

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города  
Калининграда детский сад № 74

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
от « 28 » августа 2020 г.  
Протокол № 1

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ д/с № 74  
Лапина Ю.В.  
от « 28 » августа 2020 г.  
Лапина Ю.В.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
Программа художественной направленности  
«Непоседы»**

Возраст обучающихся: 4-5 лет  
Срок реализации: 10 месяцев

Автор-составитель: Гракова Анна Сергеевна

Калининград 2020 г

## 1. Пояснительная записка

Направленность (профиль) программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Непоседы» имеет художественно-эстетическую направленность.

**Актуальность и назначение программы.** Несмотря на увеличение количества школ и студий танцев в системе дополнительного образования, лишь немногие дети и педагоги способны по-настоящему владеть своим телом. Большинству не хватает раскованности и легкости в движениях. Это происходит оттого, что у каждого человека имеются приобретенные с детства психологические блоки, которые замедляют прогресс в ходе занятий танцами. Как правило, эти блоки обусловлены различными психологическими установками, индивидуальными особенностями личности, образом мышления и восприятия окружающего мира. Ощущение неуверенности в себе, отсутствие гибкости мышления или слабость характера могут проявляться в заблокированных мышцах спины, рук или ног. Начиная заниматься ритмикой и танцами в детском возрасте, можно предотвратить возникновение негативных установок, изменить образ мыслей, улучшить отношение к окружающим.

Ритмика — вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ. Она доступна детям, начиная с раннего возраста, и дает выход повышенной двигательной энергии ребенка, создает ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, дает детям творческий импульс, возможность высвободить их энергию. Ритмика закладывает надежный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребенка, для укрепления здоровья, умения контролировать свое тело, положительно влияет не только на физическую подготовку ребенка, но и развивает у него восприятие музыки и основные психологические функции (память, внимание, мышление, речь и воображение). Поэтому в дальнейшем ребенок сможет успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: хореография, гимнастика, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях.

Занятия ритмикой включают в себя элементы танца, художественной гимнастики, лечебной физкультуры и общей физической подготовки. Регулярные занятия — это хорошая профилактика таких проблем, как вялая осанка, сколиоз и плоскостопие. У ребенка формируется правильная походка, развивается координация и пластика тела. Так же, занятия помогают выработать естественную грацию движений, гибкость, ловкость, пластичность и координацию, способность выражать чувства и эмоции через танец. В процессе дети также учатся правильно воспринимать и чувствовать музыку.

Ритмика предоставляет возможность полноценно развивать индивидуальные особенности каждого ребенка, сформировывать хороший эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребенка. Занятия танцами дарят ребенку радость движения, общения, обогащают его внутренний мир и помогают познать себя.

С целью развития творческой активности детей дошкольного возраста, владеющих своими эмоциями и способными их выражать, а так же физического совершенствования детей разработана и реализуется данная дополнительная общеразвивающая программа.

### ***Новизна и отличительная особенность данной программы***

Сущность танцевально-ритмической гимнастики заключается в восприятии детьми музыки через движения, с целью укрепления здоровья, развития музыкально-эстетических чувств, двигательных качеств и умений, познавательного интереса, творческого воображения, психических процессов. Для реализации перечисленного необходимы новые подходы в обучении детей среднего дошкольного возраста.

Отличительная особенность программы заключается в изменении подхода к обучению детей, а именно – внедрению в образовательный процесс современных методик организации занятий танцевально-ритмической гимнастикой с дошкольниками, таких как:

- включение в занятия по ритмике нетрадиционных средств физического воспитания;
- использование интенсивных методов обучения – выполнения большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка;
- обеспечение психологического комфорта детей в процессе выполнения движений под музыку;
- выбор оптимальной системы занятий.

Содержание программы по ритмике определяют следующие разделы:

- игроритмика;
- танцевально-ритмическая гимнастика;
- пальчиковая гимнастика;
- строевые упражнения;
- игровой самомассаж;
- музыкально-подвижные игры;
- креативная гимнастика;
- элементы хореографии;
- образно-игровые движения.

1. «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

2. «Танцевально – ритмическая гимнастика». Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов. Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. Все упражнения для занятий подобраны с учетом их корригирующего значения.

3. «Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают мир внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Очень важным фактором, необходимым для развития речи, является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами. Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются.

4. «Строевые упражнения» являются средством организации занимающихся и целесообразного их размещения в зале. Строевые упражнения способствуют развитию умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

5. «Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

6. «Музыкально-подвижные игры» содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике .

7. «Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим играм создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

8. «Элементы хореографии». Они используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища. Все хореографические упражнения являются прекрасным средством формирования осанки и культуры движений.

9. «Образно-игровые упражнения» представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д. Для детей дошкольного возраста предлагается следующая последовательность использования образов:

- знакомые детям животные и птицы;
- интересные предметы;
- растения и явления природы;
- люди, профессии.

**Цель.** Развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. Технология нацелена на общее, психическое, духовное и физическое развитие детей от четырех лет.

#### **Задачи.**

##### **Образовательные:**

- способствовать всестороннее развитие и раскрытие творческого начала в каждом ребенке;
- способствовать раннему развитию ребенка через различные виды музыкально-ритмических движений;
- гармонически развивать танцевальные и музыкальные способности, память и внимание;
- приобщать детей к основам актерского мастерства, к умению вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

##### **Развивающие:**

- развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- развитие музыкальной памяти.
- развитие ловкости, точности, координации движений;

- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации в движении.
- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

#### **Воспитательные:**

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения;
- формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

#### **Объем и срок освоения программы предусматривает:**

Срок освоения программы: 10 месяцев - 78 часов.

Форма обучения - очная.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Набор детей в объединение – свободный, вне зависимости от пола, физических особенностей развития, способностей ребенка. Основной формой кружка является групповое занятие. Во время проведения занятия возможна индивидуальная форма работы педагога с детьми. Состав формируется из воспитанников одного возраста (средняя группа, 4-5 лет). Состав группы постоянный.

#### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Данная образовательная программа рассчитана на детей от 4 до 5 лет. Учебные группы комплектуются по возрастному принципу. Численный состав групп 10-15 человек. Режим проведения учебных занятий 2 раза в неделю по 20 минут. Таким образом, образовательная программа по ритмике рассчитана на 78 учебных занятий в год.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на возрастную группу детей 4-5 лет. Это средняя группа ДООУ. Важно отметить, что в игровой деятельности детей появляются ролевые взаимодействия. Это должно учитываться при использовании форм, методов и приемов обучения воспитанников ритмике. Двигательная сфера характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом. Ведущим становится познавательный мотив.

Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но вызывает у него интерес. У детей формируется потребность уважения со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Взаимодействия со сверстниками характеризуется избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. В группах начинают выделяться лидеры. Появляется конкурентность, соревновательность.

Для детей 4-5 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену характера музыки.

Принципы отбора содержания.

- принцип полноты и целостности музыкального образования детей, подразумевающий совокупность знаний, умений и навыков по всем видам детской музыкальной деятельности, их органическую взаимосвязь;
- принцип деятельностного подхода, предусматривающий признание ведущей роли обучения музыкальной деятельности в воспитании их нравственной сферы, развития способностей, познавательных процессов и личностных новообразований;
- принцип культуросообразности, заключающийся в последовательном освоении красоты разнообразных направлений музыкального искусства;
- принцип последовательности, подразумевающий логичное усложнение задач музыкального образования детей и содержания музыкального репертуара;
- принцип тематизма, позволяющий средствами музыкального искусства последовательно знакомить детей с разнообразием окружающих их социумов: миром ребенка и сверстников, миром взрослых людей, миром природы и т.п.
- принцип системности, обеспечивающий организацию процесса музыкального образования;
- принцип развивающего обучения, ориентирующий педагога на зону ближайшего развития каждого ребенка;
- принцип гуманизации, предусматривающий реализацию программы в условиях лично ориентированной модели музыкально-педагогического процесса.

**Основные формы и методы.** В процессе реализации поставленных задач педагог сталкивается с проблемой выбора методов и форм развития ребенка, обеспечения максимально комфортных условий для занятий с детьми и, в то же время, поиска наиболее эффективных способов достижения результатов. Как научить

детей тонко воспринимать музыку, выполнять разнообразные двигательные упражнения, свободно импровизировать, выражая в пластике музыкальный образ? Для реализации этих задач необходимы следующие условия:

1. Использование интенсивных методов обучения — выполнение большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка.
2. Обеспечение психологического комфорта детей и педагогов в процессе выполнения движений под музыку.
3. Выбор оптимальной системы занятий.
4. Объединение усилий всего педагогического коллектива на решение поставленных задач.

### **Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарно – эпидемиологическими правилами и нормативами СанПин 2.4.1.3049 – 13 от 29.05.2013г., Программы по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» Бурениной А.И., Федерального Государственного образовательного стандарта дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Р.Ф. от 17 октября 2013 №1155. Указанные нормативные основания позволяют образовательному учреждению разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей воспитанников.

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и



способностей воспитанников, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

- формирование коммуникативных навыков в среде сверстников.

Материально-технические условия.

Музыкальный зал в МАДОУ «Детский сад № 74» предназначен для проведения музыкальных занятий и занятий ритмикой с дошкольниками, праздников, вечеров развлечений, совместных мероприятий с родителями и воспитателями, а также, для индивидуальной работы с детьми. Музыкальный зал находится на втором этаже, соответствует требованиям СанПина и правилам пожарной безопасности. Зал окрашен в приятный спокойный цвет, который создает психологический комфорт у детей. Развивающая предметно-пространственная среда для всех групп содержательно насыщена и соответствует возрастным возможностям детей. Игровой материал периодически меняется, появляются новые предметы, стимулирующие игровую, двигательную и исследовательскую активность детей, (с учётом изменения - сезонной тематики), таким образом, развивающая среда является вариативной. Образовательное пространство музыкального зала оснащено:

- Детскими стульчиками
- Шкафами, предназначенными под атрибуты
- Столы для музыкальных инструментов и атрибутов. Размер столов позволяет любому ребенку взять инструмент или атрибут самостоятельно.
- CD проигрывателем с колонками.
- Музыкально-дидактическими играми и пособиями
- фортепиано

Зал поделен на две зоны: спокойную и активную. Активная зона. В музыкальном зале активная зона - это самое большое пространство для музыкального движения. Поскольку некоторая часть активной деятельности происходит сидя, стоя или лежа на полу, то в музыкальном зале есть коврики, которые быстро и легко можно расположить на полу. Спокойная зона. В спокойной зоне осуществляются восприятие музыки и танца. В зоне смонтированы технические средства обучения.

Атрибуты и оборудование, необходимые для реализации программы: палочки, платочки, погремушки, кубики, шарики, куклы, ленточки, флажки, цветы; султанчики, резиновые игрушки, мягкие игрушки, бубенчики, колокольчики, шарфики, грибочки, листочки, мячики. Оборудование: нотные приложения; музыкальные записи на компакт - дисках; дидактический материал; ИКТ (компьютер, интерактивная доска, мультимедийное оборудование).

**Планируемые результаты.** Результатом занятий будет способность детей средней группы (4-5 лет) передавать в пластике разнообразный характер музыки,

различные оттенки настроения; передавать основные средства музыкальной выразительности; различать жанр произведения и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове; передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений; ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов; исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку; самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки; передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей; выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании; выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры; находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами.

Дети пятого года жизни, прошедшие обучение по данной Программе, должны знать: назначение спортивного зала и правила поведения в нём; правила подвижных игр; понятия: круг, шеренга, колонна.

## 2. Содержание программы

### 2.1 Учебный план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество теоретических часов	Количество практических часов	Итоговое занятие
1.	Игроритмика - Темп музыки – движения соответствуют темпу музыки - Взаимосвязь темпа музыки и движений - Динамика музыки - Отражение в движении характера музыки; - Строение музыкального произведения – вступление, начало, проигрыш, концовка, - Форма – куплетная - Метр – 4х дольный, 2х дольный Сильная, слабые доли.	1	8	Соревнование внутри группы
2.	Игропластика (стретчинг, гимнастика) - постановка корпуса стоя - постановка корпуса сидя - постановка корпуса лежа - упражнения для развития мышечной силы и гибкости	1	9	

3.	Строевые упражнения - Марш – на месте, с продвижением, со сменой направления - Соблюдение интервала - Бег – колени впереди, стопы назад, на месте и с продвижением - Прыжки – на месте, с продвижением, с вытянутыми ногами - построение в шеренгу (линию) и в колонну; - перестроение в круг; - бег по кругу и по ориентирам «змейкой»; - построение в шахматном порядке - Движения в паре, ладушки	1	9	Творческая мастерская
4.	Музыкально-подвижные игры - игры на определение динамики музыкального произведения; - подвижные игры, с мячом, с погремушками, с муз. инструментами - игры-превращения, подражания, образные сравнения - ролевые игры - имитация разнообразных действий - имитацией поведения птиц, зверей	1	13	
5.	Элементарные танцевальные движения - Шаг хороводный, танцевальный. Топающие шаги - Шаг приставной, приставной с полуприседанием - Полуприседание (пружинка) с наклоном корпуса, полуприседание с поворотом корпуса - Полуприседание с выставлением ноги на пятку. - Подскоки.	1	15	Открытое занятие для родителей
6.	Танцевально-ритмические этюды - имитационные, - образные -общеразвивающие, - координационные - образно-танцевальные композиции	1	15	Соревнование внутри группы
<b>Итого 78 часов</b>		<b>7</b>	<b>67</b>	<b>4</b>

### *2.2 Календарный учебный график*

№ п/п	Содержание занятий	дата	Время проведения	Форма проведения	Место проведения/ Форма контроля
<b>сентябрь</b>					
1.	Музыкально-подвижные игры. Игра-превращение «Большие и маленькие»		Согласно утвержденного	аудиторные	Использование в повседневн

2.	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический имитационный этюд «Шофер»		расписани я		ой жизни
3.	Строевые упражнения. Шаги на месте, свободные шаги по залу под музыку				
4.	Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости «У зайки ушки»				
5.	Игроритмика. Сильная доля				
6.	Элементарные танцевальные движения. Топающие шаги				
7.	Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический этюд с погремушкой				
8.	Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический образный этюд «Крылья»				
<b>октябрь</b>					
9.	Музыкально-подвижные игры. Игра-превращение «Курочка»		Согласно утвержден ного расписани я	аудиторны е	Используй вание в повседневн ой жизни
10	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с погремушкой				
11	Игроритмика. Хлопки под музыку на каждую долю				
12	Игроритмика. Темп музыка – быстро, медленно				
13	Строевые упражнения. Прыжки с продвижением				
14	Музыкально-подвижные игры. Имитация поведения птиц, зверей «Лягушка-путешественница»				
15	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с ложками				
16	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический общеразвивающий этюд «Комарики»				
<b>ноябрь</b>					
17	Игроритмика. Шаг, хлопки, топ-топ		Согласно утвержден ного	аудиторны е	Используй вание в повседневн
18	Игроритмика. Строевание				

	музыкального произведения – вступление, начало		расписани я		ой жизни
19	Строевые упражнения. Построение в колонну, упражнение «Паровоз»				
20	Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости				
21	Строевые упражнения. Шаги на месте, свободные шаги по залу под музыку				
22	Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости «У зайки ушки»				
23	Музыкально-подвижные игры. Игра-превращение «Курочка»				
24	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с погремушкой				
<b>декабрь</b>					
25	Игроритмика. Хлопки под музыку на каждую долю		Согласно утвержден ного расписани я	аудиторны е	Творчески й отчет
26	Игроритмика. Темп музыка – быстро, медленно				
27	Музыкально-подвижные игры. Имитация поведения птиц, зверей «Кошечка»				
28	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический имитационный этюд «Паровоз»				
29	Игроритмика. Темп музыки, устойчивость в темпе;				
30	Игропластика (стретчинг, гимнастика). Вытянутая и сокращенная стопа. упражнение «Ушки у зайки»				
31	Строевые упражнения. Построение круга, упражнение «Карусель»				
32	Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально- ритмический этюд с мячом				
<b>январь</b>					
33	Игроритмика. Динамика музыки		Согласно утвержден ного	аудиторны е	Открытое занятие
34	Строевые упражнения. Постановка корпуса, упражнение «Солдатик»				

35	Элементарные танцевальные движения. Полуприседание (пружинка)		расписани я		
36	Музыкально-подвижные игры. Игры-превращения «Вот подул наш ветерок»				
37	Игроритмика. Топ-топ на месте, с продвижением Музыкально-подвижные игры. Игра-превращение «Мишка косолапый»				
38	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический общеразвивающий этюд «Поплыли» Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости «Незнайка»				
<b>февраль</b>					
39	Строевые упражнения. Марш на месте, знакомство с маршевой музыкой		Согласно утвержденного расписани я	аудиторны е	Используй вание в повседнев ной жизни
40	Игроритмика. Динамика – громко, тихо				
41	Музыкально-подвижные игры. Имитация поведения птиц, зверей. Игр				
42	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический имитационный этюд «Самолет»				
43	Игроритмика. Строевание музыкального произведения – часть				
44	Строевые упражнения. Марш – на месте, с продвижением				
45	Элементарные танцевальные движения. Полуприседание с поворотом				
46	Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости				
<b>март</b>					
47	Игроритмика. Отражение в движении характера музыки;		Согласно утвержден	аудиторны е	Творческий концерт

48	Строевые упражнения. Бег – на месте, с продвижением		ного расписани я		
49	Элементарные танцевальные движения. Полуприседание с выставлением ноги на пятку				
50	Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический этюд общеразвивающий «Деревце»				
51	Строевые упражнения. Бег по залу				
52	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с мячом				
53	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический общеразвивающий этюд «Ветерок»				
54	Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости «Мельница»				
<b>апрель</b>					
55	Строевые упражнения. Прыжки на месте		Согласно утвержден ного расписани я	аудиторны е	Используй вание в повседневн ой жизни
56	Игроритмика. Строевое музыкальное произведение – вступление, начало				
57	Музыкально-подвижные игры. Игра-превращение «Большие и маленькие»				
58	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический имитационный этюд «Шофер»				
59	Игроритмика. Метр – 4х дольный				
60	Строевые упражнения. Прыжки – на месте, с продвижением				
61	Музыкально-подвижные игры. Ролевые игры «Курочка и цыплята»				
62	Музыкально-подвижные игры. Игры-имитации поведения птиц, зверей «Кошка, мышка и собачка»				
<b>май</b>					
63	Игроритмика. Сильная доля. Элементарные танцевальные движения. Топающие шаги		Согласно утвержден ного расписани	аудиторны е	Используй вание в повседневн ой жизни
64	Танцевально-ритмические этюды,				

	постановки. Танцевально-ритмический этюд с погремушкой		я		
65	Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический образный этюд «Крылья» Строевые упражнения. Прыжки с продвижением				
66	Музыкально-подвижные игры. Имитация поведения птиц, зверей «Лягушка-путешественница»				
67	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с ложками				
68	Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический общеразвивающий этюд «Комарики»				
<b>июнь</b>					
69	Игроритмика. Шаг, хлопки, топ-топ		Согласно утвержденного расписания	аудиторные	Открытое занятие
70	Игроритмика. Строевое музыкального произведения – вступление, начало				
71	Строевые упражнения. Построение в колонну, упражнение «Паровоз»				
72	Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости				
73	Игроритмика. Темп музыки, устойчивость в темпе;				
74	Строевые упражнения. Построение круга, упражнение «Карусель»				
75	Игропластика (стретчинг, гимнастика). Вытянутая и сокращенная стопа, упражнение «Ушки у зайки»				
76	Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический этюд с мячом				

### Содержание программы

#### Раздел 1



Тема 1. Игроритмика. 10 часов. Темп музыки – движения соответствуют темпу музыки. Взаимосвязь темпа музыки и движений. Динамика музыки. Отражение в движении характера музыки. Строевание музыкального произведения – вступление, начало, проигрыш, концовка. Форма – куплетная - Метр – 4х дольный, 2х дольный. Сильная, слабые доли.

- Музыкально-подвижные игры.
- Игра-превращение «Большие и маленькие»
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический имитационный этюд «Шофер»
- Строевые упражнения. Шаги на месте, свободные шаги по залу под музыку
- Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости «У зайки ушки»
- Игроритмика. Сильная доля
- Элементарные танцевальные движения. Топлющие шаги
- Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический этюд с погремушкой
- Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический образный этюд «Крылья»
- Музыкально-подвижные игры. Игра-превращение «Курочка»
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с погремушкой
- Игроритмика. Хлопки под музыку на каждую долю
- Игроритмика. Темп музыка – быстро, медленно
- Строевые упражнения. Прыжки с продвижением
- Музыкально-подвижные игры. Имитация поведения птиц, зверей «Лягушка-путешественница»
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с ложками

Тема 2. Игропластика (стретчинг, гимнастика) 10 часов. Постановка корпуса стоя. Постановка корпуса сидя. Постановка корпуса лежа. Упражнения для развития мышечной силы и гибкости

- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический общеразвивающий этюд «Комарики»
- Игроритмика. Шаг, хлопки, топ-топ

- Игроритмика. Строеие музыкального произведения – вступление, начало
- Строевые упражнения. Построение в колонну, упражнение «Паровоз»
- Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости
- Строевые упражнения. Шаги на месте, свободные шаги по залу под музыку
- Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости «У зайки ушки»
- Музыкально-подвижные игры. Игра-превращение «Курочка»
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с погремушкой
- Игроритмика. Хлопки под музыку на каждую долю
- Игроритмика. Темп музыка – быстро, медленно
- Музыкально-подвижные игры. Имитация поведения птиц, зверей «Кошечка»
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический имитационный этюд «Паровоз»
- Игроритмика. Темп музыки, устойчивость в темпе;
- Игропластика (стретчинг, гимнастика). 27 Вытянутая и сокращенная стопа, упражнение «Ушки у зайки»

Тема 3. Строевые упражнения. 10 часов. Марш – на месте, с продвижением, со сменой направления. Соблюдение интервала. Бег – колени впереди, стопы назад, на месте и с продвижением. Прыжки – на месте, с продвижением, с вытянутыми ногами. Построение в шеренгу (линию) и в колонну. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам «змейкой». Построение в шахматном порядке. Движения в паре, ладошки

- Строевые упражнения. Построение круга, упражнение «Карусель»
- Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический этюд с мячом
- Игроритмика. Динамика музыки
- Строевые упражнения. Постановка корпуса, упражнение «Солдатик»
- Элементарные танцевальные движения. Полуприседание (пружинка)
- Музыкально-подвижные игры. Игры-превращения «Вот подул наш ветерок»
- Игроритмика. Топ-топ на месте, с продвижением
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический

- общеразвивающий этюд «Поплыли»
- Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости «Незнайка»
- Музыкально-подвижные игры. Игра-превращение «Мишка косолапый»
- Строевые упражнения. Марш на месте, знакомство с маршевой музыкой
- Игроритмика. Динамика – громко, тихо
- Музыкально-подвижные игры. Имитация поведения птиц, зверей. Игр
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический имитационный этюд «Самолет»
- Игроритмика. Строение музыкального произведения – часть

Тема 4. Музыкально-подвижные игры. 12 часов. Игры на определение динамики музыкального произведения. Подвижные игры, с мячом, с погремушками, с музыкальными инструментами. Игры-превращения, подражания. Образные сравнения. Ролевые игры. Имитация разнообразных действий. Имитация поведения птиц, зверей

- Игроритмика. Строение музыкального произведения – часть
- Строевые упражнения. Марш – на месте, с продвижением
- Элементарные танцевальные движения. Полуприседание с поворотом
- Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости
- Игроритмика. Отражение в движении характера музыки;
- Строевые упражнения. Бег – на месте, с продвижением
- Элементарные танцевальные движения. Полуприседание с выставлением ноги на пятку
- Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический этюд общеразвивающий «Деревце»
- Строевые упражнения. Бег по залу
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с мячом
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический общеразвивающий этюд «Ветерок»
- Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости «Мельница»
- Строевые упражнения. Прыжки на месте
- Игроритмика. Строение музыкального произведения – вступление,

начало

- Музыкально-подвижные игры. Игра-превращение «Большие и маленькие»
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический имитационный этюд «Шофер»

Тема 5. Элементарные танцевальные движения. 16 часов. Шаг хороводный, танцевальный. Топающие шаги. Шаг приставной, приставной с полуприседанием. Полуприседание (пружинка) с наклоном корпуса, полуприседание с поворотом корпуса. Полуприседание с выставлением ноги на пятку. Подскоки.

- Игроритмика. Метр – 4х дольный
- Строевые упражнения. Прыжки – на месте, с продвижением
- Музыкально-подвижные игры. Ролевые игры «Курочка и цыплята»
- Музыкально-подвижные игры. Игры-имитации поведения птиц, зверей «Кошка, мышка и собачка»
- Игроритмика. Сильная доля
- Элементарные танцевальные движения. Топающие шаги
- Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический этюд с погремушкой
- Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический образный этюд «Крылья»
- Строевые упражнения. Прыжки с продвижением
- Музыкально-подвижные игры. Имитация поведения птиц, зверей «Лягушка-путешественница»
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический этюд с ложками
- Танцевально-ритмические этюды. Танцевально-ритмический общеразвивающий этюд «Комарики»
- Игроритмика. Шаг, хлопки, топ-топ
- Игроритмика. Строевое музыкального произведения – вступление, начало
- Строевые упражнения. Построение в колонну, упражнение «Паровоз»

## Раздел 2

Тема 6. Танцевально-ритмические этюды. 16 часов. Имитационные, образные, общеразвивающие, координационные, образно-танцевальные композиции

- Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости
- Игроритмика. Темп музыки, устойчивость в темпе;
- Строевые упражнения. Построение круга, упражнение «Карусель»
- Игропластика (стретчинг, гимнастика). Вытянутая и сокращенная стопа, упражнение «Ушки у зайки»
- Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический этюд с мячом
- Игроритмика. Динамика музыки
- Строевые упражнения. Постановка корпуса, упражнение «Солдатик»
- Элементарные танцевальные движения. Полуприседание (пружинка)
- Музыкально-подвижные игры. Игры-превращения «Вот подул наш ветерок»
- Игроритмика. Строевое музыкального произведения – часть
- Строевые упражнения. Марш – на месте, с продвижением
- Элементарные танцевальные движения. Полуприседание с поворотом
- Игропластика (стретчинг, гимнастика). Упражнения для развития мышечной силы и гибкости
- Игроритмика. Отражение в движении характера музыки;
- Строевые упражнения. Бег – на месте, с продвижением
- Элементарные танцевальные движения. Полуприседание с выставлением ноги на пятку
- Танцевально-ритмические этюды, постановки. Танцевально-ритмический этюд общеразвивающий «Деревце»
- Игроритмика. Метр – 4х дольный
- Строевые упражнения. Прыжки – на месте, с продвижением
- Музыкально-подвижные игры. Ролевые игры «Курочка и цыплята»
- Музыкально-подвижные игры. Игры-имитации поведения птиц, зверей «Кошка, мышка и собачка»

По завершении темы предусмотрен творческий отчет воспитанников.

### **3. Организационно-педагогические условия Материально-техническое обеспечение:**

- интерактивная доска;

- мультимедийный проектор;
- ноутбук;
- музыкальный центр;
- синтезатор;
- флеш-накопитель;
  - колонка музыкальная;
- музыкальные инструменты: бубенчики, бубны, маракасы, деревянные ложки, погремушки, музыкальные молоточки, металлофоны, треугольники, барабаны;
- игровое оборудование: куклы би-ба-бо (петрушечные), сюжетные игрушки;

#### **Методическое обеспечение:**

- музыкальные диски;
- электронные наглядные пособия;
- Презентации по темам;
- информационно-образовательные ресурсы в виде печатной продукции;
- информационно-образовательные ресурсы Интернета;
- видеоролики;
- музыкально-дидактические игры;
- конспекты занятий-путешествий, творческих заданий.

#### **Список литературы**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.
5. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. А.И. Буренина Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
7. Н.А. Ветлугина Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
8. Н.С. Голицина Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.

9. Л.Г.Горькова, Л.А. Обухова Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007. - 112 с.
- 10.М.А. Давыдова Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. - 240 с.
- 11.Е.Кутузова. С.Коваленко Танцевально-игровое пособие «Кукоша»
- 12.Н.Н. Ефименко Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок. Веста. 2005 – 64 с.
- 13.Н.Зарецкая, З.Роот, Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
- 14.Т.А.Затямина, Л.В. Степетова Музыкальная ритмика. – М.: Глобус, 2009. – 110 с.
- 15.И.Каплунова, И. Новоскольцева Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. – СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
- 16.Т.Ф. Коренева Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста в 2 частях. – М: Владос, 2001. -103 с.
- 17.М.А.Михайлова, Н.В. Воронина Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.
- 18.Т.И. Суворова «Спортивные олимпийские танцы для детей»- СПб.: Музыкальная палитра, 2008. – 48 с.
- 19.Т.И. Суворова Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
- 20.Т.И. Суворова Танцевальная ритмика малышам. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44с.
- 21.Г.П. Федорова Весенний бал. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.
- 22.Г.П. Федорова Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40

## Карта усвоения программы обучения

№	Ф.И.О.	Раздел 1			Раздел 2		
		Умеет передавать характерные особенности			Умеет анализировать, проявляет инициативу и самостоятельность		
		да	нет	частично	да	нет	частично