

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр детского (юношеского) технического творчества
Кировского района Санкт – Петербурга
198095, Санкт-Петербург, ул. Маршала Говорова, д. 34, литер 3

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2017 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 109 от «31» 08 2017 г.
Директор ГБУ ДО ЦДЮТТ
Е.С. Ясинская



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«АЗБУКА СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА»

Возраст учащихся: 3-6 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Журавель В.В.,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*Интонация, мелодия, лад, ритм, гармония
отражают окружающую нас действительность-природу, мир человеческих чувств, историю,
будущее человечества.
В. Сухомлинский*

На сегодняшний день стремление к всестороннему развитию детей набирает всё большую популярность в нашей стране, родители стремятся всесторонне развивать своего ребёнка прямо с самого рождения, и в этом есть рациональное зерно, ведь успешное будущее закладывается в первые шесть лет жизни.

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука современного танца» рассчитана на детей дошкольного возраста.

Занимаясь по данной программе, дети знакомятся с основами физической культуры, ритмопластикой и основами танцевальной техники.

Программный материал изложен с учетом психофизических особенностей дошкольников: слабого развития мышц, быстрой утомляемости, чрезвычайной подвижности, неумения длительное время удерживать внимание на предмете. Поэтому предусматривается осторожное увеличение нагрузки, чередование быстрых и медленных темпов, переключение внимания на тренинг и игру.

В силу особенностей возраста в программу включены подвижные игры.

Программа создает необходимые условия для формирования основ танцевальной культуры детей.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Уровень освоения программы - общекультурный.

Актуальность программы

В Концепции развития дополнительного образования (2014 г.) обозначена важность создания условий для творческого развития и удовлетворения личностных потребностей детей.

Дополнительное образование изначально ориентировано на свободный выбор ребенком видов и форм деятельности, формирование его собственных представлений о мире, развитие способностей. Данная программа предназначена для занятий в студии современного танца с детьми дошкольного возраста, не имеющих ярко выраженных танцевальных способностей, но проявляющих живой интерес к искусству танца.

Актуальность обусловлена тем, что в настоящее время особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Большое значение имеет укрепление психического и физического здоровья ребенка, его общее эстетическое, моральное и физическое развитие.

По мере реализации программы «Азбука современного танца» дети:

- ✓ Получают представление о современном танцевальном искусстве.
- ✓ Изучают базовые движения современных танцевальных направлений.
- ✓ Приобретают опыт в исполнении современного танца, который содействует яркому выявлению творческой индивидуальности ребенка.

Адресат программы

В детское объединение принимаются девочки и мальчики в возрасте от 4 до 6 лет. Участником

танцевального коллектива может стать любой ребенок, пожелавший заниматься современным танцем, подходящий по возрасту. Специальной подготовки не требуется.

Цель программы – физическое развитие ребенка, самореализация личности учащегося через занятия танцами.

Для достижения цели программы решаются **следующие задачи**:

Обучающие:

- ✓ ознакомить с миром танцевального искусства;
- ✓ ознакомить с танцевальной терминологией;
- ✓ обучать базовым танцевальным элементам движений современных направлений;
- ✓ формировать навыки актерской выразительности, сольного и ансамблевого исполнения;
- ✓ обучать самостоятельно придумывать новые танцевальные движения;
- ✓ обучать выполнению комплексов физических упражнений

Развивающие:

- ✓ развивать гибкость, ловкость, равновесие, скоростные качества;
- ✓ развивать музыкально-ритмическую координацию;
- ✓ способствовать овладению приемами музыкально-двигательной выразительности, развивать навыки пластического движения, музыкально-двигательную память;
- ✓ формировать правильную осанку;
- ✓ развивать внимание;
- ✓ развивать двигательное воображение;
- ✓ развивать образное мышление;
- ✓ развивать творческие способности.

Воспитательные:

- ✓ воспитывать чувство ответственности;
- ✓ воспитывать самостоятельность;
- ✓ формировать целеустремленность, мотивацию к работе на результат;
- ✓ формировать чувство коллективизма;
- ✓ формировать положительное отношение к процессу обучения;
- ✓ воспитывать волевые качества;
- ✓ воспитывать способность к самоконтролю;
- ✓ воспитывать способность к адекватной самооценке учебных достижений
- ✓ воспитывать коммуникабельность и доброжелательность с членами коллектива;
- ✓ формировать установку на здоровый образ жизни и физическое самосовершенствование

Объем и сроки реализации программы

Программа реализуется в течение одного года в объеме 64 ч.

Условия реализации программы

Прием в коллектив осуществляется на основании заявления родителей. Запись ведется без тестирования. Пол значения не имеет. Обучающиеся должны иметь медицинское заключение от лечащего врача о допуске к занятиям современными танцами.

Реализация программы осуществляется на платной основе.

Состав группы разновозрастной.

Наполняемость группы – до 10 человек.

Форма проведения занятий

Основными формами занятий по данной программе являются практическое и комбинированное занятия (сочетание теоретической и практической частей), показательные

выступления, открытые занятия для родителей. Данные формы наиболее оптимальны для детей дошкольного возраста, т.к. являются практикоориентированными и позволяют поддерживать интерес учащихся на всем протяжении занятия.

Структура занятия включает:

- ✓ задания на умеренную моторную двигательную активность.
- ✓ задания с большей двигательной активностью, разучивание нового материала.
- ✓ музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановления дыхания.

Формы организации деятельности детей на занятии: фронтальная (беседа, показ, объяснение), коллективная (выполнение коллективных этюдов, выступления), групповая (выполнение упражнений в малых группах), индивидуальная в рамках фронтальной (при выполнении дифференцированных заданий).

Материально-техническое оснащение

- ✓ Ковер;
- ✓ Музыкальный центр;
- ✓ CD диски с классической, современной и др. музыкой
- ✓ Гимнастические коврики для выполнения упражнений на полу.

Планируемые результаты по окончании обучения:

Предметные:

- ✓ Знание танцевальной терминологии;
- ✓ Знание базовых движений изучаемых танцевальных направлений;
- ✓ Знание основ актерского мастерства;
- ✓ Умение правильно выполнять танцевальные движения современных танцевальных направлений;
- ✓ Способность самостоятельно придумывать новые движения;
- ✓ Умение выражать эмоционально-зримые образы музыки посредством пластических этюдов, композиций;
- ✓ Умение исполнить упражнения на координацию корпуса, рук, ног, головы;
- ✓ Способность слышать темп и ритм музыки;
- ✓ Умение создавать музыкально-двигательный образ;
- ✓ Владение элементами сценического действия, как средством выражения своих мыслей, чувств и физических ощущений;
- ✓ Знание основных комплексов физических упражнений и умение их правильно выполнять

Метапредметные:

- ✓ Развитие гибкости, ловкости, равновесия, скоростных качеств;
- ✓ Сформированность адекватной самооценки учебных достижений;
- ✓ Освоение способов решения проблем творческого характера;
- ✓ Получение опыта организации собственной деятельности на основе сформированных регулятивных учебных действий

Личностные:

- ✓ Проявление коммуникабельности и доброжелательности с членами коллектива;
- ✓ Наличие мотивации к работе на результат;
- ✓ Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- ✓ Приобретение навыков сотрудничества, содержательного и бесконфликтного участия в совместной учебной деятельности;
- ✓ Стремление к физическому самосовершенствованию;
- ✓ Сформированность чувства ответственности;
- ✓ Развитие самостоятельности;

- ✓ Способность к волевому усилию, самоконтролю;
- ✓ Положительное отношение к процессу обучения

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
	Теория	Практика	Всего	
Вводное занятие	0,5	0,5	1	практическая работа (выполнение упражнений)
Раздел 1. Физическая подготовка	0,5	9,5	10	

Тема 1.1. Разминка	0	1	1	практическая работа (выполнение упражнений)
Тема 1.2. Укрепление плечевого пояса и мышц рук	0	2	2	практическая работа (выполнение упражнений)
Тема 1.3. Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц.	0	2	2	практическая работа (выполнение упражнений)
Тема 1.4. Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки	0	2	2	практическая работа
Тема 1.5. Дыхательная гимнастика	0,5	0,5	1	практическая работа (выполнение упражнений)
Тема 1.6. Стрейтчинг	0	1	1	практическая работа (выполнение упражнений)
Тема 1.7. Расслабление	0	1	1	практическая работа (выполнение упражнений)
Раздел 2. Музыкальное движение	4	40	44	
Тема 2.1. Пространственная ориентация	1	6	7	практическая работа
Тема 2.2. Музыкально – ритмическое воспитание	1	10	11	практическая работа (выполнение упражнений)
Тема 2.3. Приемы музыкально-двигательной выразительности	1	12	13	практическая работа (выполнение упражнений)
Тема 2.4. Учимся танцевать	1	12	13	практическая работа
Раздел 3. Подвижные игры	0	8	8	
Тема 3.1. Давайте поиграем	0	4	4	игра

Тема 3.2 Игры в одном, двух или нескольких кругах	0	4	4	игра
Итоговое занятие	0	1	1	творческий отчет
Итого часов	5	59	64	

**Кал
енда
рны**

й учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	01.10.	31.05.	32	64	2 раза в неделю по 1 часу

Рабочая программа

Содержание программы I года обучения

Вводное занятие

- ✓ Основные музыкальные понятия: музыкальные размеры, музыкальная фраза, сильные и слабые доли.

Практическая работа:

- Выполнение упражнения «Ассоциации» - направленного на развитие эмоционального восприятия музыки (см. приложение № 1).
- Выполнение упражнения «Пантомима» - направленного на умение слушать, слышать, воспринимать (см. приложение № 1).
- Выполнение упражнений, направленных на развитие воображения и фантазии.

Раздел № 1. Физическая подготовка

Тема 1.1. Разминка

Практическая работа:

Выполнение упражнений, направленных на разогрев мелких группы мышц.

- Упражнения для мышц шеи: наклоны головы вперед, вправо, влево. Запрокидывание головы назад.
- Упражнения для кистей и пальцев рук: сгибание кистей вниз, вверх; круговые движения; движение рук из стороны в сторону.
- Прогибы корпуса в направлении вперед, назад, в сторону.
- Акцентированная ходьба с движением рук.
- Бег.
- Махи ногой в сторону, вперед, назад.
- Приседания.
- Упражнения на координацию.
- Круговые движения руками.

Тема 1.2. Укрепление плечевого пояса и мышц рук

Практическая работа:

- Отжимание.
- Упражнения для плечевого пресса.
- Боковой подъем рук.
- Концентрированные сгибания рук в положениях сидя, стоя.
- Пульсирующие сгибания рук.

Тема 1.3. Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц

Практическая работа:

- Приседание «плие».
- Приседания на одной ноге.
- Сгибание ног лежа.
- Упражнение «велосипед», «ножницы», «цифры».
- Лежа на спине, подъем ягодиц вверх.

Тема 1.4. Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки

Практическая работа:

- Вдавливание поясницы.
- Наклоны «квадратик».
- Полный наклон.
- Перекаты.
- Лежа на животе, прогибы назад, «лодочка».
- Упражнение «Кошечка».
- Группировка.
- Упражнения на пресс.

Тема 1.5. Дыхательная гимнастика

- ✓ Как мы дышим?
- ✓ Общие правила выполнения дыхательных упражнений.
- ✓ Как дышать – через рот или нос? Частота дыхания. Как удлинять выдох.

Практическая работа:

- Звуко – двигательные дыхательные упражнения.
- Игры, позволяющие закрепить привычку удлинять выдох.

- Упражнения на восстановление дыхания.

Тема 1.6. Стрейтчинг

Практическая работа:

Выполнение комплекса поз, обеспечивающих наилучшие условия для растягивания мышц и увеличения подвижности суставов:

- Растягивания в шпагат.
- Прогибы.
- «Бабочка».
- «Лотос».
- «Лягушка».

Выполнение комплекса поз с выдерживанием их 30 секунд.

Тема 1.7. Расслабление

Практическая работа:

- Упражнение «Куколка», направленное на постепенное расслабление.
- Полное расслабление - « музыкальная релаксация».

Раздел 2. Музыкальное движение

Тема 2.1. Пространственная ориентация

- ✓ Понятие пространственной ориентации, мизансцены.

Практическая работа:

- Пространственные построения: линия, шеренга, колонна, круг (внутренний, внешний), диагональ, интервал.
- Построение мизансцены: продольная, поперечная, диагональная, по кривой линии, вертикальная.
- Проведение игры «Знай свое место».

Тема 2.2. Музыкально-ритмическое воспитание

- ✓ Понятия «темп» и «ритм».
- ✓ Танцевальный шаг.

Практическая работа:

- Выполнение упражнения «Аплодисменты» - направленного на развитие чувства ритма (см. приложение № 1) .
- Импровизация танцевальных композиций.
- Вытягивание ноги вперед, в сторону, назад из первой позиции.
- Вытягивание носка вперед и натягивание носка на себя.
- Ходьба по часовой стрелке, против часовой стрелки с левой ноги, с правой ноги; шаги с хлопком на сильную долю; шаги на полупальцах; на пятках, переменный шаг, шаг с поднятым бедром. Шаг с акцентом на сильную долю.
- Бег с замедлением и ускорением.
- Бег на месте, в продвижении по диагонали с отбрасыванием ног от колена назад с вытянутой стопой.
- Переступание из стороны в сторону.
- Притоп с хлопками в ладоши.
- Притоп в комбинации с шагами вперед, в сторону, назад.
- Подскоки.
- Пространственные построения: линия, шеренга, колонна, круг (внутренний, внешний), диагональ, интервал.

Тема 2.3. Приемы музыкально-двигательной выразительности

✓ Приемы музыкально-двигательной выразительности:

пружинные движения,
маховые движения,
плавные движения,

движения эмоционально-динамического характера.

Практическая работа:

- Выполнение упражнений «Кукловод», «Кривое зеркало» и любых других упражнений, направленных на развитие двигательной памяти и памяти о тактильных ощущениях (см. приложение № 1).

Освоение пружинных движений:

- Приседания.
- Полуприседания.
- Пружинное движение ногами - полуприсед, с последующим подъемом на носки.
- Прыжковые движения: подпрыгивание на двух ногах; подскоки с ноги на ногу; легкие подскоки; сильные подскоки.
- Выполнение упражнения “Попрыгунчики” (пружинное подпрыгивание).
- Полуприседание напряженное, полуприседание пружинное; для ступни; выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене и т. д.
- Пружинное движение руками – руки в стороны, сгибание руки одновременно во всех суставах, прижать локти к бокам, кисти в стороны. Разогнуть руки в стороны, подняв кисти вверх.

Освоение маховых движений:

- Поднятие ноги с вытянутым носком вперед, в сторону до прямого угла.

Освоение плавных движений:

- Выполнение упражнения “Тугая резинка” (плавное полуприседание).
- Выполнение упражнения “Морская волна” (плавное движение рук).

(Движения исполняются слитно, то есть между движением вниз и вверх или вперед и назад остановок не делается).

Основные движения эмоционально-динамического характера:

- Ходьба: спокойно-сдержанная; неторопливая; высоко поднимая колени; бодрая; различного характера (высокий и осторожный шаг); с продвижением вперед и на месте; на полупальцах; плавная; топающий шаг на всей ступне; пружинный шаг; высокий и тихий шаг; решительный и настороженный шаг.
- Бег: легкий; неторопливый танцевальный, стремительный, широкий; легкий пружинный, пружинный с прыжками; на месте и стремительный.
(Задача - учить изменять характер бега.)
- Выполнение упражнения “Ускоряй и замедляй”.
- Выполнение упражнения “То бегом, то шагом”.
- Подготовка к вращениям – повороты из стороны в сторону на 180°.
- Вращения по диагонали.

Тема 2.4. Учимся танцевать

✓ Что такое танец.

✓ Какие виды танцев существуют.

Практическая работа:

- Выполнение упражнений «Кукловод», «Кривое зеркало» и любых других упражнений, направленных на развитие двигательной памяти и памяти о тактильных ощущениях.
- Изучение танцевальных комбинаций.
- Сольная импровизация движений.
- Парная и групповая синхронная импровизация движений.
- Выполнение упражнения «Музыкальная комедия».

- Подпрыгивания.
- Скольжения, «слайды».
- Изолированные движения отдельными частями тела.
- Движения, передающие эмоции.
- Комбинации широких шагов, наклонов.
- Простые поддержки.
- «Контактные» комбинации движений.
- Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Раздел 3. Подвижные игры.

Тема 3.1. Давайте поиграем!

Практическая работа:

- Проведение игр на внимание, ловкость; коллективных и т.д.

Тема 3.2 Игры в одном, двух и нескольких кругах

Практическая работа:

- Проведение игр в кругу.

Итоговое занятие

Практическая работа:

Творческий отчет (демонстрация танцевальных номеров – групповых и индивидуальных)

Календарно-тематическое планирование Группа №__

Дата занятия		Название раздела, темы	Всего (час)	Примечание
планируе мая	фактичес кая			
Вводное занятие			1	
Раздел 1. Физическая подготовка			10	
		<i>Тема 1.1. Разминка</i>	1	
		<i>Тема 1.2. Укрепление плечевого пояса и мышц рук</i>	2	
		<i>Тема 1.3. Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц.</i>	2	
		<i>Тема 1.4. Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки</i>	2	
		<i>Тема 1.5. Дыхательная гимнастика</i>	1	
		<i>Тема 1.6. Стрейтчинг</i>	1	
		<i>Тема 1.7. Расслабление</i>	1	
Раздел 2. Музыкальное движение			44	

		<i>Тема 2.1. Пространственная ориентация</i>	7	
		<i>Тема 2.2. Музыкально – ритмическое воспитание</i>	11	
		<i>Тема 2.3. Приемы музыкально-двигательной выразительности</i>	13	
		<i>Тема 2.4. Учимся танцевать</i>	13	

Раздел №3. Подвижные игры			8	
		Тема 3.1. Давайте поиграем	4	
		Тема 3.2 Игры в одном, двух или нескольких кругах	4	
Итоговое занятие			1	
		Открытое занятие	1	
64 занятия			64	

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Система контроля результативности обучения по программе

Вид контроля	Срок	Форма выявления	Форма фиксации	Форма предъявления результатов
ПРЕДМЕТНЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ				
<i>Входной</i>	Октябрь	Педагогическое наблюдение	Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ Тетрадь наблюдений педагога	Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ
<i>Текущий</i>	В течение учебного года	Анализ качества выполнения практической работы, наблюдение, беседа, опрос. Участие в мероприятиях ЦДЮТТ, выступления	Тетрадь наблюдений педагога. Видеоматериалы Отзывы	Тетрадь наблюдений педагога. Видеоматериалы Отзывы

<i>Промежуточный</i>	Декабрь	Анализ качества выполнения практической работы, опрос. Участие в мероприятиях ЦДЮТТ, выступления	Видеоматериалы Фотоматериалы Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	Видеоматериалы Фотоматериалы Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ
<i>Итоговый</i>	Май	Творческий отчет	Видеоматериалы Фотоматериалы Отзывы Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	Видеоматериалы Фотоматериалы Творческий отчет. Открытые занятия. Отзывы
ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА УЧАЩИХСЯ				
<i>Входной</i>	Октябрь	Педагогическое наблюдение	Информационная карта. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	Информационная карта Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ
<i>Текущий</i>	В течение учебного года	Педагогическое наблюдение	Тетрадь наблюдений педагога.	Тетрадь наблюдений педагога.
<i>Промежуточный</i>	Декабрь	Педагогическое наблюдение	Информационная карта. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	Информационная карта. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ
<i>Итоговый</i>	Май	Педагогическое наблюдение	Информационная карта. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	Творческий отчет. Открытые занятия. Информационная карта. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ

Универсальная диагностическая карта, разработанная для всех педагогов ЦДЮТТ, включает в себя образовательный и воспитательный компонент и содержит 6 параметров: самостоятельность при выполнении заданий, сложность выполненных заданий, качество выполнения заданий, культура поведения, творческие способности, активность на занятиях в коллективе. Каждый из параметров оценивается по 4-ём уровням: 2 балла - самый низкий уровень, 5 баллов – наивысший уровень.

Диагностика уровня личностного развития учащихся производится три раза в год по следующим параметрам: коммуникативные навыки и умение работать в коллективе; мотивация к обучению; ответственность; воля и целеустремленность; адекватность самооценки достижений; стремление к здоровому образу жизни.

Итоги диагностики педагог заносит в информационную карту, специально разработанную для данной программы, используя следующую шкалу:

Оценка параметров

Уровень

Начальный уровень - 1 балл

6- 8 баллов – начальный уровень

Средний уровень – 2 балла
Высокий уровень – 3 балла

9 – 15 баллов – средний уровень
16-18 баллов – высокий уровень

Методические материалы

Используемые методы, приемы, технологии

Методы:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, объяснение и т.д.)
- наглядный (наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.)
- практический (выполнение работ самостоятельно)
- объяснительно-иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают (запоминают) готовую информацию
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности, работая по шаблону;
- частично-поисковый – творческая работа по собственному замыслу.

Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности: творческие задания, комфортная среда занятия и др.

Методы воспитания: беседы, метод примера, педагогическое требование, побуждение, создание воспитательных ситуаций, соревнование, поощрение.

Методы контроля - контрольные задания в виде творческих заданий, выполнение упражнений, игры, выступление на праздниках и др.

Основные приемы – рассказ, беседа, пояснение, упражнение, практическая работа, самостоятельная работа, демонстрация практических приемов работы, творческая работа, элемент взаимообучения, коллективное обсуждение, устный обучающий контроль, игровой элемент.

Используются следующие современные педагогические технологии:

- Личностноориентированные технологии: подбор индивидуальных заданий с учётом интересов учащихся и их индивидуальных особенностей.
- Здоровьесберегающие технологии: выполнение упражнений физической подготовки, формирование установки на здоровый образ жизни и т.д.

Дидактические средства:

- Аудиозаписи разнообразной музыки
- Литература по тематике программы

Информационные источники

Список литературы для педагога:

1. Антонова Л. В. Фитнес и ваше здоровье - М.: Вече, 2008-192 с.
2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие для студентов вузов физической культуры/ Под ред. Е. Б. Мякинченко и М.П Шестакова – М.:СпортАкадемПресс, 2002-304с.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии / Т.Барышникова – СПб, 1996.
4. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: (упражнения, игры и пляски для детей).- М.:Просвещение, 1984.-288 с.
5. Березина В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007. - 511, с.
6. Божович Л.И. Личность и формирование её в детском возрасте.-М.: Просвещение, 1991.-346с.
7. Большая книга игр - М.: Эксмо,2007-512с.
8. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танцев для юных -М.:Эксмо,2003.-240с.
9. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов вузов / [Лебедев О.Е. и др.] ; Под ред. О. Е. Лебедева. - М. : Владос, 2003 (Петрозаводск : ГП Тип. им. П.Ф.Анохина). - 254 с. :
10. Дункан А. Танец будущего. Моя жизнь - Киев, 1989.
11. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп. образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М. : Владос, 2002. - 348, с.
12. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д. : Феникс, 2003. - 223 с. :
13. Захаров Р. Искусство балетмейстера - М., 1954.
14. Игры – Обучение, Тренинг, Досуг/Под. Ред.В.В Петрусинского, в четырех книгах –М.: Новая школа, 1994-368 с.
15. Калинина О.Н. Если хочешь воспитать успешную личность - научи её танцевать. Практическое пособие для детей раннего и дошкольного возраста - ИГ Апостроф, 2013.-84с.
16. Калинина О.Н. Прекрасный мир танца - ИГ Апостроф, 2012.-103с.
17. Каява Е.Е., Кондрашова Л.Н., Руднева С.Д. Музыкальные пляски и игры в детском саду: пособие для музыкальных руководителей детских садов. – 2е изд. – Л.: Государственное

учебное педагогическое издательство министерства просвещения РСФСР
Ленинградское отделение, 1963.-400с.

18. Кох И.Э. Основы сценического движения – Л., 1970.
19. Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А. Михайлова, Н.В. Воронина – Ярославль, 2000.
20. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поём, играем, танцуем дома и в саду. Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль: «Академия развития», 1998.-240с.
21. Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей дошкольного возраста. Сост. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н.Соевина.-М.:Просвещение,1981-158с.
22. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду: Книга для воспитателя и муз. руководителя дет. сада. Сост. Е.П. Раевская и др.-М.:Просвещение,1991.-222с.
23. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М. : ГИТИС, 2000. - 438с.
24. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М. : Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. - 158 с.
25. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей : Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М. : ВЛАДОС, 1999. - 541, [1] с.
26. Подвижные игры - М.: Мой Мир ГмбХ & Ко. КГ, 2007- 256с.: ил. (Азбука дошкольного воспитания).
27. Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста - СПб, 2000.
28. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкально-ритмические движения – М.: Просвещение, 1972.
29. Румнев А. О пантомиме - М., 1964.
30. Шереметьевская Н. Танец на эстраде – М.: Искусство, 1985.
31. Этикет. Самоучитель хороших манер; пер.с англ. О.П.Бурмакова.-М.:АСТ:, Астрель, 2009.- 413с.
32. Ястребов Ю. От замысла до художественного воплощения. Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности», №11 - М., 1978.

Список литературы для детей и родителей:

1. Антонова Л. В. Фитнес и ваше здоровье - М.: Вече, 2008-192 с.
2. Божович Л.И. Личность и формирование её в детском возрасте.-М.: Просвещение, 1991.-346с.
3. Большая книга игр - М.: Эксмо,2007-512с.
4. Игры – Обучение, Тренинг, Досуг/Под. Ред.В.В Петрусинского, в четырех книгах –М.: Новая школа, 1994-368 с.
5. Калинина О.Н. Если хочешь воспитать успешную личность-научи её танцевать. Практическое пособие для детей раннего и дошкольного возраста - ИГ Апостроф, 2013.-84с.
6. Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А.Михайлова, Н.В.Воронина – Ярославль, 2000.
7. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поём, играем, танцуем дома и в саду. Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль: «Академия развития», 1998.-240с.
8. Подвижные игры - М.: Мой Мир ГмбХ & Ко. КГ, 2007- 256с.: ил. (Азбука дошкольного воспитания).
9. Этикет. Самоучитель хороших манер; пер.с англ. О.П.Бурмакова.-М.:АСТ:, Астрель, 2009.- 413с.

Интернет-источники:

<http://www.7ya.ru/article/Igry-i-uprazhneniya-dlya-profilaktiki-i-ukrepleniya-oporno-dvigatel'nogo-apparata-doshkolnikov/> - игры и упражнения для профилактики и укрепления опорно-двигательного аппарата дошкольников
http://school4syzran.minobr63.ru/sp56/metod_razrab/guseva_opyt_raboty.pdf - Формирование у дошкольников музыкально-ритмических движений. Из опыта работы (Гусева С.В., Сызрань, 2015 г.)

Приложение 1

Методические материалы к разделу «Музыкальное движение»

Упражнение «Ассоциации»

Руководитель ставит подобранные мелодии (3-4, не более). Это могут быть отрывки из классических произведений и современной музыки.

Дети должны слушать музыку и записывать (зарисовывать) мысли и чувства, которые возникают у них во время прослушивания, ассоциативно. После прослушивания идет групповое обсуждение, каждый ребенок должен высказать свое эмоциональное восприятие данной прослушанной музыки.

Упражнение «Пантомима»

Дети разделяются на две группы. Руководитель дает прослушать музыку (музыка может быть самой разной: классической, танцевальной, современной эстрадной, из детских песен, сказок, фильмов). Дети внимательно слушают. Затем ведущий дает время (5-7 мин.) каждой команде, чтобы участники обдумали и посоветовались, что они будут изображать. Придуманная пантомима, сценка, в которой действующие лица не говорят, а выражают все с помощью жестов, мимики, и т.д. должна быть понятна другой группе.

После того как дети 5-7 мин. поразмышляют над заданием, руководитель еще раз дает прослушать музыку. В придуманной сценке дети отражают характер музыки.

Если музыка грустная, участники должны изобразить это движениями, жестами, обыграть это в сюжете.

Когда одна группа показывает, другая внимательно смотрит и пытается понять сценку. Проигрывает та команда, которая не сумела достаточно ясно отразить в своей сценке мелодию.

Упражнение «Аплодисменты»

Одна из самых простых музыкальных игр - на запоминание прохлопанного ритма.

Возможны несколько участников и ведущий. Первый из участников придумывает простейший ритм и прохлопывает его в ладоши. Следующий должен точно, без ошибки его повторить и придумать следующий ритм, который передается таким же образом дальше. И так по кругу.

Ритмы постепенно можно усложнять. Если кто-то не может повторить прохлопанный ритм с первого раза, ведущий должен попросить придумавшего этот ритм повторить его несколько раз. В этом есть определенная сложность для того, кто предлагает, задает пример - он не должен забывать и путаться при повторе, т.е. первоначальный ритмический отрывок должен быть сложным ровно на столько, насколько сам «автор» может точно его запомнить и воспроизвести.

Игру можно постепенно усложнять, вводя в ритмический рисунок простейшие возгласы и слова (например, «и раз!» , «раз, два, три» и т.д.) Можно использовать смешные присказки или поговорки, проговаривая их ритмически организованно.

Упражнение «Кукловод»

Руководитель (водящий) завязывает глаза ребенку и водит его как куклу, по несложному маршруту, держа за плечи, в полном молчании: 4-5 шагов вперед, остановка, поворот на право, 2 шага назад, поворот на лево, 5-6 шагов вперед и т.д. затем ребенку развязывают глаза, просят самостоятельно найти исходную точку маршрута и пройти его от начала до конца, вспоминая движения. Движения постепенно можно усложнять, увеличивая продолжительность маршрута и включая ряд не сложных физкультурных упражнений: согнуть руки, присесть, сделать полный оборот через левое, правое плечо и т.д.

Упражнение «Кривое зеркало»

Вариант 1.

Участники игры принимают различные позы. Водящий, посмотрев на них, должен запомнить и воспроизвести их после того, как все дети вернутся в исходное положение. Игру следует усложнять постепенно: сначала водящий повторяет позы одного игрока, затем количество игроков увеличивается.

Вариант 2.

Дети повторяют движения рук и ног за ведущим. Когда они запомнят очередь движений, повторяют их самостоятельно в обратном порядке.

Примеры движений:

присесть, встать, присесть, поднять руки, опустить руки.