

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №112 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Разработана и принята
решением Педагогического
совета ГБДОУ №112
Протокол №1 от 24.08.2021 г.
С учётом мнения Совета
родителей
Протокол №1 от 29.08.2025

УТВЕРЖДАЮ
заведующий ГБДОУ №112
Коновалова М.Е.
Приказ № 130-од от 29.08.2025.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Танцевальная гимнастика»**

Возраст учащихся: **от 3 до 5 лет**
(физкультурно-спортивная направленность)
(Новая редакция)

срок реализации программы: 2 года

составитель: педагог дополнительного образования
Гулова Натела Рубеновна

Санкт-Петербург
2025

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
1.1. Направленность программы.....	3
1.2. Актуальность и новизна программы.	4
1.3. Адресат программы	4
1.4. Объем и срок реализации программы	4
1.5. Цель и задачи программы.	5
1.6. Условия реализации программы.....	5
1.7 Планируемые результаты.....	9
2. Учебный план.....	10
3. Календарный учебный график.....	11
4. Оценочные и методические материалы	12
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Таблица мониторинга танцевально-гимнастической деятельности	15
Список использованной и рекомендуемой литературы.....	16

1. Пояснительная записка

В наше социально – ориентированное время, когда жизнь человека стала оцениваться мерой успеха, признания и достижения конкретных целей, всестороннее развитие ребёнка средствами музыки и ритмических движений играет немаловажную роль в развитии творческой и гармонично – успешной личности ребёнка.

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная гимнастика» разработана с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Министерство просвещения российской федерации Приказ от 9 ноября 2018 г. N 196 Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- Распоряжения Комитета по образованию от 01.03.2017 № 617-р «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга».
- Устава Государственного бюджетного образовательного учреждения дошкольное образовательное учреждение детский сад №112 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга.
- Лицензии ГБДОУ №112 Фрунзенского района на образовательную деятельность.

Детские танцы – это изучение основных средств выразительности (движения и позы, пластика и мимика, ритм), которые связаны с эмоциональными впечатлениями маленького человека от окружающего мира. Детский танец начинается с ритмики, где изучение танца начинается с простых движений, зачастую, занятия больше похожи на игру, но в этой игре ребёнок научится тем вещам, которые очень пригодятся ему в жизни.

музыку, и именно она является начальным этапом освоения искусства танца. Танец - это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Гимнастика-это система специально подобранных физических упражнений, методических приёмов, применяемых для укрепления здоровья, гармонического физического развития и совершенствования двигательных способностей, силы, ловкости, быстроты движений, выносливости.

1.1. Направленность программы

Направленность программы: физкультурно-спортивная направленность.

Она направлена обеспечить уровень развития жизненно важных двигательных навыков и физических качеств и создает предпосылки для многообразных проявлений творческой активности. Содержание занятий создает условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала, формированию у них таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству.

На занятиях танцевальной гимнастикой происходит изучение тех элементов выразительности, которые естественно и логично могут быть отражены в движении, где развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.

1.2. Актуальность и новизна программы.

Актуальность программы. Сейчас, как никогда внимание педагогов обращено на творческое развитие ребенка во всех областях его деятельности, на выявление его способностей, индивидуальности, поэтому **новизна** программы заключается в том, чтобы всесторонне способствовать творческому началу детей, развивать их фантазию и инициативу. Программа дает возможность осуществлять развитие эмоционального восприятия музыки посредством отображения в движениях ее характера, темпа, динамики и других средств музыкальной выразительности. Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике. Особенностью программы является необходимость более раннего обучения детей ритмике, которая направлена на раскрытие способностей учащихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого материала соответственно их психофизическому развитию. Вариантность использования предлагаемого материала, (т. е. на каждом уроке используется задания всех разделов).

1.3. Адресат программы

Программа предназначена для детей дошкольного возраста от 3 до 5 лет и рассчитана на два года обучения в соответствии с возрастными группами детей: младшая группа - дети 3-4 года; средняя группа - дети 4-5 лет. Обучение проводится с группами детей по 15-17 человек в группе.

Условия набора учащихся в группу: принимаются все желающие данного возраста.

Первый год обучения: дети 3-4 года. Общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. Дети этого возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе, не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений. Движения этих детей недостаточно согласованы, им трудно выполнять танцевальные композиции, но они могут стараться выполнять движения по показу. В этом возрасте нужно больше давать ритмических упражнений и игр и использовать различные образы в показе упражнений.

Второй год обучения. К 4-5 годам движения детей становятся более координированными. Восприятие становится более точным и образным. Дети уже могут запомнить небольшую сюжетно- образную танцевальную композицию. Они более активны в играх и быстрее схватывают новый материал.

1.4. Объем и срок реализации программы

Программа рассчитана на 2 года обучения:

3-4 лет – 54 занятия;

4-5 лет – 54 занятия

Количество занятий в неделю – 2.

Количество занятий в месяц – 8.

Время занятий:

для учащихся (3-4 лет) – 15 минут

для учащихся (4-5 лет) – 20 минут

1.5. Цель и задачи программы.

Цель программы: формирование и развитие творческого потенциала ребёнка, воспитание национального самосознания к музыке через танец, воспитание музыкально-двигательной культуры.

Задачи:

Формировать культуру здорового и безопасного образа жизни детей младшего дошкольного возраста, в том числе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности.

Воспитывать организованную, гармонически развитую личность.

Формировать правильную осанку, профилактика плоскостопия.

Способствовать укреплению мышц пальцев, кисти и развивать мелкую моторику рук.

Развивать музыкально-выразительные представления и творческую активность восприятия характера музыки

Содействовать развитию чувства ритма, музыкально-ритмической памяти и сознательное освоение детьми метроритмической структуры музыки.

Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев.

1.6. Условия реализации программы

Условия набора: принимаются все желающие в возрасте от 3 до 5 лет

Условия формирования групп: одновозрастные, количество в группах не менее 15 человек

Особенности организации образовательного процесса

Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов - например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики». В раздел входят строевые, общеразвивающие упражнения, а также упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

Партерная гимнастика. Это упражнения на растяжку, развитие мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные.

Фитбол-аэробика. Это занятия со специальным мячом большого размера.

При выполнении упражнений мяч издаёт вибрацию и амортизационные функции, которые улучшают кровообращение, обмен веществ и микроциркуляцию в межпозвоночных дисках, что благотворно влияет на разгрузку позвоночного столба, мобилизацию его отделов и коррекцию кифозов и лордозов. Благодаря комплексам упражнений можно:

- Развить функцию равновесия и вестибулярного аппарата;
- Сформировать осанку;
- Увеличить гибкость и подвижность в суставах;
- Развить ловкость и координацию движений;
- Укрепить мышцы рук, плечевого пояса, брюшного пресса, спины, таза, ног и свода стоп.

Танцевальные этюды. Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные

шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

Танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Танцевальные этюды направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются как правило изученные танцевальные движения.

Музыкальные-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.

Игры включают 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.

Примерный план организации занятий по танцевальной гимнастике.

Вводная часть:

построение и приветствие детей

проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

разминка в движении: ходьба, бег, прыжки

танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

партерная гимнастика

разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.

разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

музыкальная игра

построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

Первый год обучения (дети 3-4 года)

Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.

Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различия динамики звука «громко — тихо». Выполнение упражнений под музыку.

Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение врассыпную, бег. Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. врассыпную.

Общеразвивающие упражнения без предмета. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений.

Упражнения на расслабление мышц: свободное опускание рук вниз, потряхивание кистями рук; дыхательные: расслабление рук с выдохом и на укрепление осанки: стоя спиной к опоре. Имитационные, образные упражнения.

Партерная гимнастика.

Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений:

упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко»;

упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов

упражнения для стоп - вытягивание носочков, кручение.

Фитбол-аэробика.

Программа тренировок с коррекционными мячами включает 4 направления:

Фитбол-гимнастика — это общеразвивающая технология, включающая динамические упражнения и задания на растяжения.

Фитбол-ритмика включает танцевальные ритмические элементы.

Фитбол-атлетика подразумевает силовые тренировки, за счет которых развиваются разные группы мышц.

Фитбол-игра- это игровые задания, соревнования, эстафеты.

Танцевальные этюды включают в себя:

ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;

шаги на полупальцах и пятках;

различные хлопки

хороводы

танцевальные движения с атрибутами (бубны, погремушки, флажки, платочки)

ритмические и образные танцы по показу: «Паучок», «Дождик», «Танец утят», «Арам-зам-зам», «Буги-вуги», «Тучка» «Хоровод», «Мы пойдем сначала вправо», «Танец сидя», «Галоп шестерками» (на при ставном шаге), «Если весело живется», «Танец утят», «Лавота», «Кузнечик», «Большой олень», «На крутом берегу», «Муренка», «Я танцую», «Чебурашка».

Музыкальные-подвижные игры.

Игры по ориентации в пространстве: построение в круг, построение в линию, построение в две линии, «Зайцы-волки», «Зоопарк», «Птицы», «Машинки», «Самолеты», «Вперед 4 шага» «Отгадай, чей голосок», «Найди свое место», «Нитка — иголка», «Попрыгунчики-воробышки», «Мы — веселые ребята», «Совушка», «Цапля и лягушки», «У медведя во бору», «Водяной».

Музыкально-подвижные игры по ритмике. Подвижные и образные игры для строевых и общеразвивающих упражнений.

Второй год обучения (дети 4-5 лет).

Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.

Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет, только на первый счет. Выполнение простейших движений руками в различном темпе. Построение в шеренгу и колонну. Повороты переступанием по команде. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образ ному расчету и указанию педагога. Передвижение в обход шагом и бегом.

Общеразвивающие упражнения с предметом. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Сочетание основных движений прямыми или согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой. Сочетание упоров с движениями ногами.

Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Потряхивание кистями и предплечьями. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Расслабление рук в положении лежа на спине. Посегментное свободное расслабление рук в положении лежа на спине, потряхивание ногами из положения лежа на спине. Лежа на спине при напряжении мышц - выдох: при расслаблении мышц - вдох. Упражнения на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей. Имитационные, образные упражнения. Группировка в положениях лежа и сидя, перекаты в ней вперед — назад. Из упора присев переход в положение лежа на спине. Сед ноги врозь широко.

Равновесие на одной ноге с опорой и без опоры.

Партерная гимнастика.

Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях.

Комплексы упражнений:

упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов
упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «березка», «улитка».

Фитбол-аэробика

Программа тренировок с коррекционными мячами включает 4 направления:

Фитбол-гимнастика – это общеразвивающая технология, включающая динамические упражнения и задания на растяжения.

Фитбол-ритмика включает танцевальные ритмические элементы.

Фитбол-атлетика подразумевает силовые тренировки, за счет которых развиваются разные группы мышц.

Фитбол-игра- это игровые задания, соревнования, эстафеты.

Танцевальные этюды включает в себя:

повторение пройденных движений

топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;

танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки)

построение в две и в три линии и обратно в одну колонну;

движение в парах по кругу

равномерный бег с захлестом голени быстро и с замедлением;

легкие, равномерные, высокие прыжки;

перескоки с ноги на ногу;

простой танцевальный шаг, приставной шаг;

работа над движением рук - пластика кистей, «волна» руками

танец польки по линии, по-одному и в парах;

танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее

Формы проведения занятий

Форма проведения занятий – игровая.

Формы организации деятельности учащихся на занятии: фронтальная с индивидуальным подходом, с использованием методов:

метод слухового восприятия (объяснение упражнений, сюжетный рассказ, разбор выполненных упражнений, команды, подсчет, оценка выполнения упражнений, указания).

метод зрительного восприятия (показ упражнений и танцевальных композиций).

метод двигательного восприятия (выполнение упражнений, игры)

Материально-техническое оснащение программы

Спортивный зал.

Методические пособия.

Аудиокассеты, CD – диски.

Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.

Спортивный инвентарь: резиновые мячи среднего размера, фитбольные мячи, ленточки, колечки, верёвочки, обручи

Требования к музыкальному оформлению занятий:

Качественная фонограмма, записанная на CD-дисках.

Музыкальное произведение подбирается к каждой части урока.

Песни и мелодии доступны по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми.

В оформлении урока можно использовать: классическую музыку русских и зарубежных композиторов; народную музыку; музыку в современных ритмах.

Иметь выразительную мелодию и четкую фразировку.

Быть близким по содержанию детским интересам.

№ п/п	Название темы (базовые разделы)	Дидактические материалы, техническая оснащенность
-------	---------------------------------	---

1.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Подбор музыкального материала (аудиозаписи); Подбор необходимого инвентаря: (палочки, султанчики, платочки, цветы, обручи, мячи и др) Книги и методические рекомендации к организации занятий по ритмопластике из личной библиотеки. Интернет ресурсы
2.	Партерная гимнастика	Подбор музыкального материала (аудиозаписи) Гимнастические коврики Книги и методические рекомендации к организации занятий по танцевальные гимнастики. Интернет ресурсы (рабочая программа)
3.	Фитбол-аэробика	Подбор музыкального материала(аудиозаписи) Подбор необходимого инвентаря. Книги и методические рекомендации к организации занятий на фитбольных мячах.
4.	Танцевальные этюды	Подбор музыкального материала (аудиозаписи). Подбор необходимого инвентаря: (палочки, султанчики, платочки, цветы, обручи, мячи и др.) Книги и методические рекомендации к организации занятий по танцевальные гимнастики. Интернет ресурсы
5.	Музыкально-подвижные игры	Подбор музыкального материала (аудиозаписи): Подбор необходимого инвентаря: (палочки, султанчики, платочки, цветы, обручи, мячи и др.) Книги и методические рекомендации к организации занятий по танцевальные гимнастики.

Кадровое обеспечение реализации программы не требуется

1.7 Планируемые результаты

Первый год обучения

Ознакомление с двухчастными и трехчастными построениями, фразами, куплетной формой.

На коротких и доступных произведениях ознакомление с понятием «вступление» (построение, предшествующее началу движения). После вступления – самостоятельно, без словесного указания педагога начинать движение, ощущая первую сильную долю.

Уметь координировать движения, расслабить мышцы (особенно рук верхнего плечевого пояса) после напряжения. Согласовывать движения со строением музыкального произведения (четко начинать и менять движения по частям, фразам, ощущая их окончание). При ходьбе держать корпус прямо, не опускать головы, не шаркать ногами, соблюдать координацию движений (рук, ног). Освоить виды ходьбы: обычный шаг с «подушечки», с носка, на носках, пружинный шаг, шаг с высоким подъемом ног. При беге корпус несколько наклонять вперед, движение рук свободно, без напряжения. Освоить виды бега: легкий, пружинный, широкий, с высоким подъемом ног.

Второй год обучения

После второго года обучения, занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, гимнастические танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания на фитбольном мяче этого года обучения.

Формы подведения итогов и способы проверки результативности

Результаты педагогических наблюдений

Мониторинг освоения Программы осуществляется педагогом дополнительного образования в начале и конце учебного года и оформляется в виде таблицы. Результаты отслеживаются педагогом в течение всего года непосредственно в образовательном процессе с целью индивидуализации образовательного процесса, учета склонностей, способностей и предпочтений воспитанников, и проводится открытое занятия, как отчетное мероприятие (2 раза в год) для родителей.

Формы выявления, фиксации и предъявления результатов:

Способы выявления результатов	Способы фиксации результатов	Способы предъявления результатов
Беседа, игровые диагностические задания, создание музыкально-игрового образа	Поощрительные призы (наклейки, открытки)	Результаты педагогических наблюдений открытое занятия

2. Учебный план

№п/п	Разделы программы	Всего часов	I год обучения		II год обучения	
			3-4		4-5	
			Теоретическая часть	Практическая часть	Теоретическая часть	Практическая часть
1	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	4	1	5	1	5
2	Партерная гимнастика	3	1	8	1	8
3	Фитбол-аэробика	3	1	10	1	10
4	Танцевальные этюды	15	6	14	4	5
5	Музыкально-подвижные игры	4	1	7	2	7
6	Итого:	54	10	44	9	45

3. Календарный учебный график

Календарный учебный график по дополнительной общеобразовательной программе

«Танцевальная гимнастика» для детей 3-5 лет на 2025-2026 учебный год.

Содержание	Возрастные группы	
	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)
	Учебный период	
Календарная продолжительность учебного периода	С 01 октября 2025 года по 30 апреля 2026 года	
	27 недель	
Объем недельной образовательной нагрузки	30 минут	40 минут
Объем годовой образовательной нагрузки	54	54
1 полугодие	24	24
2 полугодие	30	30
Праздничные дни	3, 4 ноября 2025г., с 30 декабря - 8 января 2026г., 23 февраля, 8 марта 2026г..	

4. Оценочные и методические материалы

Для проведения мониторинга освоения программы используются материалы из:
Фирилёва Ж. Е., Сайкина Е.Г., Танцевально-игровая гимнастика для детей Са-Фи-Дансе - СПб.:» Детство-пресс»

Кузьмина С.В., Сайкина Е. Г., Программно-методическое обеспечение занятий фитбол-аэробикой с детьми: -СПб: РГПУ им. А. И. Герцена.

Степень заинтересованности детей танцевальной гимнастикой

Проводится в форме беседы с детьми с целью выявить степень заинтересованности детей танцевальной гимнастикой.

Вопросы:

Любишь ли ты слушать музыку?

Есть ли у тебя дома СИ-диски/музыкальные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?

Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)

Какая самая любимая твоя песня? Танец?

Поете ли вы вместе с мамой, папой?

Танцуете ли вы с мамой, папой?

Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?

Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Анкетирование родителей проводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально-ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности.

Вопросы:

Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?

Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?

Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?

Понимает ли он содержание песен?

Передает ли в движении характер музыки, ритм?

Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?

В чем это выражается?

Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?

Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка: есть ли дома фонотека детской музыки?

Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?

Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-гимнастической деятельности:

«1» - Низкий уровень. Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности неглубокие, несодержательные, необъективные и немотивированные. Не использует движения под музыку в свободной деятельности.

«2» - Средний уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания. Предпринимает попытки

выразить в движении музыкальные образы. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности не всегда обоснованы. Самостоятельное, фрагментарное внесение танцевальных движений в свою деятельность.

«3» - Высокий уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности мотивированы, объективны, содержательны. Самостоятельная музыкально-ритмическая деятельность систематическая и устойчивая.

Диагностические игровые и танцевальные, гимнастические упражнения

Выявление качества музыкально-танцевальных движений:

Выполнение элементов танца:

Младшая группа - исполнить небольшой группой притопы одной ногой, хлопки в ладоши, кружение по одному.

Средняя группа - исполнить небольшой группой приставной шаг, шаг голоп, кружение по одному, прыжки на двух ногах, хоровод.

Выявление качества гимнастических упражнений:

Младшая группа — выполнение упражнения стоя на полупальцах руки в стороны, выполнение упражнения группировки сидя, сед ноги в стороны, группировка сидя на пятках.

Средняя группа - выполнение упражнения стоя на полупальцах руки в стороны и вверх, выполнение упражнения группировки сидя, сед ноги в стороны наклон вперед, группировка сидя на пятках, перекаты из упора присед, упражнение «кошечка», сед ноги вместе наклон вперед.

Создание музыкально-игрового образа:

Младшая группа - передать в движении образ кошки (“вся мохнатенька”).

Средняя группа - исполнить музыкально-игровой образ в развитии. Игра «Кот и мыши» (действовать выразительно и согласованно с музыкой).

Игровые диагностические задания для выявления особенностей воспроизведения детьми младшей и средней группы музыкальных образов в движении

Сюжетные этюды

Вначале следует образный рассказ, раскрывающий сюжет этюда. Затем исполняется музыка. Дети сами должны найти соответствующие движения, помогающие эмоционально передать игровой образ сюжета. Такие этюды могут быть выполнены небольшой группой детей или индивидуально.

Пример: «Подружки», музыка Т. Ломовой. Сюжет: пошли подружки в поле погулять, а там цветов красивых видимо-невидимо. Как зеленый ковер, трава расстилается, под теплым ветерком цветы головками кивают. Стали девочки цветы собирать — красный мак, белую ромашку, синие васильки, лиловые колокольчики, розовую кашку. Нарвали большие букеты и начали плести венки. Надели венки на голову — собой любуются. Притопнули каблучком и заплясали. Довольные прогулкой, пошли девочки обратно домой. Музыка представляет собой 3-х частную форму, предполагающую действия: 1 часть — прогулка, сбор цветов, плетение венков, 2 часть — веселый перепляс и 3 часть — ходьба.

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты:

- интерес ребенка к заданию;
- готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию;

- понимание и переживание музыкального образа в исполняемом этюде, адекватность его передачи в движении;
- владение танцевальными умениями;
- нестереотипность танцевальной импровизации.

Уровни развития танцевальных навыков.

«1» - **Низкий уровень.** Не умеют технически точно, легко и выразительно выполнять танцевальные и имитационные движения.

«2» - **Средний уровень.** Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

«3» - **Высокий уровень.** Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами. Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

Уровни развития гимнастических навыков.

«1» - **Низкий уровень.** Не умеют технически точно выполнять упражнение.

«2» - **Средний уровень.** Упражнение выполняются довольно точно с небольшими ошибками.

«3» - **Высокий уровень.** Прочно владеют техникой выполнения упражнения.

Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями

«1» - **Низкий уровень** - смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

«2» - **Средний уровень** - производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

«3» - **Высокий уровень** - ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

Уровень ритмического слуха

«1» - **Низкий уровень** - не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

«2» - **Средний уровень** - чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

«3» - **Высокий уровень** - ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

Уровень качества танцевально-гимнастических движений, координированности

«1» - **Низкий уровень** - не справляется с заданием.

«2» - **Средний уровень** - использует стандартные ритмические рисунки;

«3» - **Высокий уровень** - ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки.

Уровень артистичности и творчества в танце

«1» - **Низкий уровень** - движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

«2» - **Средний уровень** - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

«3» - **Высокий уровень** - движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений.

Оценка результатов:

- низкий уровень (1 балл)
- средний уровень (2 балла)
- высокий уровень (3 балла)

Группа №

[illegible]

- низкий уровень (1 балл)
- средний уровень (2 балла)
- высокий уровень (3 балла)

Список использованной и рекомендуемой литературы.

1. Барышникова Т. К., Азбука хореографии; С. - П. «Респекс» «Люкси» 1996г.
2. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. Вып. 1, 2. – М.: Музыка, 1978.
3. Пуртова Т. В., Беликова А. П., Кветная О. В. Учите детей танцевать, «Владос», - М. 2004г.
4. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике: 1 кл. – М.: Музыка, 1995.
5. Франио Г. Методическое пособие по ритмике: 2кл. – М.: Музыка, 1996.
6. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1990.
7. Федотова С. Г., Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств, - М. 2003г.
8. Яновская В. Ритмика. – М.: Музыка, 1979.
9. Фирилёва Ж. Е. , Сайкина Е.Г., Танцевально-игровая гимнастика для детей Са-Фи-Дансе.-СПб.:» Детство-пресс»
10. Кузьмина С.В., Сайкина Е. Г. ,Программно-методическое обеспечение занятий фитбол-аэробикой с детьми:-СПб.:РГПУ им. А. И. Герцена.
11. Электронные ресурсы
12. <https://horeograliya.com/index.php?id=4243&route=information/article> программа «Азбука танца» Ольги Киенко.