педагог предлагает детям представить что они снеговики, которые начинают таять от весеннего теплого солнышка.

### **«Бабочка»**

Детки лежат на полу на спине, вытянув ноги вместе, а руки вдоль тела, затем разведя ноги и руки в сторону, лежат расслабившись, представляют себя бабочками на летнем лугу.

### **«Лифт»**

Детки лежат на полу на спине, вытянув ноги вместе, а руки вдоль тела. Поднимая поочередно руки и ноги изображают движение лифта вверх и вниз.

### **«Сним»**

Детки лежат на полу в свободной раскрепощенной позе, а педагог под тихую спокойную музыку предлагает им расслабиться и представить, что они спят.