

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад №254»
344 033 г. Ростов-на-Дону, ул. Магнитогорская 7/1, тел./фак.242-01-73

Согласовано
на педагогическом Совете
Протокол № 1
от 31.08.2023

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №254
_____ Волощенко Т.Н.
приказ № 143-ОД от 31.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа платной образовательной услуги
танцевальный кружок
(по программе дошкольного образования «Са-Фи-Дансе»
под редакцией Ж.Е.Фирилевой, Е.Г.Сайкиной) на 2023-2024 учебный год

Разработчик программы;
Кобзева С.Ю.

г. Ростов-на-Дону
2023г.

Цель:

- воспитанник работоспособный, физически подготовленный и гармонически развитый средствами танцевально-игровой гимнастики

Задачи:**1. Укреплять здоровье:**

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- формировать правильную осанку;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.

2. 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.

3. Развивать творческих и созидательных способностей воспитанников:

- 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.

Виды занятий:

Занятия делятся на несколько видов:

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На уроке может быть введено не более 2-3 комбинаций.
2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторях выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.
3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.
4. Импровизационная работа. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Содержание программы

Октябрь

ДНИ	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Объем
октябрь	<i>Строевые упражнения:</i> • построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики») • приставные шаги в сторону • шаг с подскоком <i>Игроритмика</i> • хлопки в такт музыки	Построение врассыпную <i>Танцевальные шаги</i> • шаг с носка, на носках <i>Общеразвивающие упражнения без предмета:</i> • основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку • основные движения туловищем и головой <i>Музыкально – подвижная игра «Найди свое место»</i>	<i>Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные:</i> поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе	2
	<i>Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»</i> <i>Строевые упражнения:</i> • построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра) <i>Игроритмика</i> • ходьба сидя на стуле • хлопки в такт музыки	<i>Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами</i> <i>Танцевальные шаги</i> Комбинации из танцевальных шагов <i>Подвижная игра «»</i>	<i>Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.</i> Релаксация «Спокойный сон»	2
	<i>Строевые упражнения:</i> • построение в шеренгу, в круг • приставные шаги в сторону • шаг с подскоком	<i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> • упражнения с султанчиками • «У оленя дом большой» <i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i>	<i>Имитационно – образные упражнения на осанку</i> • «столбик» • «палочка»	2

	Сюжетное занятие «Осенняя прогулка» 1. <i>Ритмический танец «Осенний марафон»</i> 2. <i>Общеразвивающие упражнения с осенними листьями</i> 3. <i>Танцевальная композиция «Осенние принцессы»</i> 4. <i>Танцевальная композиция «Дождя не боимся»</i> 5. <i>Музыкально – подвижная игра «Солнышко и дождик»</i> 6. <i>Игра «Подуй на осенний листочек»</i>	2
--	--	---

Ноябрь

Дата	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Объем
Ноябрь	Музыкально – подвижная игра по ритмике Построение врассыпную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении	<i>Ритмический танец. «Если весело живется ...»</i> <i>Акробатические упражнения</i> Комбинация в образно – игровых действиях • группировка лежа на спине («качалочка») • перекатом вперед сед на ноги врозь («буратино») • лечь на спину, руки вверх («бревнышко») – перекаты вправо, (влево) <i>Подвижная игра «Зайчики и волк»</i>	<i>Имитационно – образные упражнения в расслаблении Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего»</i>	1
	Музыкально – подвижная игра «Все по местам»	<i>Танцевальные шаги</i> • шаг с носка, на носках <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Воздушные шары»</i> <i>Подвижная игра «Охотник и обезьяны»</i> <i>Музыкально-ритмическая композиция «Звериный разговор»</i>	<i>Пальчиковая гимнастика</i> Выполнение фигурок из пальчиков • круг • очки • домик	2

	Музыкально – подвижная игра по ритмике Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под звуки польки все прыгают. Побеждают те, кто не ошибется в задании.	Общеразвивающие упражнения на стуле Ритмический танец: «Цветы для мамы» Музыкально – подвижная игра «Найди свое место в кругу»	Имитационно – образные упражнения на дыхание • «Насос» • «Шарик красный надуваем» • «Плаваем»	2
	Строевые упражнения: • построение в колонну • перестроение в круг Игроритмика Различие динамики звука «громко – тихо» На громкую музыку – увеличение круга шагами назад от центра, на тихую музыку – уменьшение круга шагами вперед к центру.	Акробатические упражнения Комбинация в образно – игровых действиях • группировка лежа на спине («качалочка») • перекатом вперед сед на ноги врозь («буратино») • лечь на спину, руки вверх («бровнышко») – перскаты вправо, (влево) Музыкально – подвижная игра «Эхо»	Упражнения на расслабление мышц Потряхивания кистями рук – «воробушки полетели»	2

Декабрь

Дата	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Объем
декабрь	Креативная гимнастика Импровизация движений под музыку Музыкально – подвижная игра «Эхо»	Подвижная игра «Перемсна мест» Ритмический танец. «Лавота» Построение в круг. «Галоп шестерками» на приставном шаге. Подвижная игра «Квас»	Пальчиковая гимнастика Выполнение фигурок из пальчиков • бинокль • лодочка • цепочка	2
	Строевые упражнения: Построение в круг Игроритмика Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет	Танцевальные шаги Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком Танцевально – ритмическая гимнастика «Снежинки» Ритмический танец: «Танец сидя» Подвижная игра «Чехарда»	Креативная гимнастика «Море волнуется»	2

	<i>Креативная гимнастика «Создай образ»</i> Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа	<i>Общеразвивающие упражнения с гантелями</i> <i>Игропластика</i> Специальные упражнения для развития силы мышц Морские фигуры • морская звезда • морской конек • краб • дельфин <i>Ритмический танец. «Все спортом занимаются»</i>	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: имитационно – образные упражнения «вороны»</i>	2
	Сюжетное занятие «Путешествие в зимний сказочный лес» 1. Ходьба, бег, прыжки, поскоки между снежинками 2. Танцевальная композиция со снежинками 3. Музыкально – подвижная игра • «Снежки» • «Роботы и звездочки» • «На оленьих упряжках» • «Снежные карусели» 4. Снежные Фигуры			2

Январь

Дата	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Объем
январь	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в шеренгу и колонну по распоряжению <i>Игроритмика</i> Различие динамики звука	<i>Игропластика</i> Специальные упражнения для развития гибкости – морские фигуры • улитка • морской лев • медуза • уж <i>Ритмический танец. «Рок-н-ролл»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Отгадай, чей голосок»</i>	<i>Дыхательные упражнения</i> • «Насос» • «Волны шипят» • «Ныряние» • «Подуем»	2

	<i>Строевые упражнения:</i> Перестроение из одной шеренги в несколько до ориентира <i>Игроритмика</i> Бег по кругу и ориентирам («змейкой»)	<i>Акробатика</i> Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях: • «Ванька – встанька» • «Мальвина – балерина» • «солдатики» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Хоровод» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Мы веселые ребята»	<i>Акробатика</i> Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях: • «ласточка» • «березка»	2
	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в рассыпную <i>Игроритмика</i> Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения наклона, приседа, маха и т.д.)	<i>Хореографические упражнения</i> • танцевальные позиции рук • полуприседы • подъемы на носки <i>Ритмический танец.</i> «Мы пойдем сначала вправо» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Воздушная кукуруза» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Два мороза»	<i>Релаксация</i> «На облаке»	2
	Сюжетное занятие «В мире сказок и приключений» 1. Сказочный лес: • переход через речку • по болоту • в пещере • переплывите через озеро 2. Сказочная зарядка 3. Ритмический танец «Бабка Ежка» 4. Музыкально – подвижная игра «Колдун»			2

Февраль

Дата	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Объем
февраль	Акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибание <i>Креативная гимнастика.</i> Творческая игра «Кто я?»	<i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую»</i> <i>Ритмический танец. «Каравай»</i> <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Кузнечики»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Совушка»</i>	<i>Игропластика. Специальные упражнения на развитие силы мышц</i> • «змея» • «ежик»	2
	<i>Строевые упражнения:</i> «Солдатики» <i>Игроритмика</i> Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта	<i>Танцевально – ритмическая гимнастика «С платочками»</i> <i>Ритмический танец. «Цветные ленточки»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Ленточки – хвосты»</i>	<i>Пальчиковая гимнастика «Дружат наши пальчики»</i>	2
	Сюжетное занятие «Аты – баты мы солдаты!» 1. Парад военных 2. Упражнения с флажками «Сигнальщики» 3. Полоса препятствий 4. Ритмический танец «Салютики» 5. Ритмический танец «Синий платочек»			2
	<i>Строевые упражнения:</i> • передвижение по кругу шагом и бегом Бег по кругу и по ориентирам <i>Игроритмика</i> Удары ногой на каждый счет и через счет	<i>Танцевальные шаги. Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мягкими игрушками</i> <i>Ритмический танец. «Веселые игрушки»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Золотые ворота»</i>	<i>Креативная гимнастика Специальные игровые задания «Магазин игрушек»</i>	2

Март

дата	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	объем
март	<i>Строевые упражнения:</i> • построение в шеренгу • повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях «Лижники» <i>Хореографические упражнения</i> • поклон для мальчиков • реверанс для девочек	<i>Игропластика</i> • «велосипед» • «морская звезда» • «орешек» • «кобра» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Часики»</i> <i>Ритмический танец. Полька «Добрый жук»</i>	<i>Игропластика</i> Упражнения для развития гибкости • «волшебник» • «змея» • «котенок» • «по-турецки»	2
	<i>Сюжетное занятие «Мамин день»</i> 1. <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Букет для мамы»</i> 2. <i>Ритмический танец «Сюрприз»</i> 3. <i>Пластические этюды «Фигуры»</i>			2
	<i>Игра «Поезд»</i> <i>Игроритмика.</i> На воспроизведение динамики звука. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.	<i>Общеразвивающие упражнения с обручами.</i> <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»</i> <i>Ритмический танец «Зарядка - Латина»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Аквариум»</i>	<i>Игропластика.</i> Круговые движения кистями и пальцами рук • «оса» • «вертолет»	2
	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в рассыпную <i>Общеразвивающие упражнения без предмета.</i> Сочетание упоров с движениями ногами (упор присев, упор сидя, упор стоя на коленях, упор лежа)	<i>Акробатические упражнения.</i> • группировка в положении сидя, лежа • перекаты вперед, назад • перекаты вправо, влево <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика»</i> <i>Ритмический танец «Макарена»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» (с домиками)</i>	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки</i> Контрастные движения руками на напряжение и расслабление	2

Апрель

дата	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	объем
апрель	Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг.	Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика» Танцевальные шаги прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад Ритмический танец. «Шуточный рок-н-ролл» Музыкально – подвижная игра «Горелки»	Игропластика. Упражнения для развитие мышечной силы в заданиях.	2
	Музыкально – подвижная игра «Замри-отомри» Игроритмика - ходьба на каждый счет и через счет с хлопками - построение по ориентирам	Танцевальные шаги Переменный и русский хороводный шаги Общеразвивающие упражнения с гантелями Ритмический танец «Бабка-Ежка» Музыкально – подвижная игра «Усни-трава»	Креативная гимнастика. Специальные игрозадания «Художественная галерея	2
	Танцевальные шаги: шаг галопа вперед и в сторону Музыкально – подвижная игра «К своим флажкам»	Танцевально – ритмическая гимнастика «С платочком» Ритмический танец «Кремена» Подвижная игра «День – ночь»	Упражнения на расслабление мышц «медузы» «звездочка»	2
	Строевые упражнения: - перестроение в две колонны - в два круга	Акробатические упражнения. Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук Танцевально – ритмическая гимнастика «Приходи сказка» Ритмический танец «Русский хоровод» Музыкально – подвижная игра «Ручейки и озера»	Игропластика. Специальные упражнения на развитие мышечной силы «укрепи животик» «укрепи спинку»	2

30.04	Музыкально – подвижная игра «Замри-отомри» <i>Игроритмика</i> • ходьба на каждый счет и через счет с хлопками • построение по ориентирам	Танцевальные шаги Переменный и русский хороводный шаги <i>Общеразвивающие упражнения с гантелями</i> <i>Ритмический танец «Бабка-Ежка»</i> Музыкально – подвижная игра «Усни-трав»	Креативная гимнастика. Специальные игроздания «Художественная галерея	1
-------	---	---	---	---

Май

Дата	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	объем
май	Сюжетное занятие «День Победы» 1. Военный парад 2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Сигнальщики» 3. Игры-эстафеты 4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Синий платочек»			2
	<i>Строевые упражнения:</i> <i>Игроритмика.</i> Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно	<i>Акробатические упражнения</i> • «ежик» • «кузнечик» • «колобок» • «ласточка» <i>Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками</i> <i>Ритмический танец: «Полька»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Веселый бубен»</i>	<i>Креативная гимнастика «Ай, да я!»</i> <i>Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения</i>	2
	<i>Сюжетное занятие «В мире музыки и танца»</i> 1. Ритмический танец «Веселая разминка» 2. Танцевально – ритмическая композиция «Олимпиада» 3. Ритмический танец «Карнавал», «Дружба» 4. Музыкально – подвижная игра «Затейники» 5. Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше меня»			2

	<i>Креативная гимнастика.</i> Специальные задания «Танцевальный вечер»	<i>Танцевальные шаги.</i> Комбинации на изученных танцевальных шагах <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка»</i> <i>Бальный танец «Падеграс»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Музыкальные змейки»</i>	<i>Игропластика</i> Упражнения для развития гибкости • «бабочка» • «звездочка» • «рыбка» • «лягушка»	2
ИТОГО				64 часа