

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребёнка - детский сад №50 «Непоседа»
города Новочебоксарска Чувашской Республики**

РАССМОТРЕНО

на заседании
педагогического совета
МБДОУ «Центр развития
ребёнка – детский сад №50
«Непоседа»
Протокол № 5
от «10» февраля 2026 года

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего
МБДОУ «Центр развития
ребёнка – детский сад №50
«Непоседа»
№ 48
от «10» февраля 2026 года

**Дополнительная общеобразовательная программа
художественной направленности
«Весёлая ритмика и танец»
для детей 3 – 5 лет
Срок реализации программы: 3 года**

**Автор:
Бульбарова Татьяна Владимировна,
музыкальный руководитель,
1 квалификационной категории**

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа «Веселая ритмика и танец» (далее по тексту - программа) разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 (ред. от 13 июля 2015) «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (п.10.1, ст.2, ч.6, 64 и ст. 12, ч.3 ст.18; Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Правительством РФ, распоряжение №678-Р от 31 марта 2022 г.); Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», устава Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка-детский сад №50 «Непоседа» города Новочебоксарска Чувашской Республики и с учетом парциальных программ А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика», Т. Суворовой «Танцевальная ритмика для детей», О. Киенко «Азбука танца», М.Ю. Василенко «Красота и гармония»

Актуальность Ритмика - специальный раздел, который имеет целью активизировать восприятие детьми музыки через движение и помочь выявить их музыкальные способности. Актуальность данной программы связана с использованием нетрадиционных разнообразных средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей, позволяющие насытить образовательный процесс положительными эмоциями, увеличить двигательную активность детей, которая является мощным фактором интеллектуального и эмоционального развития ребенка.

При составлении программы использовались следующие программы и технологии:

- Программа «Ритмическая мозаика», А.И. Буренина;
- «Танцевальная ритмика для детей» Т.И.Суворова;
- Программа «Азбука танца» Ольги Киенко;

- Программа кружка дополнительного образования по ритмике для детей 4-7 лет «Красота и гармония» М.Ю. Василенко

Программа «Весёлая ритмика и танец» ориентированна на детей дошкольного возраста от 3-х до 5-ти лет. В качестве основной формы реализации программы выступает организация танцевального кружка. Занятия проводятся в музыкальном зале.

Цель программы «Веселая ритмика и танец» – содействовать гармоничному развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой деятельности. Укреплять физическое и психическое здоровье детей, научить правильно, красиво двигаться и танцевать, воспитать эстетическое чувство вкуса.

Задачи программы:

Образовательные:

- Приобщать к танцевальному искусству, расширение знаний о танцах;
- Формировать навыков основных танцевальных движений;

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.
- Воспитывать коммуникативные качества у детей, активность и самостоятельность,
- Формировать общую культуру личности ребёнка, способностей ориентироваться в современном обществе.
- Создать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

Развитие музыкальности:

- Развивать способность воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;
- Развивать музыкальные способности (музыкальный слух, чувства ритма);
- Развивать музыкальную память.

Развитие двигательных качеств и умений:

- Развивать ловкость, точность, координацию движений;
- Развивать гибкость и пластичность;
- Формировать правильную осанку, красивую походку;
- Воспитывать выносливость, развивать силу;
- Развивать умения ориентироваться в пространстве;
- Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений;

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- Развивать творческое воображение и фантазию;
- Развивать способность к импровизации в движениях.

Развитие и тренировка психических процессов:

- Развивать эмоциональную сферу
- Формировать и умение выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- Тренировать подвижность нервных процессов;
- Развивать восприятие, внимание, волю, память, мышление.

Принципы рабочей программы:

- принцип развивающего образования;
- принципы научной обоснованности и практической применимости;
- принцип полноты, необходимости и достаточности;
- принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;
- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;
- принцип варьирования образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;
- принцип преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой;
- принцип построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми;
- принцип, предусматривающий решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования
- принцип индивидуального подхода (трепетное и ответственное отношение к учету в воспитании индивидуальных особенностей и создание каждому ребенку своеобразных условий свободы выбора для проявления самостоятельности и творчества в деятельности).
- Принцип амплификации (обогащения) детского развития (А.В. Запорожец, Н.Н. Поддьяков);
- Принцип учёта этнокультурной ситуации развития детей;
- Принцип деятельностного подхода (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев);
- Принцип активизации ассоциативного мышления и стимулирования познавательной и творческой активности детей;

- Принцип интеграции в организации освоения содержания художественно-эстетического образования.

Законодательно-нормативное обеспечение программы:

- Закон РФ «Об образовании» № 273 – ФЗ от 29.12.12 .
- Санитарные нормы и правила, утвержденные совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзором от 15.05.2013 №26 СанПиН 2.4.1.3049-13.
- Устав образовательного учреждения.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы обучения, используемые в программе.

В работе с дошкольниками обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения пройденный материал подается на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

В подходе к каждой конкретной группе детей проявляется определенная гибкость, учитывается при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

В программе представлены различные разделы, но основными являются **танцевально – ритмический**, в основе которого программа А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика» и «Танцевальная ритмика для детей». Т. Суворовой. В танцевально-ритмический раздел входят разделы: **игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями.** Игру-путешествие (сюжетное занятие) предлагаем взять за основу построения занятия, так как она включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Раздел **креативной и танцевально-игровой гимнастики включает:** музыкально-творческие игры и специальные задания. Программа по ритмике также дополнена такими разделами, как: **элементы хореографии** (О.Киенко «Азбука танца») и **образно-игровые движения** или по-другому упражнения с превращениями («Красота и гармония» М.Ю. Василенко; М.А. Михайлова, Н.В. Воронина «Танцы, игры, упражнения для красивого движения»).

На основе современных диагностик («Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка» А.И. Буренина, «Тесты для определения специальных хореографических данных» С.Л. Слуцкая, «Обследование уровня развития физических качеств» Н.В. Полтавцева) была разработана диагностика музыкально-двигательного развития детей дошкольного возраста.

Содержание программы по ритмике определяют следующие разделы:

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

Логоритмика. Движения выполняются под стихи. Логоритмика используется в подготовительной части занятия, в партерной гимнастике, в разучивании танцевальных элементов, в образных танцах и в играх (**Приложение 2**).

Музыкальная разминка. Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

Ритмическая гимнастика. Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

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

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

Партерная гимнастика. Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия и выполняются с использованием логоритмики. (**Приложение 3**)

Танцевальные движения. Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

Стретчинг – это система естественных статических растяжек мышц тела и суставно - связочного аппарата рук, ног, способствующая укреплению позвоночника и позволяющая предотвратить нарушения осанки и исправить ее. Так же растяжка способствует развитию гибкости, раскрепощённости и уверенности в себе.

Сюжетно-образные танцы. Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности

движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются как правило изученные танцевальные движения. **(Приложение 4)**

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

Музыкальные игры. Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве. **(Приложение 5)**

2.2. Примерный план организации занятия кружка «Весёлая ритмика и танец»

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- партерная гимнастика
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

- музыкальная игра
- построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

2.3 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

При реализации данной рабочей программы структура педагогического процесса определяется типом взаимодействия взрослого с детьми, т.е. в зависимости от занимаемой взрослым позиции по отношению к детям – позиции равного партнера, создателя развивающей среды и предметного мира

ребенка-дошкольника. В соответствии с ФГОС дошкольного образования учебная модель не актуальна, поэтому блок совместной деятельности расширен в организационном и содержательном планах за счет использования нетрадиционных форм работы с детьми, адекватных данному возрастному периоду. В частности НОД организуются в форме игровых развивающих ситуаций и ситуаций общения.

Формы танцевально-ритмической деятельности:

- Игровая ситуация
- Творческое задание
- Мастер-класс
- игропластика
- пальчиковая гимнастика
- игровой самомассаж
- музыкально-подвижные игры
- игры-путешествия
- танцевально-ритмическая гимнастика
- музыкально-подвижные игры
- Креативная гимнастика
- Элементы хореографии
- Образно-игровые движения

Средства танцевально-ритмической деятельности:

- Этюды-настроения, этюды-сюжеты
- Упражнения на расслабление
- Ритмические упражнения
- Дидактические игры по развитию чувства ритма
- Музыкальные игры
- Ритмические танцы
- Тематические занятия
- Сюжетные занятия
- Занятия импровизации
- Занятия-путешествия
- Праздники, развлечения, досуги.

Методы и приемы танцевально-ритмической деятельности:

-Игровые (игровые ситуации)

-Наглядные (рассматривание слайд-фильмов, показ иллюстраций, картинок, совместное исполнение движений, применение наглядных пособий))

-Метод оживления детских эмоций (сюрпризные моменты, игровые персонажи)

-Словесные: вопросы, беседа, напоминание, обсуждение, повторения, анализ детской танцевально-ритмической деятельности.

-Погружение в музыку

2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Главным условием организации образовательного процесса в соответствии с ФГОС дошкольного образования является полноценно организованная образовательная среда, которая строится с учетом реализации образовательных областей в двух основных составляющих (моделях) организации образовательного процесса:

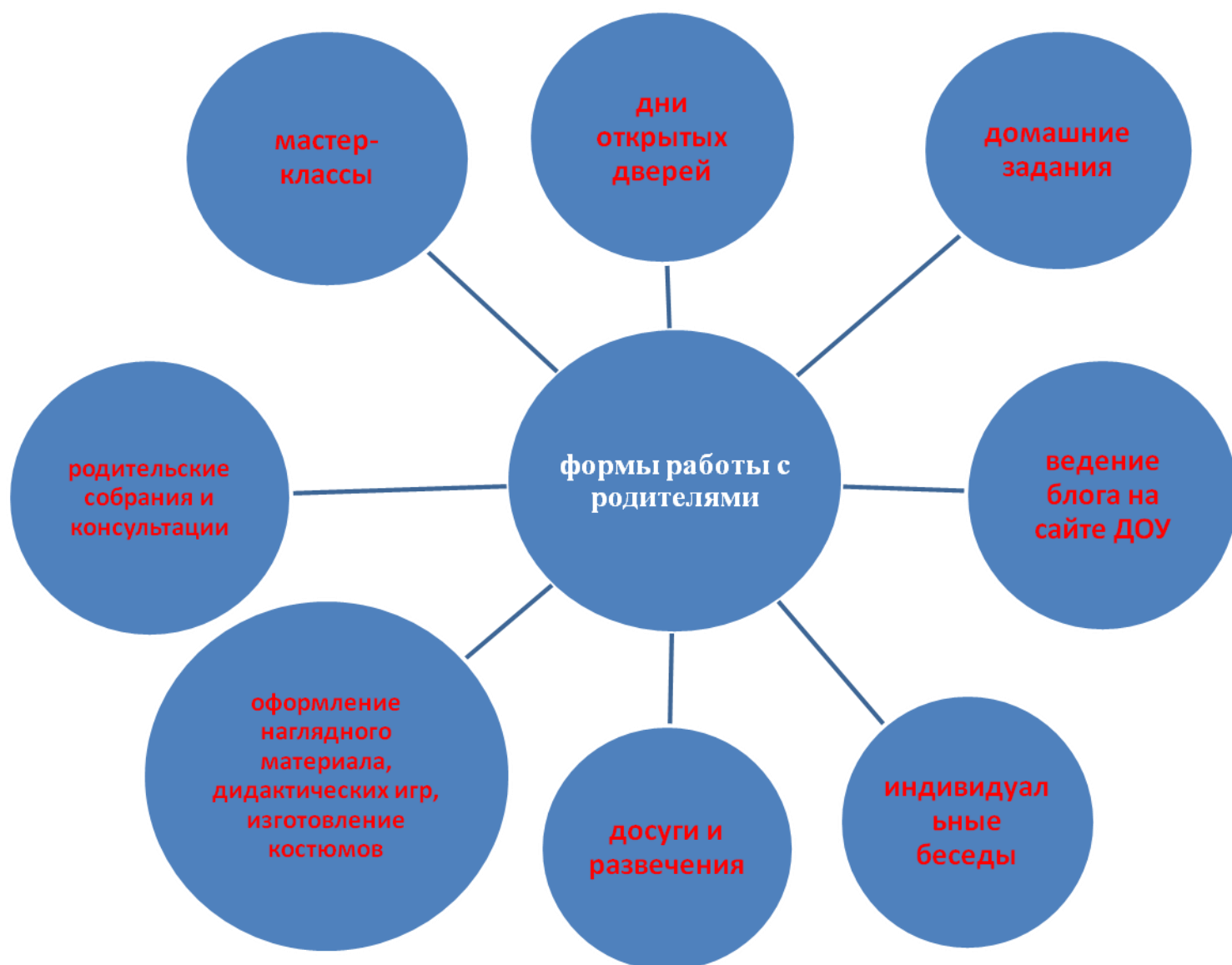
- 1) Совместная (партнерская) деятельность взрослого и детей;
- 2) Самостоятельная деятельность детей.

Но педагогом может организовываться и учебная модель организации образовательного процесса, так как ФГОС дошкольного образования предусматривает задачу формирования предпосылок учебной деятельности.

2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы.

- Музыкальные игры и творческие импровизации на музыкальных инструментах, в движении, пении, театрально-исполнительской деятельности.
- Проблемные ситуации и предметы, побуждающие детей к инициативе
- ТРИЗ-технология
- Проектная технология
- Художественно-дидактические игры

2.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников



План мероприятий с родителями воспитанников

Месяц	Мероприятие
Октябрь	• Индивидуальные консультации в течении всего года. Просвещать родителей по вопросам музыкального развития ребёнка • Анкетирование. Проанализировать музыкальное воспитание ребёнка в семье. • Оформление информационного стенда (памятки). Раскрывать возможности музыкально-ритмических движений, как средства благоприятного воздействия на развитие ребёнка.
Ноябрь	• Привлекать родителей к совместной музыкально-художественной деятельности . Домашнее задание: изготовление атрибутов и

	костюмов к осеннему развлечению • Памятка « Движение в жизни ребёнка»
Декабрь	• Домашнее задание : посетить спектакль Театра оперы и балета в г.Чебоксары. • Изготовление атрибутов к новогодним праздникам • Привлекать к совместной досуговой деятельности « Что растёт на ёлке?»
Январь	• Беседа « Создание музыкальной среды дома» • Открытая непосредственно –образовательная деятельность. Знакомить с содержанием музыкально-ритмической деятельности в ДОУ.
Февраль	• Семинар-практикум « Музыкальные игры дома» Продолжать просвещать родителей в области музыкально-ритмического воспитания в семье
Март	• Домашнее задание: изготовление атрибутов к празднику мамы. • Совместный досуг « Вместе весело плясать!»
Апрель	• Домашнее задание : посетить спектакль Театра оперы и балета в г. Чебоксары. Продолжать информировать родителей о концертах профессиональных и самодеятельных коллективов, проходящих в учреждениях дополнительного образования.
Май	• Памятка « У меня сегодня праздник!» • Праздничный концерт « танцуют все!»

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Календарно-тематический план работы

Программа разделена по возрастам и рассчитана на три года обучения в соответствии с возрастными группами детей:

Младшая группа – дети 3-4 лет, занятия 1 раз в неделю по 15 мин.

Средняя группа – дети 4-5 лет, занятия 1 раз в неделю по 20 мин.

Старшая группа – дети 5-6 лет, занятия 1 раз в неделю по 25 мин.

Младшая группа. Дети 3-4 лет. Первый год обучения.

Возрастные особенности. Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. Дети этого возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе, не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений. Движения этих детей не достаточно согласованы, им трудно выполнять танцевальные композиции, но они могут стараться выполнять движения по показу. В этом возрасте нужно больше давать ритмических упражнений и игр и использовать различные образы в показе упражнений.

Содержание программы.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Мы идем в зоопарк
- Мы гуляем в лесу
- Морское путешествие
- Упражнения с погремушками, лентами на кольцах, флажками, султанчиками

Партерная гимнастика.

- упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик»;
- упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)
- упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение;

Танцевальные движения.

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- шаги на полупальцах и пятках;
- различные хлопки
- хороводы
- танцевальные движения с атрибутами (бубны, погремушки, флажки, платочки)

Сюжетно-образные танцы

Ритмические и образные танцы по показу: «Паучок», «Дождик», «Танец утят», «Арам-зам-зам», «Буги-вуги», «Тучка»

Музыкальные игры

Игры по ориентации в пространстве: построение в круг, построение в линию, построение в две линии, «Море волнуется», «Кошки-мышки», «Зайцы-волки», «Зоопарк», «Птицы», «Машинки», «Самолеты», «Вперед 4 шага»

Итоговое занятие.

Показ пройденного материала на открытом занятии в конце первого и второго полугодия.

Средняя группа. Дети 4-5 лет. Второй год обучения.

Возрастные особенности. К 4-5 годам движения детей становятся более координированными. Восприятие становится более точным и образным. Дети уже могут запомнить небольшую сюжетно-образную танцевальную композицию. Они более активны в играх и быстрее схватывают новый материал.

Содержание программы.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Изображение различных животных в движении
- упражнения для плеч, головы корпуса;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- упражнения с различными предметами

Партерная гимнастика.

- упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)
- упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»;

Танцевальные движения.

- повторение пройденных движений
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки)
- построение в две и в три линии и обратно в одну колонну;
- движение в парах по кругу
- равномерный бег с захлестом голени быстро и с замедлением;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг;
- работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками
- танец польки по линии, по-одному и в парах;
- танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее

Сюжетно-образные танцы

- Повторение пройденных танцев

- Изучение танцев «Тетя-весельчак», «Ладшки покажи», «Солнышко лучистое», «Птицы мои птички», «Кузнечик», «Рыбачок», «Ромашки».

Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию,
- Игры «ручеек», «горелки», «лавата», «перевернись ты»

Итоговое занятие.

Открытый урок в конце первого полугодия;

Отчетный концерт в конце года.

Старшая группа. Дети 5-6 лет. Третий год обучения.

Возрастные особенности. Дети становятся более артистичными и координированными. Дети шестого года жизни уже могут строить свое поведение, придерживаясь роли. Поэтому они с удовольствием изображают различные образы и импровизируют. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, но теперь ребенок желает показать себя миру. Здесь очень важно выстраивать занятия так, чтобы дети могли проявить себя, обязательно хвалить их и отмечать, что ребенок старается, выполняет упражнение или движение правильно.

Содержание программы.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Изображение различных животных в движении
- упражнения для все групп мышц с предметами и без;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями

Партерная гимнастика.

- упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)
- плавный переход из упражнения в упражнение: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка», «коробочка»

Танцевальные движения.

- повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение
- танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпками) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные
- работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками
- движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями

- танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее
- построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов;
- движения польки по кругу;
- «Енка-енка» в различных видах построения

Сюжетно-образные танцы

- Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение
- Изучение новых танцев, «Я рисую», «Стирка», «Полечка», «Зима», «Дикари».

Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию,
- Игры «рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй»

Итоговое занятие.

Открытый урок в конце первого полугодия; Отчетный концерт в конце года.

3.2. Перспективный план занятий по программе «Ритмопластика» в кружке «Весёлая ритмика и танец»

		Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
Сентябрь – Октябрь - Ноябрь	Диагностика	Беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения	Беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые и ритмические упражнения	Беседа, анкетирование родителей, диагностические танцевальные и игровые упражнения
	Танцевальная разминка	Мы идем в зоопарк Упражнения с погремушками, флажками	Изображение различных животных в движении, упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами	Изображение животных в движении, упражнения для все групп мышц с предметами и без них; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями
	Партерная гимнастика	Вытягивание носочков, кручение; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка»	Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение	Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения)
	Танцевальные движения	Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки хороводы	Повторение пройденных движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; танцевальные движения с предметами (чередование - мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки), построение в	Повторение пройденных элементов и их усложнение; танцевальные движения с атрибутами (чередование - мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке) пройденные и новые, более сложные; движения корпусом наклоны

			две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг	и повороты в сочетании с пройденными движениями
	Сюжетно-образные танцы	Ритмические и образные танцы по показу «Паучок», «Дождик»	Повторение изученных ранее танцев, новые «Тетя-весельчак», «Ладочки покажи»	Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение Изучение новых танцев «Мои грибки», «Я рисую»
	Музыкальные игры	Построение в линию, «Море волнуется», «Листики», «Зайцы-волки»	Ранее изученные игры, новая игра «ручеек», «Птичий двор!!!», «Чудо-юдо», «Насос», «Цыплята»	Ранее изученные игры, игра «Снегопад», «рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй»
		Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
Декабрь – Январь – Февраль	Танцевальная разминка	Мы гуляем в лесу Упражнения с погремушками, флажками, султанчиками	Изображение различных животных в движении; упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами	Изображение различных животных в движении; упражнения для всех групп мышц с предметами и без; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями
	Партерная гимнастика	Вытягивание носочков, кручение; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка», «полумостик»	Повторение пройденных и новые: «бабочка», «лодочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; упражнения для стоп;	Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения)

	Танцевальные движения	ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки; хороводы; танцевальные движения с погремушками, платочками	Повторение пройденных движений, построение в три линии и обратно в одну колонну; движение в парах по кругу, легкие, равномерные, высокие прыжки; перескоки с ноги на ногу; простой танцевальный шаг, работа над движением рук – волна» руками танец	Повторение пройденных движений, танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов.
	Сюжетно-образные танцы	Пройденный танцы и новый танцы по показу: «Танец утят», «Арам-зам-зам»	Повторение пройденных танцев, , «Кузнечик», «Рыбачок»	Повторение изученных ранее танцев; изучение нового «Птицы мои птицы», «Полечка», «У леса на опушке»
	Музыкальные игры	Пройденные по желанию и новые - построение в круг, «Птицы», «Снежинки», «Кошки-мышки», «Машина», «Самолеты»	Ранее изученные игры, новая игра «перевернись ты», «поезд», «Снеговики», «Цыплята», «Марионетки», «Веселая карусель», «Мокрые котята»	Ранее изученные игры по желанию, игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй», «Магазин игрушек», «Мы едем, едем, едем», «Снежинки-ручейки», «Снеговик»
		Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
Март – Апрель - Май	Танцевальная разминка	Морское путешествие Упражнения с погремушками, лентами на кольцах, флажками, султанчиками	Изображение различных животных в движении упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами	Изображение различных животных в движении, упражнения для все групп мышц с предметами и без; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями

	Партерная гимнастика	Упражнения для стоп; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко»	Повторение пройденных и новые: «колечко», «мостик»; упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение	Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения)
	Танцевальные движения	ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; различные хлопки; хороводы; танцевальные движения с бубнами, флажками	Повторение пройденных движений, работа над движением рук – пластика кистей, танец польки по кругу, танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее	Повторение пройденных движений, движения польки по кругу в парах и усложнение движений;
	Сюжетно-образные танцы	Пройденные танцы и новые танцы по показу: «Буги-вуги», «Тучка»	Повторение изученных и новые «Солнышко лучистое», «Ромашки»	Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение Изучение нового танца «Стирка», «Енка-енка» в различных видах построения
	Музыкальные игры	Пройденные по желанию и новые - построение в две линии, «Зоопарк», «Вперед 4 шага»	Ранее изученные игры, новая игра «горелки», «лавата», «Передай настроение»	Ранее изученные игры по желанию, «Прекрасные цветы», «Поезд»

3.3. Материально-техническое обеспечение программы

Предметы, используемые для реализации программы.

На занятиях по ритмике и танцу используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки на кольцах, ленточки на палочках, обручи, плоские кольца, флажки, султанчики, погремушки, цветы, воздушные шарики, мячи, колокольчики, шляпки. Для открытых уроков и отчетных концертов используются также костюмы и дополнительные атрибуты, для яркости представления приобретенных навыков по программе «Весёлая ритмика»

Технические средства

Музыкальный центр, аудио материал, ноутбук

3.4 Мониторинг танцевально-ритмической деятельности.

Для эффективного развития ребенка в танцевально-ритмической деятельности необходимо отслеживать влияние занятий в кружке «Весёлая ритмика и танец» на ребенка. Результаты исследования позволяют педагогу грамотно развивать ребенка в соответствии с его индивидуальными возможностями, видеть результат своей деятельности и вносить коррективы в перспективное планирование.

Это исследование проводится в три этапа:

- в начале учебного года с использованием таких методов как беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения;
- в конце первого полугодия в виде открытого урока;
- в конце учебного года проводится отчетный концерт.

(Приложение 1)

Ожидаемые результаты:

- овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;
- овладение выразительностью и красотой движения;
- овладение чувством ритма;
- возросший интерес к занятиям танцевально-ритмической деятельностью;
- укрепление иммунной системы организма;
- укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
- развитие правильной осанки;

3.5. Режим

Данная образовательная программа рассчитана на детей 3-6 лет. Численный состав групп 10-15 человек. Режим проведения учебных занятий 1 раз в неделю по 15,20,25 минут. Таким образом, образовательная программа по ритмике рассчитана на 28 учебных часа (октябрь-апрель)

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

Мониторинг танцевально-ритмической деятельности

Исследование развития детей в танцевально-ритмической деятельности проводится в начале и в конце каждого учебного года.

Беседа с детьми проводится с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью.

Вопросы:

1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома магнитофонные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?
3. Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)
4. Какая самая любимая твоя песня? Танец?
5. Поете ли вы вместе с мамой, папой?
6. Танцуете ли вы с мамой, папой?
7. Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?
8. Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Анкетирование родителей проводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально-ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности.

Вопросы:

1. Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?
2. Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?
3. Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?
4. Понимает ли он содержание песен?
5. Передает ли в движении характер музыки, ритм?
6. Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?
7. В чем это выражается?
8. Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?
9. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка: есть ли дома фонотека детской музыки?
10. Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?

Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности:

«1» - Низкий уровень. Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении. Суждения и оценки по поводу

музыкально-ритмической деятельности неглубокие, несодержательные, необъективные и немотивированные. Не использует движения под музыку в свободной деятельности.

«2» - Средний уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания. Предпринимает попытки выразить в движении музыкальные образы. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности не всегда обоснованы. Самостоятельное, фрагментарное внесение танцевальных движений в свою деятельность.

«3» - Высокий уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности мотивированы, объективны, содержательны. Самостоятельная музыкально-ритмическая деятельность систематическая и устойчивая.

Диагностика специальных двигательных умений ребенка в контексте музыкально-ритмической деятельности осуществляется в соответствии с уровнями.

Диагностические игровые и ритмические упражнения

Выявление качества музыкально-ритмических движений:

1. Выполнение элементов танца:

Средняя группа – исполнить небольшой группой притопы одной ногой, хлопки в ладоши, кружение по одному.

Старшая группа – выполнить движения небольшой группой (поскоки, шаг с притопом, кружение парами).

Подготовительная группа – выполнить небольшой группой движения танца (выразительно, ритмично) – шаг польки, кружение на месте на поскоках.

2. Создание музыкально-игрового образа:

Старшая группа – передать в движении образ кошки (“вся мохнатенька”).

Подготовительная группа – исполнить музыкально-игровой образ в развитии. Игра “Кот и мыши” (действовать выразительно и согласованно с музыкой).

Выявление уровня ритмического слуха:

Младшая группа – повторить ритм хлопками.

Средняя группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести его на барабане (двухтактное построение).

Старшая группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести хлопками (четырёхтактное построение).

Подготовительная группа – послушать мелодию (четырёхтактное построение) и отхлопать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей.

Игровые диагностические задания для выявления особенностей воспроизведения детьми старшей и подготовительной группы музыкальных образов в движении

Вариант 1. Несюжетные этюды

Детям предлагается послушать музыку, определить, сколько частей в произведении, их характер. Затем, после повторного прослушивания каждой части, дети определяют, какие движения можно исполнить под эту музыку, и самостоятельно выполняют их. Пример: «Тема с вариациями», музыка Т. Ломовой (задание на различение характера музыки и формы музыкального произведения). Двигательная основа этюда: плавный шаг, подскоки, бег, ходьба.

Вариант 2. Сюжетные этюды

Вначале следует образный рассказ, раскрывающий сюжет этюда. Затем исполняется музыка. Дети сами должны найти соответствующие движения, помогающие эмоционально передать игровой образ сюжета. Такие этюды могут быть выполнены небольшой группой детей или индивидуально.

Пример: «Подружки», музыка Т. Ломовой. Сюжет: пошли подружки в поле погулять, а там цветов красивых видимо-невидимо. Как зеленый ковер, трава расстилается, под теплым ветерком цветы головками кивают. Стали девочки цветы собирать — красный мак, белую ромашку, синие васильки, лиловые колокольчики, розовую кашку. Нарвали большие букеты и начали плести венки. Надели венки на голову — собой любуются. Притопнули каблучком и заплясали. Довольные прогулкой, пошли девочки обратно домой. Музыка представляет собой 3-х частную форму, предполагающую действия: 1 часть — прогулка, сбор цветов, плетение венков, 2 часть — веселый перепляс и 3 часть — ходьба.

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты:

- интерес ребенка к заданию;
- готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию;
- понимание и переживание музыкального образа в исполняемом этюде, адекватность его передачи в движении;
- владение танцевальными умениями;
- нестереотипность танцевальной импровизации.

Уровни развития танцевально-ритмических навыков.

«1» - Низкий уровень. Не умеют технически точно, легко и выразительно выполнить гимнастические и имитационные движения.

«2» - Средний уровень. Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

«3» - Высокий уровень. Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами.

Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями

«1» - **Низкий уровень** – смену движений производит с запаздыванием, движения не

«2» - **Средний уровень** – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

Уровень ритмического слуха

«1» - **Низкий уровень** – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

«2» - **Средний уровень** – допускает 2-3 ошибки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

Уровень качества танцевально-ритмических движений, координированности

«1» - **Низкий уровень** – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

«2» - **Средний уровень** – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

Уровень артистичности и творчества в танце

«1» - **Низкий уровень** – не справляется с заданием.

«2» - **Средний уровень** – использует стандартные ритмические рисунки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

Уровень артистичности и творчества в танце

«1» - **Низкий уровень** – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

«2» - **Средний уровень** - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

«3» - **Высокий уровень** – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

Таблица мониторинга танцевально-ритмической деятельности

Группа №

[illegible]

Н.г. – начало года

К.г. – конец года

Список используемой литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.
3. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
4. Барышникова Т. Азбука хореографии.-М.- Айрис-пресс.-2001.-263с.
Бекина С. И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение.-М.: Просвещение, 1983 (1,2,3 часть)
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
6. Василенко М.Ю. Дополнительные программы физического развития дошкольников. «Красота и гармония» Программа кружка дополнительного образования по ритмике.-«ТЦ «СФЕРА», 2018г.128с
7. Горшкова Е.В. От жеста к танцу.-М: «Гном и Д», 2002.-119с.
8. Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. -М.:УЦ «ПЕРСПЕКТИВА», 2016.104с
9. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
10. Киенко О. «Ритмика и танец для детей 6-7 лет», «Перспективный календарный план для детей 3-4 лет», «Перспективный календарный план для детей -2-3 лет»
11. Лукнина Н., Чадова Л. «Физкультурные праздники в детском саду».-М. Айрис-пресс, 2003.-119с.
12. Лукнина Н.А., И.Ф. Сарычева Логоритмические занятия с детьми раннего возраста.-СПб.: «Паритет» 2004.-108с.
13. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.
14. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика.-М.-Родничок, 2002.-45с.
15. Савчук О. Школа танцев для детей –Спб.: Ленинградское издательство, 2009.-224с.
16. Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально–ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.-120 с.
17. Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006. – 44с.
18. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
19. Федорова Г.П. Поиграем, потанцуем. - СПб.: Детство-пресс, 2002.-47с.
20. Федорова Г.П. Играем, танцуем, поём! - СПб.: Детство-пресс, 2002.-47с.