Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
Дворец творчества детей и молодежи
муниципального образования г. Братска

РАССМОТРЕНО:
Заседание МС
МАУ ДО «ДТДиМ» МО г. Братска
Протокол № _11___
от «_29_» __05_____2023
Председатель МС,
зам. директора по НМР:
Коновалова О.Н.

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МАУ ДО «ДТДиМ»
МО г. Братска
Мельник О.В.
Приказ № _642_
от «_31__» __05_____2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 008BFCEDF5AF377DCE667DE393FBF139C4
Владелец: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ" МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА БРАТСКА
Действителен: с 22.12.2022 до 16.03.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ТАНЦУЮЩИЕ КАПРАПУЗЫ»

Направленность - художественная
Срок реализации –1 год
Возраст при поступлении – 2-3 года
Уровень – стартовый

Автор-разработчик
педагог дополнительного образования: Е.Г.Черных

Братск, 2023

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцующие карапузы» разработана на основании нормативно-правовых документов: Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20), Приказ Министерства образования и науки РФ № 816 от 23 августа 2017 г. «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», Приказ МАУ ДО «ДТДиМ» МО г. Братска № 326 от 01.04.2020 г. «Об утверждении положения об электронном обучении с применением дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеразвивающих программ муниципального автономного учреждения дополнительного образования Дворец творчества детей и молодежи города Братска».

В основу данной адаптированной программы «Танцующие карапузы» положены материалы сборника «Музыка и движение» и методические указания его авторов-составителей Бекиной С.И., Ломовой Т.П., Соковниковой Е.Н. (из опыта работы музыкальных руководителей детских садов). Учебно-методического пособия «Ритмика» Лифиц И. В. (М.,1999 г) адресованного педагогам дополнительного образования, содержащего методические рекомендации. Учебно-методического пособия «Са-фи-данс» Фирилевой Ж. Е., Сайкиной Е. Г. (С-П., Детство-пресс,2000 г.), содержащего программу по игроритмике для детей от 3 лет. Модифицированная программа по танцевально-игровой деятельности «Танцующие карапузы», автор Кузнецова Елена Николаевна, педагог-хореограф. Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3 лет«Топ-хлоп малыши», авторы Т. Сауко, А. Буренина.

Одним из направлений эстетического воспитания является хореографическое искусство. Хореография имеет огромное значение для физического развития детей. Хореографическое искусство формирует потребность к творческой деятельности. Важно научить каждого ребенка не только понимать хореографический язык, но и пользоваться им для самовыражения.

На занятиях по хореографии происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания танцевального, физического и интеллектуального развития.

Детскими психологами установлено, что ранняя двигательная активность имеет непосредственное влияние на интеллектуальное созревание ребенка в процессе его развития. Через телесное восприятие происходит обучение и развитие мозга.

Молодые родители все чаще сталкиваются с термином «раннее развитие ребенка». Этой теме посвящено множество методических разработок. Многие из них спорны, некоторые, полезны, однако, несмотря на многочисленные дебаты по поводу целесообразности той или иной методики, все оппоненты сходятся во мнении о том, что раннее развитие детей важно, нужно и полезно.

Актуальность и практическая значимость программы «Танцующие карапузы» заключается в раннем развитии по танцевально-игровой деятельности и является первой ступенью хореографического обучения для детей ясельного возраста. С раннего возраста ребенок приобщается к окружающему миру посредством гармоничного движения и красивой музыки.

Направленность программы – художественная.

Уровень программы – стартовый.

В основе этой программы лежит обучение танцевальной грамоте через разучивание простых, но вместе с тем разнообразных движений (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.), использование креативных методик и инновационных направлений (игротанцы, партерная гимнастика, пальчиковая гимнастика, самомассаж). Ведущей деятельностью программы является игра.

Программа рассчитана на один год обучения, с общим количеством часов 72 из расчета 2 часа в неделю. Длительность одного учебного часа составляет 45 минут. В группы принимаются дети 2-3лет.

Допускается набор учащихся в течение учебного года.

Оптимальный количественный состав группы 10 человек.

Учитывая требования компетентностного подхода в обучении, в рамках реализации программы, разработана программа компетентностного компонента, включающая мероприятия за рамками часов учебной деятельности, целью проведения которой является формирование основ социальной компетентности. *(Приложение 2)*

Предоставляется возможность включения в группу детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов при создании специальных условий с учетом особенностей психофизического развития указанных категорий обучающихся в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии.

В программе «Танцующие карапузы» предусмотрена возможность перехода на электронное обучение с применением дистанционных технологий в зависимости от эпидемиологической обстановки (разработан и прилагается модуль дистанционного обучения на 72 часа для каждого варианта очного обучения) *(Приложение 3*). Реализация программы в условиях дистанционного режима проводится с использованием платформы Microsoft Teams, электронных почт, электронных образовательных ресурсов по изучаемым темам, Google класса.

В программе предусмотрено изучение государственной символики через знакомство со значимыми событиями в истории государства и использованием государственной символики как отличительных знаков государства. В качестве основных обучающих методов при изучении государственной символики используются с учетом возрастных особенностей обучающихся объяснительно-иллюстративные (рассказ, беседа), игровые технологии, мультимедийные технологии

Цель программы – способствовать формированию у детей интереса к танцевальному творчеству через танцевально-игровую деятельность.

Задачи:

Образовательные:

- Научить слушать музыку и различать ее по характеру, выполнять простые танцевальные движения и согласовывать их с музыкой.
- Научить повторять за педагогом простые танцевальные движения в игротанцах.

Развивающие:

- Способствовать развитию двигательной памяти.
- Способствовать развитию умений совместной деятельности в паре (группе) в музыкально-ритмических играх.

Воспитательные:

- Способствовать развитию интереса к танцевальной деятельности.

Планируемые образовательные результаты

Предметные:

- Умеет различать характер музыки и выполняет танцевальные движения в соответствии с ним.

- Повторяет за педагогом и выполняет совместно с педагогом простые танцевальные движения в игротанцах.

Метапредметные:

- Знает игротанцы в соответствии с содержанием программы.
- Умеет выполнять совместные действия в группе, в паре при выполнении музыкально-ритмических и музыкально-подвижных игр и исполнении игротанцев.

Личностные:

- Активно включается в танцевально-игровую деятельность и участвует в музыкально-ритмических и музыкально-подвижных играх.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование учебного предмета	Всего часов	В том числе:		
			Теор.	Практ	Диагн. (форма)
1.	Организационная работа по набору учащихся	4		4	
2.	Игротанцы	23		23	
3.	Партерная гимнастика	15		15	
4	Пальчиковая гимнастика	11		11	
5.	Музыкально - подвижные игры	16		16	
6	Входящая диагностика	1			1(наблюдение)
7	Промежуточная аттестация	2		2	2 (практический показ, наблюдение)
	ИТОГО:	**72**		69	3

Календарный учебный график

виды деятельности/месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Организационная работа по набору учащихся	4ч.								
Игротанцы	1ч.	3ч.	2ч.	2ч.	3ч.	2ч.	2ч.	4ч.	4ч.
Партерная гимнастика		2ч.	1ч.	2ч.	1ч.	3ч.	1ч.	2ч.	3ч.
Пальчиковая гимнастика	1ч.	1ч.	1ч.	1ч.	1ч.	2ч.	1ч.	1ч.	2ч.
Музыкально – подвижные игры	1ч.	3ч.	3ч.	1ч.	2ч.	1ч.	3ч.	2ч.	
педагогическая диагностика	1 ч.			1 ч.					1ч.
Всего:	8ч.	9ч.	7ч.	7ч.	7ч.	8ч.	7ч.	9ч.	10ч.

Программа состоит из следующих разделов:

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

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

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

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

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Организационная работа по набору учащихся – 4 часа

Раздел № 1. Игротанцы – 23 часа

Разучивание упражнений для танцевально-игровой деятельности, задания на развитие фантазии (придумать и показать движения зайца, лисы и т.д. соответствующие характеру персонажа сказки);

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

1.2 Танцевальные шаги: марш, шаги на полупальцах.

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

1.4 Общие танцы: «Приседай», «Ай, да», «Новогодний хоровод», «Маленькая полечка», «Кузнечик», «Веселая пляска», танец сидя, «Колобок», «Репка». «Поплясать становись»,

Раздел № 2. Партерная гимнастика – 15 часов

Упражнения на развитие мышечной силы, гибкости, координационных способностей (игропластика, партерная гимнастика, йога для малышей).

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

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

2.3 Релаксационные упражнения: «Снеговик», «Бабочки», «Спим».

2.4 Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме: «Поколоти».

Раздел № 3. Пальчиковая гимнастика – 11 часов

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

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

Раздел № 4. Музыкально – подвижные игры – 16 часов

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

4.2 Сюжетно-ролевые игры: «Разбуди куклу», «Сварим суп», «Зайчишка трусишка», «Солнышко», «Два человека», «Поезд», «Утюжки», «Кошечка», «Ветерок», «Обжорики», «Устали наши ножки».

4.3 Хороводная игра «Капустка», «Ходит Ваня», «Заря заряница», «Мы на луг ходили».

Описание упражнений, танцев, игр в (*приложении 4).*

Входящая диагностика– 1 час

Промежуточная диагностика – 2 часа

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

С целью проверки качества усвоения программы учащимися предусмотрено проведение педагогического контроля.

Входящая диагностика в начале учебного года проводится в форме наблюдения.

Текущий контроль осуществляется на каждом учебном занятии в виде подведения итогов в соответствии с поставленными задачами.

Промежуточная аттестация по окончании первого полугодия проходит в форме практического показа и наблюдения, по итогам освоения программы в конце учебного года - в форме открытого занятия для родителей. и наблюдения.

Задания оцениваются по критериям, за которые каждому учащемуся выставляются баллы. Они фиксируются в таблице мониторинга образовательных результатов. Баллы суммируются, и выводится средний балл по всем критериям. В протоколы промежуточной аттестации баллы переводятся в уровни (высокий, средний, низкий).

Оценочные материалы разработаны и представлены в приложении к данной программе (***Приложение 1)***

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Описание образовательного процесса.

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную. *Подготовительная* - это веселая разминка, которая включает в себя упражнения на общее физическое развитие — прежде всего укрепление мышечного корсета. *Основная* — работа над изучением и совершенствованием движений, выполнение творческих заданий. *Заключительная часть* - постепенное снижение нагрузки, рефлексия.

Процесс обучения условно делится на 2 этапа:

- начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению) и его разучивание;
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, пробуют выполнить упражнение.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

При реализации программы применяется ведущая **технология – игровая, автор А.Н. Леонтьев.**

Одной из важнейших форм познавательной активности для дошкольника является игра. Игровая технология предусматривает отбор, разработку и подготовку игр, для включения их в учебный процесс.

Занятия проводятся в игровой форме, поскольку игра — необходимая составляющая детской жизни. На занятии ребенок отправится в увлекательное путешествие - в мир игры, фантазии и здоровья, научится танцевать, чувствовать музыку и ритм. В процессе занимательных и веселых занятий будет развиваться координация, повышаться способность ориентироваться в пространстве, а также дети научатся общаться и играть друг с другом. При этом занимающиеся получают заряд бодрости, радость от общения друг с другом.

Важнейший результат игр - это радость и эмоциональный подъём. Именно благодаря этому замечательному свойству подвижные игры больше, чем другие формы физической культуры, способствуют всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию детей, воспитанию у них прикладных навыков, координации движений, ловкости, социальной адаптации, дисциплинированности и других важных качеств.

Применение игровых технологий на занятиях

- делает ребёнка более активным;
- повышает познавательный интерес;
- развивает память, мышление и внимание;
- способствует развитию творческих способностей

обучающихся и раскрытия ими своего творческого потенциала.

Цели и задачи игровых технологий:

- Мотивация ребёнка. Процесс обучения дошкольника в игровой форме пробуждает интерес к деятельности, радует и превращает получение знаний в занимательное путешествие в мир новой информации и навыков.
- Самореализация. Именно через игру ребёнок учится познавать свои возможности, проявлять инициативу, делать осознанный выбор.
- Развитие коммуникативных навыков. В игре дошкольник учится общению со сверстниками и со взрослыми, примеряет роль и лидера, и исполнителя, тренируется находить компромиссы и выходить из конфликта, развивает речь.
- Игротерапия. Игру по праву можно считать проверенным способом для снятия стресса и преодоления трудностей из разных жизненных сфер.

«Без игры нет и не может быть полноценного умственного развития. Игра — это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребёнка вливается живительный поток представлений, понятий окружающего мира. Игра — это искра, зажигающая огонёк пытливости и любознательности». Сухомлинский В. А., советский педагог, писатель, публицист.

Формы обучения (организации образовательного процесса): коллективная, групповая.

Виды обучения (формы организации учебного занятия): игровое занятие, занятие – путешествие, сюжетно-ролевая игра, практическое занятие, творческое занятие.

Методы игровых технологий:

- Словесные - все игровые действия педагог должен объяснить и описать детям максимально понятно, ярко и красочно.
- Наглядные - зрительное восприятие (использование картинок, образов, предметов).
- Практические – сама игра (музыкально - подвижные игры, музыкально – ритмические, игротанцы), практическое обучение, повторение.

Для создания ситуации успеха учащегося используются следующие методы:

Метод «Мобилизация активности или педагогическое внушение». Побуждает к выполнению конкретных действий. "Нам уже не терпится начать работу..." "Так хочется поскорее увидеть..."

Метод «Внесение мотива». Показывает ребенку ради чего, ради кого совершается данная деятельность, кому будет хорошо после выполнения.

Педагог на занятиях использует задания, способствующие реализации компетентностного подхода в обучении, которые соответствуют содержанию программы.

Также используются методы, приемы **здоровьесберегающей технологий**: рассказ, беседа, практический метод, игра.

Методическое обеспечение

№	Методическое обеспечение	Содержание
1	УМК	Музыкальная аппаратура, аудиозаписи Специальные коврики для занятий партером
2	ЭУМК	1. Знаково-символический компонент 2. Программный компонент 3. Технический компонент 4. Физический компонент
3	Методическое пособие	1.Методическое пособие «Развитие творческих способностей дошкольников в процессе занятий хореографией» для педагогов хореографов, музыкальных работников дошкольных образовательных организаций 2.Методический сборник «Формирование музыкально-двигательной активности у детей раннего дошкольного возраста» к дополнительной общеразвивающей программе «Танцующие карапузы»

Условия реализации программы

При уже созданных в студии необходимых для занятий условиях учащиеся должны:

- систематически посещать занятия;

Учебный процесс должны организовывать квалифицированные педагог и концертмейстер, имеющие среднее или высшее специальное образование и опыт педагогической деятельности в системе ДОД.

Материально – техническое обеспечение:

- специально оборудованные хореографические классы (станки, зеркала, помещение для переодевания);
- наличие технических средств обучения (магнитофон, проектор, экран, ноутбук);
- наличие специальной формы для занятий (белые, черные купальники, балетки);
- обеспечение занятий музыкальным сопровождением (фортепьяно);
- наличие методической литературы, нотного материала;
- наличие необходимого инвентаря (коврики, скакалки, мячики, обручи).

Список использованной литературы

Для педагога:

1. А. Буренина, Т. Сауко. Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3 лет«Топ-хлоп малыши»
2. Григорьева Г.Г. и др. «Кроха»: Программа развития и воспитания детей до 3 лет в семье. Н.Новгород 1996 г.

3. Е.Черемнова «Танцетерапия» Танцевально-оздоровительные методики Ростов 2008г.
4. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи- дансе» – СПб 2000
5. Новикова Г.П. Музыкальная воспитание дошкольников - М., 2000
6. Бекина С.И. и др. Музыка и движение. – М., 1983.
7. Кольцова М.М. Рузина М.С. Ребенок учится говорить: пальчиковый игротренинг. –СПб 1998
8. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике – М., 1972
9. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение – М., 1972
10. Строковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет – М., 1994 г.
11. СД диск «Йога для малышей» Б.Фридман 2008г.
12. СД диск «Йога для детей» – Б.Фридман, 2006г.

Для учащихся и родителей:

1. А Луговская «Ритмические упражнения, игры и пляски»
2. Михайлова, Воронина «Танцы, игры»
3. Г, Федорова «Поиграем, потанцуем»

Приложение 1

Материалы входящей диагностики

Критерии наблюдения

1. Проявление интереса к танцевально-игровой деятельности
   - активно включается в танцевально-игровую деятельность – 3 б.;
   - включается в танцевально-игровую деятельность с побуждения педагога – 2 б.;
   - отсутствует интерес к танцевально – игровой деятельности.
2. Взаимодействие в группе
   - легко идет на контакт с другими детьми -3 б.;
   - проявляет интерес к совместной деятельности, но сдержан в общении – 2 б.;
   - не желает идти на контакт с другими детьми – 1 б.

Таблица фиксации результатов

Фамилия, имя	Критерии наблюдения		Количество баллов	уровень
	1	2		

6-5 баллов – высокий уровень
4-3 балла – средний уровень
2-1 балла – низкий уровень

Материалы промежуточной аттестации

Первое полугодие.

Практический показ.

1 задание. – повторение ритмической разминки совместно с педагогом (выполнение упражнения для разных групп мышц (дети стоят в кругу), ходьба и бег (стайкой за педагогом), повторение музыкально – ритмических игр.

2 задание. Повторение совместно с педагогом простых танцевальных движений.

3 задание. Исполнение совместно с педагогом игротанцев («Мы на луг ходили», «Круговая пляска», танец парами «Дружные пары», «Танец с платочками», «Ручки хлоп.».

Критерии оценивания.

1. Музыкальное развитие.

- движения выполняет под музыку, двигается в характере музыки, повторяет музыкально – ритмические игры правильно – 3 б.;
- допускает небольшие ошибки в выполнении движений под музыку, в музыкально-ритмических заданиях, не всегда двигается в соответствии с характером музыки – 2 б.;
- выполняет движения не ритмично, не различает характер музыки, не повторяет музыкально – ритмические игры – 1 б.

2. Повторение совместно с педагогом танцевальных движений.

- правильно повторяет за педагогом танцевальные движения– 3 б.;
- допускает ошибки в повторении за педагогом танцевальных движений и упражнений – 2 б.;
- не повторяет за педагогом упражнения и танцевальные движения – 1 б.

3. Исполнение игротанцев.

- знает все игротанцы в соответствии с содержанием программы – 3 б.;
- допускает небольшие ошибки в исполнении игротанцев – 2 б.;
- не знает игротанцы – 1 б.

4. Взаимодействие в группе

- легко идет на контакт с другими детьми, умеет выполнять совместные действия в группе, в паре при выполнении музыкальных игр и исполнении игротанцев – 3 б.;

- проявляет интерес к совместной деятельности, но сдержан в общении – 2 б.;

- не желает идти на контакт с другими детьми, не выполняет совместные действия в группе и в паре с другими детьми при выполнении музыкальных игр и игротанцев – 1 б.

5. Проявление интереса к танцевально-игровой деятельности

- активно включается в танцевально-игровую деятельность – 3 б.;

- включается в танцевально-игровую деятельность с побуждения педагога – 2 б.;

- отсутствует интерес к танцевально – игровой деятельности.

Таблица фиксации результатов

Фамилия, имя	**Критерии наблюдения**					**Количество баллов**	**уровень**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**		

1 - 13 баллов – высокий уровень
12 - 9 баллов – средний уровень
8 и ниже баллов – низкий уровень

Материалы промежуточной аттестации по итогам усвоения ДОП «Танцующие карапузы»

Второе полугодие

Форма проведения аттестации - открытое занятие для родителей

1 задание.

Повторение ритмической разминки совместно с педагогом (выполнение упражнения для разных групп мышц (дети стоят в кругу), различные виды ходьбы и бега (по кругу), повторение музыкально – ритмических игр: «Большие ноги…», «Побежали ножки по дорожке», «Дружные пары».

2 задание.

Повторение совместно с педагогом игротаццев: «Мы на луг ходили», «Колобок», «Репка», «Поплясать становись».

Критерии оценивания.

1. Музыкальное развитие.

- движения выполняет под музыку, двигается в характере музыки, согласовывает движения с характером музыки – 3 б.;

- допускает небольшие ошибки в выполнении движений под музыку, в музыкально-ритмических заданиях, не всегда согласовывает движения с характером музыки – 2 б.;

- выполняет движения не ритмично, не различает характер музыки, не умеет согласовывать движения с характером музыки – 1 б.

2. Повторение совместно с педагогом игротанцев.

- знает все игротанцы в соответствии с содержанием программы – 3 б.;
- допускает небольшие ошибки в исполнении игротанцев – 2 б.;
- не знает игротанцы – 1 б.

3. Взаимодействие в группе

- легко идет на контакт с другими детьми, умеет выполнять совместные действия в группе, в паре при выполнении музыкальных игр и исполнении игротанцев – 3 б.;

- проявляет интерес к совместной деятельности, но сдержан в общении – 2 б.;

- не желает идти на контакт с другими детьми, не выполняет совместные действия в группе и в паре с другими детьми при выполнении музыкальных игр и игротанцев – 1 б.

4.Проявление интереса к танцевально-игровой деятельности

- активно включается в танцевально-игровую деятельность – 3 б.;
- включается в танцевально-игровую деятельность с побуждения педагога – 2 б.;
- отсутствует интерес к танцевально – игровой деятельности.

5. Развитие социальной компетентности (реализация КК).

- активно общается в группе с другими учащимися, знает нормы и правила поведения в группе, не стесняется публично выступать перед родителями и другими учащимися – 3 б.;
- не очень активно общается в группе с другими детьми, знает нормы и правила поведения в группе, стесняется публично выступать перед родителями и другими учащимися – 2 б.;
- не знает нормы и правила поведения в группе, не общается в группе с другими детьми, отказывается публично выступать перед родителями и другими учащимися – 1 б.;

15-13 баллов – высокий уровень
12 - 10 баллов – средний уровень
9 и ниже баллов – низкий уровень

Таблица фиксации результатов

Фамилия, имя	Критерии наблюдения					Количество баллов	уровень
	1	2	3	4	5		

Приложение 2.

КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ КОМПОНЕНТ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «ТАНЦУЮЩИЕ КАРАПУЗЫ»

Пояснительная записка.

Развитие социальной компетентности детей дошкольного возраста неразрывно связано с современными тенденциями обновления российского дошкольного образования и требованиями государственного стандарта. Детство представляет собой особый период, сущностью которого является процесс взросления ребенка, вхождения его в социальный мир взрослых. По мере освоения культурных, нравственных правил и закономерностей общественной жизни происходит развитие его социальной компетентности - взаимодействовать с окружающими, слушать собеседника, умение эмоционально сопереживать, проявлять эмпатию, умение решать конфликтные ситуации; умение пользоваться речью. В дополнительной общеразвивающей программе «Танцующие карапузы» не прописаны формы и методы работы с дошкольниками по формированию социальной компетентности, поэтому возникла

необходимость введения компетентностного компонента к программе «Танцующие карапузы», как основы реализации компетентностного подхода.

Цель компетентностного компонента: формирование социальной компетентности.

Задачи:

1. Развивать социальную компетентность через участие детей в мероприятиях для родителей и дошкольников хореографической студии.
2. Способствовать приобретению начального опыта публичного выступления.

Основная часть

Формирование творческой, активной личности дошкольника в рамках компетентностного компонента идет одновременно с образовательным процессом и дополнительно-развивающими, воспитательными мероприятиями, направленными на развитие социальной компетентности.

Программа мероприятий

месяц	Название мероприятия
сентябрь	Игровой квест «Прогулка по осеннему лесу»
октябрь	Игровой квест « В гостях у гномов»
ноябрь	Практикум (совместное занятие с учащимися старшего школьного возраста студии)
декабрь	Открытое занятие для родителей
январь	Игровой квест «В гостях у снеговика»
февраль	Игровой квест «Веселая прогулка»
март	Игровой квест «Весна просыпается»
апрель	Практикум (совместное занятие с учащимися старшего школьного возраста студии)
май	Открытое занятие для родителей

Практикум

Практикум – это особый вид учебных занятий, имеющих целью практическое усвоение полученных умений и их демонстрации.

Игровой квест

Игровой квест – это мероприятие, объединяющее различные виды деятельности: игра, танец, импровизация, образные этюды, в процессе которых у детей проявляются коммуникативные и социальные навыки.

Открытое занятие для родителей

Открытое занятие - это показ родителям тех результатов учащихся, которые они достигли за определенный период обучения.

Педагогический контроль

Мониторинг сформированности развития социальной компетентности проводится в течение года методом наблюдения и фиксируется в таблице промежуточного контроля в основной программе «Танцующие карапузы».

Ожидаемый результат

Учащиеся младшего дошкольного возраста умеют общаться в группе, знают нормы и правила поведения в группе, имеют навык совместной деятельности, приобретен начальный опыт публичного выступления перед родителями и другими учащимися.

Методические материалы

Методика преподавания строится в соответствии с поставленными задачами. Метод практического показа, когда учащиеся повторяют материал, показанный педагогом, и копируют его.

Условия реализации программы:

При уже созданных в студии необходимых для занятий условиях учащиеся должны:

- систематически посещать занятия;

Учебный процесс должны организовывать квалифицированные педагог и концертмейстер, имеющие среднее или высшее специальное образование и опыт педагогической деятельности в системе ДОД.

Список литературы

Для педагога:

1.Конорова Е.В. «Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства», – Москва, 1953.

2. Леонтьев А.Н. О формировании способностей. // Вопросы психологии.-1960.-№1.

Для учащихся и родителей:

1. Субботинский Е.В. «Ребенок открывает мир». – Москва, 1991.

Приложение 3.

МОДУЛЬ
Дистанционного обучения
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«ТАНЦУЮЩИЕ КАРАПУЗЫ»

Пояснительная записка

Программа модуля дистанционного обучения составляется на основе дополнительной общеразвивающей программы «Танцующие карапузы» по данному очному курсу.

Принципиальным отличием программы дистанционного курса от программы очного курса является внутреннее распределение часов по типам занятий (вместо практических занятий в хореографическом зале – работа проводится в режиме online-консультаций, для теоретических занятий работа по e-mail и Viber).

Актуальность создания модуля к дополнительной общеразвивающей программе «Танцующие карапузы» обоснована Приказом от 02.04.2020 № 410 «О мерах по реализации Указа Президента Российской Федерации от 02.04.2020 г. № 239 «О мерах по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения на территории Российской Федерации в связи с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» на основании п. 6.3 приказа «Обеспечить реализацию всех образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий» и п. 6.4 приказа «Продолжить взаимодействие между педагогическими работниками и обучающимися исключительно на основе дистанционных образовательных технологий».

Обучение по данному модулю позволит учащимся сохранить интерес к занятиям по танцевально – игровой деятельности.

Цель и задачи модуля

Цель: сохранить интерес к занятиям по танцевально – игровой деятельности и

навык исполнения простых танцевальных движений.

В процессе реализации данного модуля решаются следующие **задачи:**

Обучающие: сформировать умение детей и родителей самостоятельно совместно выполнять упражнения, различные задания, несложные танцевальные движения в домашних условиях

Развивающие: развивать чувство ритма, координацию движений, память, внимание.

Воспитательные: способствовать правильному выстраиванию взаимоотношений детей и родителей в процессе совместной работы.

Предполагаемые результаты

Предметные: сформированы умения самостоятельного выполнения упражнений, движений, заданий в домашних условиях.

Метапредметные: развито чувство ритма, координация движений, памяти, внимания.

Личностные: будет достигнут правильный стиль взаимоотношений между родителями и детьми для достижения желаемого результата у ребенка

Характеристика программы модуля

Модуль рассчитан на 72 часа.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу.

Форма обучения – дистанционная.

Целевая группа учащихся – это дети дошкольного возраста, выполняющие задания совместно с родителями

Учебно-тематический план

№	Содержание работы	Всего часов	Из них:		
			Теория	Практика	Диагностика
1 год обучения					
1	Вводное занятие	1		1	
2	Ритмическая разминка	23		23	
3	Игровой партер	23		23	
4	Игротанцы	23		23	
5	Промежуточная аттестация	2			2
	Итого часов:	72		70	2

Содержание программы модуля
1 год обучения

1. **<u>Вводное занятие</u> – 1 час**

Занятие включает в себя знакомство учащихся и родителей с целевыми установками дистанционного обучения. Настройка дистанционного оборудования и техника безопасности обучения в домашних условиях. Получение обратной связи от родителей.

2. **<u>Ритмическая разминка</u> – 23 часа**

Занятия включают в себя разминки с элементами общеукрепляющих упражнений, танцевальных движений, разученных ранее на занятиях:

Разминка «В гости к гномикам»

- шаги на месте
- хлопки
- наклоны головы
- наклоны корпуса
- приседания
- упражнения для рук
- пальчиковая гимнастика «Гуси, гуси»
- прыжки
- упражнения с предметами (мяч, кубики, палочки, платочки)

3. Игровой партер – 23 часа

Разминка «Разноцветные карандаши» включает следующие упражнения:

- упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса: «Колечко», «Кошечка», «Корзинка», «Рыбка».
- упражнения для выворотности, растяжки мышц ног: «Бабочка», «Медведь»
- укрепления позвоночника: «Морская звезда»,
- упражнения для развития стоп.

4. Игротанцы – 23 часа

Танцы с атрибутами: танец с погремушками, танец с платочками.

Игровые танцы: «Приседай», «Ай, да», «Колобок», «Мы ногами топ, топ, топ», «Буратино», «Веселые матрешки», «Гуси».

5. Промежуточная аттестация учащихся– 2час

Выполнение практического теста

Задание №1

Выполнение упражнений ритмической разминки

Задание №2

Выполнение упражнений партерной гимнастики

Задание №3

Показ разученных танцев: «Тянем репку», «Колобок», логоритмическое упражнение «Дождик».

Критерии оценки (оценивается каждое задание)

Выполняет все задания с помощью педагога и родителя – низкий уровень.

Выполняет задания самостоятельно, но требуется помощь педагога и родителя – средний уровень.

Выполняет задания самостоятельно – высокий уровень.

Оценочный лист

Фамилия, имя	Задания			Уровень усвоения программы
	1	2	3	

Анкетирование родителей Google (формы) https://forms.gle/UphDWF8GGKssccmd9

Обратная связь

Чат - является удобным средством организации взаимодействия педагога и учащегося, как для личного общения, так и для межличностного – групповой чат.
Общение с помощью чата осуществляется в режиме реального времени ежедневно. Используются месенджеры Viber и WhatsApp (с помощью родителей)

Система оценивания

Контроль знаний при дистанционном обучении выполняется в режимах online и offline.

Режим online включает в себя фото и видео отчеты учащихся на правильность выполнения заданий, с помощью приложения Viber и WhatsApp при помощи родителей, а так же исправление ошибок и консультаций на online занятиях.

- асинхронных (рассылки и т.д.).

Условия реализации программы

Для успешной работы по данному модулю необходимы следующие условия:

1. **Кадровые:**

Учебный процесс должен организовывать квалифицированный педагог, имеющий среднее или высшее специальное образование и опыт педагогической деятельности.

2. **Материально-технические:**

- Наличие рабочего места
- Непрерывный доступ в Internet;
- Наличие программного обеспечения: Windows.
- Наличие мессенджеров Viber и WhatsApp

3. **Методические:**

Продуктивность занятий по данному модулю во многом зависит от качества их подготовки. Перед каждым занятием педагог должен продумать план его проведения, просмотреть необходимую литературу, отметить новые термины и понятия, которые следует разъяснить учащимся, наметить содержание беседы или рассказа, подготовить наглядные пособия, сделать подборку общеразвивающего материала.

Особое внимание следует уделять вопросам техники безопасности: обращать внимание обучающихся на возможные опасности, возникающие во время работы в домашних условиях, показывать безопасные приемы работы.

За 5-7 мин до конца занятия работу необходимо прекратить и подвести итоги, осуществить рефлексию.

4. **Требования к учащимся:** учащиеся должны посещать учебные занятие в онлайн-режиме согласно утвержденному расписанию и выполнять все практические задания в установленный срок. Все занятия проводятся при помощи родителей учащихся.

Методическое обеспечение

Дистанционное образование – современная технология, которая позволяет сделать обучение более качественным и доступным. Это образование нового тысячелетия, теснейшим образом связанное с использованием компьютера, гаджета как инструмента обучения и сети Интернет как образовательной среды.

Учебная и воспитательная работа с учащимися осуществляется через Интернет посредством мессенджеров Viber и WhatsApp при помощи родителей, занятия в режиме

online на платформе zoom. Все перечисленные ресурсы позволяют отработать с каждым учащимся, дать рекомендации по выполнению заданий. Данная работа требует помощи родителей учащихся – ещё одно неотъемлемое условие реализации.

Одним из непременных условий успешной реализации курса является разнообразие форм и видов работы, которые способствуют общему развитию возможностей учащихся. Это рассылка видео занятий и аудио файлов для самостоятельного предварительного разучивания различных упражнений, движений, с целью повторения на занятиях в режиме онлайн. Просмотр видео видеохостинга YoTube.

С целью создания условий для самореализации детей используется:

- включение в занятия игровых элементов, стимулирующих инициативу и активность учащегося;
- моральное поощрение инициативы;
- регулирование активности и отдыха.

На каждое учебное занятие педагогом разрабатывается задание. В каждом занятии выделены основные элементы отработки. В конце темы предполагается выполнение видеоотчета учащимися (с помощью родителей).

Список литературы.

Для педагога:

13. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи- дансе» – СПб 2000
14. Новикова Г.П. Музыкальная воспитание дошкольников - М., 2000
15. Бекина С.И. и др. Музыка и движение. – М., 1983.
16. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике – М., 1972

Для учащихся и родителей:

a. А Луговская «Ритмические упражнения, игры и пляски»
b. Михайлова, Воронина «Танцы, игры»
c. Г, Федорова «Поиграем, потанцуем»

Приложение 4

Хореографические упражнения

«Зарядка»

Упражнение развивает координацию движений. Дети идут, высоко поднимая ноги, следуя за вами, затем бегут на цыпочках «как птички»; идут, хлопая себя по бокам, «как

петушки»; прыгают небольшими прыжками как воробушки, прыгают приставными шагами как лошадки; машут руками как мельницы.

«Побегали, потопали»

Упражнение развивает умение ритмично двигаться под музыку.

Под танцевальную музыку дети бегают, под маршевую- топают.

«Мы едем»

Упражнение развивает координацию движений.

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

«Ходим-бегаем»

Упражнение развивает навыки основных видов движения, способствует повышению эмоционального тонуса

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

«Резвые ножки»

Упражнение способствует развитию умения легко, ритмично прыгать на одной и двух ногах.

см. Программу «Топ-хлоп малыши» стр. 50

«Погремушка»

Развивает координацию движений, танцевальную память

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

«Чук-чук-чук»

Развивает чувство коллективизма, координацию движений.

сб. «Са-фи- дансе» стр. 56

Пляски:

«Приседай»

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

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

«Кузнечик»

сб. «Са-фи- дансе» стр. 41

«Пляска с платочками»

Пляска развивает мелкую моторику, расширяет двигательный опыт детей.

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

Хоровод «Вот какая елочка»

Пляска развивает моторику рук.

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

Пляска с куклами

Пляска способствует развитию точности, ловкости, выразительности движений.

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

Пляска с цветами

Развивает динамический слух, чувство ритма, координацию движений

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

Пляска с погремушками

Развивает ловкость, точность, координацию движений, чувство ритма.

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

Хоровод «Веселей, детвора»

Развивает творческое воображение.

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

«Ай-да»

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

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

«Маленькая полечка»

Расширяет двигательный опыт детей, знакомит с элементарными плясовыми движениями.
см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 26
«Веселая пляска»
Развивает чувство ритма, координацию движений.
см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 37
«Танец утят»
сб. «Са-фи- дансе» стр. 67

Игры

«Комарики»
Обучает эмоциональному соучастию, развиваем координацию пальцев и кисти.
Дарики, дарики, летели комарики (Поворачиваем кисти рук вправо, влево, пальчики направлены вверх.)
Вились, вились, вились, вились, (соединить большой и указательный пальцы, делайте свободные движения руками)
В носик или в ушко вцепились (ухватитесь двумя пальцами за свой нос или ушко и т.д.
«Сорока, сорока»
Развивает чувство ритма, развивает мелкую моторику.
Русская народная игра.
«Здравствуй, это я»
Попеременно здороваются пальчики: большие, указательные и т.д.

«Ладушки»
Развиваем моторику рук, учимся расслабляться.
Р.н.игра
«Пианино»
Развивают мелкую моторику, координацию движений.
Изображаем игру на пианино. Ладошку держим вниз, поднимая то вверх, то вниз каждый пальчик.
«Мышки»
Развивает мелкую моторику.
см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.14
«Снеговик»
Развивает моторику рук.
см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.19
«Дом»
Развивает моторику рук.
сб. «Са-фи- дансе» стр. 54
«Ворота»
Развивает гибкость рук, подвижность запястья.
сб. «Са-фи- дансе» стр. 54
«Семья»
Развивает мелкую моторику рук
сб. «Са-фи- дансе» стр. 100
«Забор»
Развивает подвижность запястья
сб. «Са-фи- дансе» стр. 54
«Бинокль»
Развивает мелкую моторику рук.
сб. «Са-фи- дансе» стр. 55
«Лодочка»
Развивает подвижность кистей.

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

Музыкально-подвижные игры

«Подружились»
Развивает эмоциональную сферу.
Вот как дружат наши детки
Наши детки-малолетки
(Гладят друг друга по головке одноименной рукой)
Закружились наши детки
Наши детки-малолетки
(Берутся за руки и кружатся в паре)

«Прятки»
Развивает координацию движений, чувство ритма, способствует повышению эмоционального тонуса.
см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 19
«Ой, летали птички»
Развивает способность исполнять выразительные движения.
см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 27
«Поезд»
Развивает умение координировать движения в соответствии с музыкой и текстом.
см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 29

«Курочки и козлик»
Развивает моторику и координацию движений.
см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.57

«Громче- тише»
Развивает умение различать громкие и тихие звуки.
Предложить малышу позвенеть в колокольчик – то громче, то тише, затем дать ему погремушку, а колокольчик взять себе. Тихонечко позвените колокольчиком, а малыша попросите тихо погреметь погремушкой. Затем дайте команду все проделать громко.

Самомассаж

«Поколоти»
Предложите малышу кулачками слегка поколотить себя по ножкам, а затем другого ребенка.
«Утюжки»
Погладьте малыша своими ладошками по ручкам, ножкам и т.д. затем предложите ему это сделать себе, вам или другому ребенку.
«Стряхни пыль»
Стряхивающими движениями помогите малышу «стряхнуть» пыль с головы, плечей и т.д
«Поезд»
Одни дети лежат на животе, а другие «ездят» у них по спинам кулачками.
«Кошечка»
Имитируем кистями рук как умывается кошечка сначала себе, а затем деткам.
«Ветерок»
Поглаживающими движениями то тыльной, то внутренней стороной кисти гладим спинки, ручки, ножки, сначала себе, затем другим.
«Обжорики»

Поглаживающими круговыми движениями гладим внутренней стороной ладошки животики себе, сначала одной, затем другой ручкой.

«Устали наши ножки»
Внутренней стороной ладони детки гладят свои ножки, снизу вверх и наоборот.

Партерная гимнастика

«Велосипед»
Развивает координацию движений в соответствии с темпом музыки
см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 52.

«Неваляшка»
Развивает координацию движений. Дети лёжа на спине, вытянув руки и ноги, перекатываются то на правый, то на левый бок.

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

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

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

Специальный комплекс упражнений

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

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

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

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

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

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

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

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

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

«Бабочка»

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

«Спим»

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