

На протяжении года будет осваиваться **3 модуля**

1. **Ритмика** - развиваем чувство ритма, пластики, координации движений и умение красиво выражать себя под музыку, формирую основу для дальнейшего танцевального и творческого развития
2. **Стэп-аэробика**(ритмичные подьёмы и спуски со специальной платформы (степ-платформы) под танцевальную музыку.) - развиваем чувство ритма и координации, формируем правильную осанку, повышаем выносливость, укрепляем мышцы ног и спины.
3. **Постановочные работы** - подготовка и разучивание танцевальных номеров, которые дети показывают на утренниках, праздниках, раскрывая своё творчество и артистичность.

Организационная информация

Расписание занятий

Понедельник 15.30-15.55

Среда 15.30-15.55

Танцевальная форма

Для девочек:

- купальник (однотонный или с короткой юбочкой)
- чешки
- носки(белые или телесные колготки)
- волосы собраны в хвост или пучок.

Для мальчиков:

- футболка однотонная (может быть любой, главное удобство и свобода движений)
- чёрные или тёмные шорты
- чешки

Общие рекомендации:

Одежда для танцев должна быть удобной, не сковывать движения.

МАДОУ ЦРР - "Слободо-Туринский
детский сад «Солнечный»

**«Танцы-это шаг к
гармоничному
развитию ребёнка»**



Подготовил инструктор
по физической культуре:
Фоминых И.А.

с. Туринская Слобода,
2025

Зачем нужны танцы дошкольникам?

1. Физического развития

- ✓ Укрепляют мышцы и опорно-двигательный аппарат
- ✓ Улучшают координацию, равновесие, гибкость
- ✓ Развивают чувство ритма и осанку

2. Эмоционального и психологического здоровья

- ✓ Помогают выражать чувства через движения
- ✓ Снижают тревожность и напряжение
- ✓ Дарят радость и уверенность в себе

3. Социального развития

- ✓ Учат работать в группе, ждать своей очереди, уважать партнера
- ✓ Способствует формированию коммуникативных навыков
- ✓ Помогают адаптироваться в коллективе

4. Интеллектуального развития

- ✓ Тренируют память (дети запоминают движения, последовательности)
- ✓ Развивают внимание и концентрацию
- ✓ Стимулируют воображение и творческое мышление

5. Культурного воспитания

- ✓ Знакомят с музыкой, народными и современными традициями
- ✓ Формируют художественный вкус и чувство прекрасного

По сути, танцы в дошкольном возрасте помогают ребёнку развиваться комплексно - телом, умом и душой.

Для чего это важно?

Развитие всех вышеперечисленных сфер обеспечивает гармоничное и всестороннее становление ЛИЧНОСТИ ребёнка

Что ждёт детей в кружке?

- Знакомство с основами танцевальных движений и ритма.
- Развитие гибкости, координации и осанки
- Упражнения на музыкальность и чувство ритма
- Разучивание детских танцев и постановок
- Участие в утренниках и праздниках
- Формирование уверенности и артистичности

Участие детей в выступлениях за пределами детского сада будет определяться конкурсами и приглашениями, которые поступят в течение года.

