



**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад г.Фатежа «Золотой ключик»**

**Фатежского района Курской области**

307100, Курская область, г. Фатеж, ул. Восточная, дом 53, тел. 2-24-33.

Принята решением Утверждена приказом

педагогического совета МКДОУ «Детский сад г.Фатежа

протокол от \_\_\_20\_\_\_г. № \_\_ «Золотой ключик»

от \_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_\_\_г. № \_\_ Заведующий\_\_\_\_\_\_\_/Копылова Н.Н./

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно - спортивной направленности**

**«Оздоровительно - развивающая программа**

 **«Са-Фи-Дансе»**

Срок реализации программы - 9 месяцев (34 часа)

 возраст воспитанников 5 - 7 лет

 Составитель:

 Педагог дополнительного образования

 Первой категории

 Клименко Ольга Васильевна

г.Фатеж- 2022 г

**I. Комплекс основных характеристик программы**

**Пояснительная записка**

Данная Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

* Федеральный закон РФ №273 - ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации »;
* Государственная программа Курской области «развитие образования в Курской области» от 15.10.2013г. № 737-па;
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* Письмо Минобразования и науки РФ №06-1844 от 11.12.2006 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
* Письмо Минобразования и науки РФ № 65/23-16 от 14.03. 2000 г. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
* Правила оказания платных образовательных услуг, утвержденные постановлением Правительства РФ от 15.08.2013 №706;
* Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049-13);
* Лицензия на правоведения образовательной деятельности;
* Устав МКДОУ «Детский сад г.Фатежа «Золотой ключик»;
* Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МКДОУ «Детский сад г.Фатежа «Золотой ключик» от 30.08.2019 г. № 26–1.

**Уровень реализации программы:** дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Са-Фи-Дансе» имеет «базовый уровень», направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, на сохранение и укрепление физического здоровья, развитие музыкальных и творческих способностей, психических процессов, нравственно-коммуникативных качеств личности.

В последнее время в ДОО все чаще стали применять нетрадиционные средства в физическом развитии детей. Наиболее популярной сейчас является танцевально-игровая гимнастика. Данная программа аккумулировала все то, что доставляет детям радость, помогает справляться со стрессовыми ситуациями: и игру, и творчество, и общение, и возможность выразить свой внутренний мир. И все это объединено музыкой, которая поднимает настроение, раскрепощает детей. Таким образом, программа «Са-Фи-Дансе»  помогает сохранять и укреплять и психическое и физическое здоровье. Программа состоит из множества здоровьесберегающих технологий: самомассажа, упражнений на развитие гибкости, пальчиковой, ритмической и дыхательной гимнастики, музыкальных и подвижных игр. В ней представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика. Так, в танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Он придает процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе "Са-Фи-Дансе" создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Реализация задач сводится к общей и специальной подготовке индивидуального образа ребёнка, как прекрасное дополнение к основной программе, в целях повышения уровня здоровья детей, как множество видов физической активности и здорового образа жизни. Коррекционное, профилактическое и воспитательное воздействие возможно лишь при соблюдении ряда дидактических принципов: научности, систематичности, постепенности, индивидуальности, доступности, учёта возрастного развития движений, чередования нагрузки, наглядности, сознательности и активности.

Для реализации дополнительной общеобразовательной программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения задачи индивидуализации образования и оптимизации работы с детьми. Достижения ребенка должны рассматриваться педагогом с позиции той деятельности, которую он осуществляет совместно с детьми. Для этого на каждого обучающегося заведена карта диагностики уровня развития по программе «Са-Фи-Дансе» (см. п.2.4.)

 **Актуальность.** Серьезным недостатком дошкольного воспитания является малоподвижность детей. Они много занимаются сидя, мало двигаются и играют на свежем воздухе. Это плохо сказывается не только на физическом, но и на их духовном развитии, снижает тонус их нервной системы, угнетает психическую активность. У физически ослабленных детей, подверженных быстрому утомлению, эмоциональный тонус и настроение снижены. Танцевально- ритмическая гимнастика должна эффективно и разносторонне воздействовать на опорно- двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы ребенка.Оказывается, что актуальными проблемами  детского здоровья в современном обществе, помимо гиподинамии, о которой речь идет уже не одно десятилетие, являются детские стрессы и детская тревожность. Они могут возникать из-за негативной атмосферы в семье, детском саду, усталости от постоянного нахождения в большом коллективе, т. к. родители вынуждены находиться на работе с утра до позднего вечера. Тревожность развивается от недостаточной эмоциональной поддержки, от настроя родителей и педагогов на обязательную успешность детей в любом деле, от неумения выразить свои чувства, свой внутренний мир. Дети более чувствительны к стрессам, но и восстанавливаются быстрее. Главное -создать условия, способствующие этому.А что важно для ребенка? Важно, чтобы он чувствовал себя комфортно, защищено, без напряжения, получал положительные эмоции от всего, чем занимается.

 К числу достижений проводимой в России модернизации образования относятся расширение вариативности дошкольного воспитания, разработка новых программ обучения и воспитания детей, оригинальных методик. Программа Са-Фи-Дансе» известна во многих городах России, а также городах ближнего и дальнего зарубежья. Пользуется большой популярностью среди специалистов и занимающихся, может быть альтернативной программе по физическому воспитанию дошкольных учреждений. Программа научно обоснована и направлена на развитие двигательных, творческих, музыкально-танцевальных способностей детей и жизненно необходимых умений и навыков.

**Новизна программы** заключается в том, что она дополнена разделом «игровой стрейчинг». Стрейчинг (в переводе с английского «растягивать»)-

комплекс упражнений для растягивания определенных мышц, связок и сухожилий. Стрейчинг снижает мышечное напряжение, повышает их эластичность, что, в свою очередь, снижает травматичность и болевые ощущения, оказывает глубокое оздоровительное воздействие на весь организм.

Стрейчинг раскрепощает детей, делает их открытыми и жизнерадостными. Во время занятий дети получают эмоциональную разрядку, физическое удовольствие, что в свою очередь вовлекает детей в процесс физкультурных занятий и дает необходимый оздоровительный эффект.

**Адресат:** обучение по дополнительной образовательной общеразвивающей программе предусмотрено для детей старшего и подготовительного к школе возраста.

**Объем и срок освоения:** курс программы «Са-Фи-Дансе»» рассчитан на 9 месяцев. При распределении разделов программы учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности каждой группы, физические возможности и психологические особенности детей от 5 до 7 лет. Занятия по танцевально-игровой гимнастике проводятся в музыкальном зале. Продолжительность занятий соответствует возрастным нормам детей.

**Особенности организации образовательного процесса**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Объем программы** | **Форма обучения** | **Состав групп** | **Число участников групп** |
| 34 недель 34 часа | Очная,с возможностью использования дистанционных технологий | Постоянный, сформирован в группы обучающихся одного возраста | 19-29 детей в каждой группе |

**Режим занятий для обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу «Са-Фи-Дансе»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направленность объединения** | **Возрастная категория** | **Наполняемость группы** | **Продолжительность занятия в день** | **Кол-во занятий в неделю** | **Кол-во занятий в год** |
|  | Старшая (5-6 лет) | 26-29 детей | 25 минут | 1 | 34 |
| Подготовительная (6–7 лет) | 19–26 детей | 30 минут | 1 | 34 |

 **Цель и задачи программы**

**Цель -**  содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

**Задачи:**

1. Предметные:
* укреплять здоровье;

• способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;

• формировать правильную осанку;

• содействовать профилактике плоскостопия;

• содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.

1. Личностные:
* совершенствовать психомоторные способности дошкольников;

• развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, перцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;

• содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

• формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;

• развивать ручную умелость и мелкую моторику.

1. Метапредметные:

• развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

• формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку;

• воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;

• развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

 **Содержание программы Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| 1. | Игроритмика | В течение года |
| 2. | Игрогимнастика | 4 | 4 |
| 3. | Игротанцы | В течение года |
| 4. | Танцевально-ритмическая гимнастика | 26 | 26 |
| 5. | Игропластика | По плану занятий |
| 6. | Пальчиковая гимнастика | По плану занятий |
| 7. | Игровой самомассаж | По плану занятий |
| 8. | Музыкально — подвижные игры | По плану занятий |
| 9. | Игры-путешествия | 4 | 4 |
| 10. | Креативная гимнастика | По плану занятий |
|  | **Всего часов** | **34** | **34** |

**Содержание учебного плана.**

**1.Раздел программы «Игроритмика».**

Раздел «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука " громко -тихо". Выполнение упражнений под музыку. Хлопки и удары ногой на каждый счёт и через счёт, только на первый счёт. Выполнение простейших

движений руками в различном темпе.

**2.Раздел программы «Игрогимнастика».**

Раздел «Игрогимнастика» служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Са- Фи-Дансе». В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Упражнения для воспитанников 5-6 лет: «Левой,правой», «Танцуй,танцуй», «Большие и маленькие», «Я двигаться люблю», «В ашем зале»; для воспитанников 6-7 лет: «Левой, правой», «Помогатор», «Посмотрите-ка!», «Танцуй,танцуй», «Большие и маленькие», «Платочки».

2.1. Построение в шеренгу и колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях по кругу

и по ориентирам («змейкой»). Построение врассыпную, бег врассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам. Перестроение из одной шеренги в несколько, по образному расчёту и указанию педагога. Передвижение в обход шагом и бегом.

2.2 Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета Сочетание основных движений прямыми и согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой. Сочетание упоров с движениями ногами.. Полу присед, упор присев, упор - лёжа, на согнутых общеразвивающих упражнений. Ходьба на носках с высоким подниманием бедра. Упражнения с предметами. Упражнения с платочками, шарфиками, косынками.

2.3 Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепления осанки. Свободное опускание рук вниз. Напряжённое и расслабленное положение рук, ног. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре. Потряхивание кистями и предплечьями. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Расслабление рук в положении лёжа на спине. Потряхивание ногами из положения лёжа на спине. Лёжа на спине при напряжении мышц - выдох, при расслаблении мышц - вдох. Упражнения на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей. Имитационные, образные упражнения.

2.4 Акробатические упражнения. Группировка в положении лёжа и сидя, перекаты в ней вперёд, назад. Из упора присев переход в положение лёжа на спине. Сед ноги широко врозь.. Сед ноги врозь, сед на пятках. Перекаты в положении лёжа, руки вверх и в седе на пятках с опорой на предплечья. Равновесие на носках с опорой и без неё. Равновесие на одной ноге с опорой и без опоры. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

**3.Раздел программы «Игротанцы».**

Игротанцы направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко- бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.

3.1 Хореографические упражнения. Полу-приседы, подъёмы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо, налево, переступая на носках, держась за опору. Комбинации хореографических упражнений

3.2 Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носках, полу-присед на одной ноге, другую вперёд на пятку. Пружинистые полу-приседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов.

Мягкий, высокий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги. Прыжки с ноги, на ногу сгибая другую ногу назад, то же - с поворотом на 360 градусов. Поворот на 360 градусов на шагах. Комбинации из изученных танцевальных шагов.

3.3 Ритмические танцы.

**4.Раздел программы «Танцевально-ритмическая гимнастика».**

В разделе «Танцевально-ритмическая гимнастика» представлены образно- танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на воспитанников, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп. Специальные композиции и комплексы упражнений 5-6 лет: «Ручки, ручки», «Прыг-скок», «Беготня», «Руки вверх», «Хомяки», «В каждом маленьком ребенке», «Облака», «То,что нужно!», «Бум,бум». Специальные композиции и комплексы упражнений 6-7 лет: «Солнышко лучистое», «Веселая стирка», «Облака», «Носса», «Обезьянки», В ритме танца», «Енот», «Море по колено», «Мама-Мария».

**5.Раздел программы «Игропластика».**

Раздел «Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме. Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. Игровой стрейчинг для 5-6 лет: «Матрешка», «Цапля», «Рыбка», «Кобра», «Лодочка», «Смешной клоун», «Звезда», «Солнечные лучики», «Вафелька»; для 6-7 лет: «Винт», «Часики-ходики», «Журавль», «Улитка», «Крестик».

**6.Раздел «Пальчиковая гимнастика».**

Раздел «Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Игры- потешки. Выполнение фигурок из пальцев. Упражнения пальчиками с речитативом.

**7.Раздел «Игровой самомассаж».**

Раздел «Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления. Поглаживание разных частей тела в определённом порядке в образно - игровой форме.

**8.Раздел «Музыкально-подвижные игры».**

Раздел «Музыкально-подвижные игры» содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования — все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике: «К своим флажкам», «Гулливер и лилипуты», «Пятнашки», «Трансформеры».

**9.Раздел «Игры-путешествия» (или сюжетные занятия).**

Раздел «Игры-путешествия» (или сюжетные занятия) включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть, что пожелаешь.

Занятия: «Осеннее приключение», «Путешествие на веселом паровозике», «Зимушка-Зима», «Поход в зоопарк», «Времена года», «Весна-красна», «Любимые игрушки», «В мире танца».

**10.Раздел «Креативная гимнастика»**

Раздел «Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Музыкально-творческие игры: «Делай как я, делай лучше меня», «Повтори за мной», «Бег по кругу», «Танцевальный вечер».

 **Планируемые результаты**

**Знания и умения, которые должен приобрести обучающийся в процессе освоения программы.**

**Старшая группа.**

 Обучающиеся будут иметь представление о назначении отдельных упражнений танцевально — ритмической гимнастики.

Научатся выполнять простейшие построения и перестроения.

Получат навыки выполнения ритмических, эстрадных танцев и комплексов упражнений под музыку.

 Будут стремиться ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

Будут обучены основным танцевальным позициям рук и ног.

Смогут выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике.

**Подготовительная группа.**

В процессе освоения программы обучающиеся будут знать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами.

Овладеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретут определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях.

Будут стремиться передавать характер музыкального произведения в движениях (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.).

Будут обучены основным хореографическим упражнениям. Научатся исполнять эстрадные и ритмические танцы, комплексы упражнений под музыку, а также выполнять двигательные задания по креативной гимнастике.

**Компетенции и личностные качества, которые могут быть сформированы и развиты у детей в результате занятий по программе:**

\*укрепление здоровья детей; \*снижение уровня заболеваемости; \*изменения отношения детей к сохранению и укреплению своего здоровья; \*повышение интереса к занятиям танцевально-игровой гимнастики; \*благотворное влияние музыки на психосоматическую сферу ребёнка; \*воспитание умения эмоционального выражения, творчества в движении.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты, которые приобретет обучающийся по итогам освоения программы:**

* **Предметные результаты:**
* Обучить детей правилам безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами, обучить грамотному использованию предметов личной гигиены перед и на занятиях.
* **Метапредметные результаты:**

Развить в детях элементарные передвижения по залу и дать определенный запас движений и упражнений, передавать характер музыки. Развить умения выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеть основами хореографических упражнений

* **Личностные результаты:**

Воспитать в детях чувство ритма для ритмических танцев и ответственность за исполнение танцевальных номеров.

**II. Комплекс организационно-педагогических условий**

**Календарно-учебный график**

Количество учебных недель в 2022-2023 учебном году – 34. Продолжительность каникул – зимние – с 31.12.2022 по 09.01.2023 год. Начало занятий – 15 сентября 2022г. Окончание занятий 25 мая 2023 г

**Подготовительная группа №5**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Месяц** | **Число** | **Время**  | **Форма занятий** | **Кол-во часов** | **Тема занятий** |
| 1 | Сентябрь | 15 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Вводное занятие «Давайте познакомимся». Танцевально-ритмическая гимнастика «Ручки, ручки» |
| 2 | Сентябрь | 22 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. Игрогимнастика «Левой, правой». Пальчиковая гимнастика.  |
| 3 | Сентябрь | 29 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс. Игропластика. Танцевально-ритмическая гимнастика «Прыг-скок». |
| 4 | Октябрь | 6 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Ориентация в пространстве. Игры по перемещению в пространстве. Танцевально-ритмическая гимнастика «Ручки, ручки». Креативная гимнастика. |
| 5 | Октябрь | 13 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). Танцевально-ритмическая гимнастика «Ручки, ручки». Пальчиковая гимнастика |
| 6 | Октябрь | 20 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | **Занятие-путешествие «Осеннее приключение»** |
| 7 | Октябрь | 27 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Основные танцевальные правила. Постановка корпуса. Развитие чувства ритма. Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, листочки). Танцевально-ритмическая гимнастика «Беготня». |
| 8 | Ноябрь | 3 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Развитие эластичности мышц. Игровые элементы. Игровой самомассаж.  |
| 9 | Ноябрь | 10 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, воротца, змейка. Танцевально-ритмическая гимнастика «Беготня». Пальчиковая гимнастика. |
| 10 | Ноябрь | 17 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | **Занятие-путешествие «Путешествие на веселом паровозике»** |
| 11 | Ноябрь | 24 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Танцевальные элементы. Игро гимнастика «Енот». Креативная гимнастика |
| 12 | Декабрь | 1 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, листочки). Пальчиковая гимнастика. |
| 13 | Декабрь | 8 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Танцевально-ритмическая гимнастика «Руки вверх». Креативная гимнастика |
| 14 | Декабрь | 15 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | **Новогодняя зарисовка «Зимушка-Зима».** |
| 15 | Декабрь | 22 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Танцевально-ритмическая гимнастика «Хомяки». Пальчиковая гимнастика. |
| 16 | Декабрь | 29 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Синхронность и координация движений. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. Танцевально-ритмическая гимнастика «Беготня». Игропластика. |
| 17 | Январь | 12 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Общеразвивающие упражнения «Танцуй, танцуй». Игрогимнастика «Большие и маленькие». Пальчиковая гимнастика. |
| 18 | Январь | 19 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | **Занятие-путешествие «Поход в зоопарк»** |
| 19 | Январь | 26 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Тренинг «Большие и маленькие шаги». Креативная гимнастика. Танцевально-ритмическая гимнастика «Прыг-скок». |
| 20 | Февраль | 2 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Упражнения для профилактики плоскостопия. Игровой самомассаж. Танцевально-ритмическая гимнастика «В каждом маленьком ребенке» |
| 21 | Февраль | 9 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Общеукрепляющие упражнения «Я двигаться люблю». Игрогимнастика «В нашем зале». Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» Пальчиковая гимнастика.  |
| 22 | Февраль | 16 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Тренинг «Лягушачья зарядка». Игровой самомассаж. Танцевально-ритмическая гимнастика «Прыг-скок». |
| 23 | Март | 2 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | **Занятие-путешествие «Времена года»** |
| 24 | Март | 9 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Простейшие танцевальные элементы в форме игры. Танцевально-ритмическая гимнастика «То, что нужно!». Игровой самомассаж. |
| 25 | Март | 16 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. Танцевально-ритмическая гимнастика «В каждом маленьком ребенке». Пальчиковая гимнастика. |
| 26 | Март | 23 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Упражнения на расслабление мышц. Танцевально-ритмическая гимнастика «Прыг-скок». Креативная гимнастика. Игровой самомассаж. |
| 27 | Март | 30 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Настроение в музыке и танце. Характер исполнения. Танцевально-ритмическая гимнастика «В каждом маленьком ребенке». Игропластика. |
| 28 | Апрель | 6 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | **Весенняя зарисовка «Весна-красна»** |
| 29 | Апрель | 13 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Упражнения для профилактики плоскостопия. Игровой самомассаж.Танцевально-ритмическая гимнастика «Прыг-скок». |
| 30 | Апрель | 20 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | **Занятие- путешествие «Любимые игрушки»** |
| 31 | Апрель | 27 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Игрогимнастика «Листочки». Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» Пальчиковая гимнастика |
| 32 | Май | 11 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Танцевальные игры с актерской задачей. Игропластика. Танцевально-ритмическая гимнастика «В каждом маленьком ребенке». Креативная гимнастика. |
| 33 | Май | 18 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | Упражнения на расслабление мышц. Танцевально-ритмическая гимнастика «Прыг-скок». Креативная гимнастика. Игровой самомассаж. |
| 34 | Май | 25 | Четверг15:25 – 15:55 | Групповое | 1 | **Открытое занятие-путешествие «В мире танца»** |
| **Всего:** |  **34 часа** |

**Старшая группа №7**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Месяц** | **Число** | **Время проведения занятий** | **Форма занятий** | **Кол -во часов** | **Тема занятий** |
| 1 | Сентябрь | 13/16 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Вводное занятие «Давайте познакомимся» Танцевально-ритмическая гимнастика «Солнышко лучистое». |
| 2 | Сентябрь | 20/23 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. Игрогимнастика «Левой, правой». Пальчиковая гимнастика.  |
| 3 | Сентябрь | 27/30 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс .Игропластика. Танцевально-ритмическая гимнастика «Солнышко лучистое». |
| 4 | Октябрь | 4/7 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Ориентация в пространстве. Игры по перемещению в пространстве. Креативная гимнастика. Танцевально-ритмическая гимнастика «Веселая стирка». |
| 5 | Октябрь | 11/14 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). Танцевально-ритмическая гимнастика «Солнышко лучистое». Пальчиковая гимнастика |
| 6 | Октябрь | 18/21 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | **Занятие-путешествие «Осеннее приключение»** |
| 7 | Октябрь | 25/28 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Основные танцевальные правила. Постановка корпуса. Развитие чувства ритма. Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, листочки). Танцевально-ритмическая гимнастика «Веселая стирка». |
| 8 | Ноябрь | 1/11 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Развитие эластичности мышц. Игровые элементы. Игровой самомассаж.Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» |
| 9 | Ноябрь | 8/18 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, воротца, змейка. Танцевально-ритмическая гимнастика «Носса». Пальчиковая гимнастика. |
| 10 | Ноябрь | 15/25 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | **Занятие-путешествие «Путешествие на веселом паровозике»** |
| 11 | Ноябрь/Декабрь  | 22/2 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Танцевальные элементы. Игрогимнастика «Помогатор». Креативная гимнастика |
| 12 | Ноябрь/Декабрь | 29/9 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, листочки). Игрогимнастика «Посмотрите-ка!». Пальчиковая гимнастика. |
| 13 | Декабрь | 6/16 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Синхронность и координация движений. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.Игропластика. Танцевально-ритмическая гимнастика «Обезянки». |
| 14 | Декабрь | 13/23 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | **Новогодняя зарисовка «Зимушка-Зима»** |
| 15 | Декабрь | 20/30 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Танцевально-ритмическая гимнастика «В ритме танца». Игропластика. |
| 16 | Декабрь/Январь | 27/13 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Общеразвивающие упражнения «Танцуй, танцуй». Игрогимнастика «Большие и маленькие». Пальчиковая гимнастика. |
| 17 | Январь | 10/20 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | **Занятие-путешествие «Поход в зоопарк»** |
| 18 | Январь | 17/27 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Тренинг «Ручками похлопали». Креативная гимнастика. Танцевально-ритмическая гимнастика «Енот». |
| 19 | Январь/Февраль | 24/3 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Простейшие танцевальные элементы в форме игры. Танцевально-ритмическая гимнастика «Мы любим танцевать» . Игровой самомассаж. |
| 20 | Январь/Февраль | 31/10 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Общеукрепляющие упражнения «Я двигаться люблю». Игрогимнастика «Помогатор». Пальчиковая гимнастика.  |
| 21 | Февраль | 7/17 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Тренинг «Я танцевать хочу». Игровой самомассаж. Танцевально-ритмическая гимнастика «В ритме танца». |
| 22 | Февраль | 14/24 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | **Занятие-путешествие «Времена года»** |
| 23 | Февраль/Март | 21/3 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Танцевально-ритмическая гимнастика «В ритме танца». Игропластика. |
| 24 | Февраль/Март | 28/10 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. Пальчиковая гимнастика. Танцевально-ритмическая гимнастика «Енот». |
| 25 | Март | 7/17 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Упражнения на расслабление мышц. Креативная гимнастика. Игровой самомассаж. Танцевально-ритмическая гимнастика «В ритме танца». |
| 26 | Март | 14/24 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | **Весенняя зарисовка «Весна-красна»** |
| 27 | Март | 21/31 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Упражнения для профилактики плоскостопия. Игровой самомассаж. Танцевально-ритмическая гимнастика «Море по колено». |
| 28 | Март/Апрель | 28/7 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Игры по перемещению в пространстве. Игропластика. Танцевально-ритмическая гимнастика «В ритме танца» |
| 29 | Апрель | 4/14 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Игрогимнастика«Платочки». Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» Пальчиковая гимнастика |
| 30 | Апрель | 11/21 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Танцевальные игры с актерской задачей. Танцевально-ритмическая гимнастика «Носса».Креативная гимнастика. |
| 31 | Апрель | 18/28 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Танцевально-ритмическая гимнастика «Мама-Мария». Пальчиковая гимнастика. |
| 32 | Апрель/ Май | 25/5 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Мы артисты. Актерское мастерство. Танцевально-ритмическая гимнастика «Мама-Мария».Пальчиковая гимнастика. |
| 33 | Май | 16/12 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | Игры-эстафеты для развития гибкости, координации движений. Игропластика. |
| 34 | Май | 23/19 | Вторник/Пятница15:30 – 15:50 | Групповое | 1 | **Открытое занятие-путешествие «В мире танца»** |
| **Всего:** |  **34 часа** |

**Условия реализации программы**

Для реализации программы в ДОУ созданы необходимые условия. Развивающая среда  музыкального и спортивного залов  соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13, ФГОС ДО и обеспечивает  возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей.

Развивающая среда  по насыщенности и разнообразию обеспечивает занятость каждого ребенка, эмоциональное благополучие и психологическую комфортность, в музыкальном зале созданы условия для нормального психосоциального развития детей: спокойная и доброжелательная обстановка, внимание к эмоциональным потребностям детей, созданы условия для развития и обучения. Музыкальный зал оснащен: аудиоаппаратурой, фортепиано, компьютером, обширной фоно- и видеотекой, современным нотным материалом, пособиями и атрибутами, музыкальными игрушками и  детскими музыкальными инструментами, музыкально-дидактическими играми, масками и костюмами. Для проведения общеразвивающих упражнений имеются обручи, кегли, флажки, ленточки, платочки, мячи, гимнастические палки, скакалки, снежинки, листики, цветочки, салютики. Педагог, занятый в реализации программы, имеет опыт работы и высшую квалификационную категорию. Личный инвентарь и одежда обучающихся: чешки, белые футболки, юбки для девочек и шорты для мальчиков. Для праздников – костюмы в зависимости от специфики танцев.

**Формы аттестации**

 Для определения результативности освоения программы разработаны следующие формы аттестации: 1.Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: - журнал посещаемости; - анкетирование родителей; - фото и видеосъемка; - отзыв детей и родителей. 2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: - участие в утренниках и концертах в ДОУ; - участие в конкурсах дошкольного творчества; - открытые занятия согласно учебному плану.

**Оценочные материалы**

**Карта диагностики уровня развития ребенка по программе «Са-Фи-Дансе»**

Способом определения результативности реализации дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Са-Фи-Дансе» является диагностика.

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

***Метод диагностики:*** наблюдение за детьми в процессе занятий в условиях выполнения обычных и специальных подобранных заданий.

**Ф.И. ребенка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Группа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Параметры** | **Начало года** | **Конец года** | **Динамика роста развития** |
| Ритмика |  |  |  |
| Пластика |  |  |  |
| Внимание |  |  |  |
| Память |  |  |  |
| Координация движений |  |  |  |
| Эмоциональность |  |  |  |
| Музыкальность |  |  |  |
| Творческие проявления |  |  |  |

**Ритмика** – умение двигаться в такт, выполнять движения под музыку соответственно ее характеру, ритму, темпу.

**Пластика –** мягкость, плавность и музыкальность движений рук, тела, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные упражненя. **Внимание** – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. **Память** – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. **Координация движений** – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе. **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. **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 в музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога). **Творческие проявления** – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

 В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики и развития ребенка на протяжении определенного периода времени.

**В** - Высокий уровень

**С** - Средний уровень

**Н**  - Низкий уровень

 **Методические материалы. Алгоритм учебного занятия.**

 В структуру занятия входят три части: подготовительная, основная и заключительная. Продолжительность занятия может длиться от 20 до 30 минут в зависимости от возраста детей. В подготовительной части решаются задачи функциональной подготовки организма детей к предстоящей работе с помощью строевых упражнений, специальных упражнений для согласования движений и музыки, различных видов ходьбы и бега. В основной части занятия средствами танца решаются задачи общей и специальной направленности, разучиваются специальные коррекционные упражнения, совершенствуется техника и стиль их выполнения, отрабатывается согласованность движений с музыкой. В заключительной части решаются задачи восстановления сил организма детей после физической нагрузки. Используется спокойная ходьба, упражнения в растягивании и расслаблении мышц, элементы самомассажа, музыкальные игры и творческие задания.

Дидактические материалы.

• Образные предметные картинки;

• атрибуты к подвижным и музыкальным играм;

• ноутбук, магнитофон, аудио- видео записи;

• спортивная форма детей и педагога;

• декорации (для проведения сюжетных занятий)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Особенности организации образовательного процесса** | **Методы обучения и воспитания** | **Формы организации образовательного процесса** | **Формы организации учебного занятия** | **Педагогические технологии** |
| Очно | Объяснительно - иллюстративный (беседа, объяснение, прослушиваниемузыкального материала, показ); игровой;метод поисковых ситуаций (побуждение детей к творческой и практической деятельности); упражения; мотивация. | Групповая | Практические занятия, беседы, просмотр видеоматериалов, концерты, праздники. | Здоровьесберегающие технологии (самомассаж, упражнения на развитие гибкости, пальчиковая, ритмическая и дыхательная гимнастика); технология игровой деятельности |

**Особенности организации образовательного процесса.**

Основными видами деятельности на занятиях по танцевальной ритмике являются репродуктивная и творческая. Репродуктивная деятельность направлена на овладение детьми умениями и навыками через повторение выполнения движений, показанных педагогом. Творческая деятельность направлена на самостоятельное преобразование детьми имеющихся знаний и умений для получения нового результата. Взаимосвязь двух этих видов деятельности дает детям возможность реализации творческой самореализации и способствует гармоничному (умственному и физическому) развитию личности. Кроме того, в работе с детьми используются следующие методы обучения: показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет; выразительное исполнение движения под музыку; словесное пояснение выполнения движения; внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка; творческие задания. По уровню деятельности детей используются методы объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, частично-поисковые и исследовательские. Методы и приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания, объема программных умений, этапа разучивания материала, индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы танцевальная деятельность детей была исполнительской и творческой. Учебный материал на занятиях по ритмике распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успеха, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала или при выполнении творческих заданий. Этому способствуют совместное обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе, поощрение творческих проявлений, создание положительной мотивации, актуализации интереса, проведение конкурсов, соревнований. Важным условием творческого самовыражения воспитанников является реализация идеи свободного выбора: детям предоставляется право выбора танцевальных средств для выражения музыкального образа, творческой комбинации знакомых танцевальных движений. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени отводится практической части. Форму занятий можно определить как творческую деятельность детей.

 **Список литературы**

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

- Государственная программа Курской области «развитие образования в Курской области» от 15.10.2013г. № 737-па;

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Письмо Минобразования и науки РФ №06-1844 от 11.12.2006 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

4. Письмо Минобразования и науки РФ № 65/23-16 от 14.03. 2000 г. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;

5. Правила оказания платных образовательных услуг, утвержденные постановлением Правительства РФ от 15.08.2013 №706;

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049-13);

7. Лицензия на правоведения образовательной деятельности;

8. Устав МКДОУ «Детский сад г.Фатежа «Золотой ключик»;

9. Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МКДОУ «Детский сад г.Фатежа «Золотой ключик» от 30.08.2019 г. № 26–1;

10. Аверина И.Е., Москва, 2005 г «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ»;

11. Казина О.Б., Ярославль, Академия Холдинг, 2005г. «Веселая физкультура для детей и их родителей»;

12. Козырева О.В., Москва, «Просвещение», 2003 г «Лечебная физкультура для дошкольников»;

13. Моргунова О.Н., Воронеж, 2005 г «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ»;

14. Пензулаева Л.И., Москва, «Мозаика-Синтез», 2017г «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»;

15. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.Санкт-Петербург, «Детство-пресс», 2003 г«Са- Фи-Дансе» Танцевально-игровая гимнастика для детей.

Интернет-ресурсы:

16.1.<http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot> \_ot\_ritmiki\_k\_tancu\_quot/2011-12-08-1- о методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».

17.2.Материал из Википедии — свободной энциклопедии- <http://ru.wikipedia.org>

18.3.[www.horeograf.com](http://www.horeograf.com). Сайт посвящен хореографам и танцорам.

19.4.<http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>. Методические и дидактические разработкипо хореографии.

20.5.<http://horeograf.ucoz.ru/blog>. Музыка для танцев, развивающие игры для детей,гимнастика в стихах, методические пособия для педагога - хореографа.

21.6.<http://perlunadetyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138>.

22.7.<http://list.mail> .ru/10091/1/0\_1\_0\_1.htm l.

23.8.<http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_> plakatov/1-1-0-3.Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры

24.9.<http://www.gallery.balletmusic.ru> - Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея

25.10.<http://sov-dance.ru/> - Национальная Академия Современной хореографии