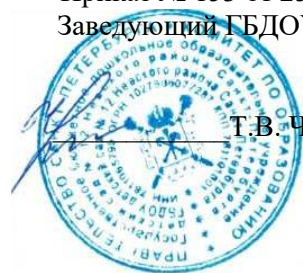


ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 12
Невского района Санкт-Петербурга
(протокол № 2 от 29.12.2023 г.)

С учетом мнения совета родителей
(протокол № 2 от 28.12.2023 г.)

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № 153 от 25.12.2023 г.
Заведующий ГБДОУ д/с № 12



Т.В. Чурсина

**Дополнительная общеразвивающая программа
Ритмопластика «Ритмическая мозаика»**

срок освоения программы: 1 год
возраст учащихся: 3-7 лет

Разработчики:
Смирнова Ирина Михайловна,
педагог дополнительного образования
Рахманкулова Резеда Талиповна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2023

Оглавление

| | |
|---|----|
| Пояснительная записка | 3 |
| 1. Целевой раздел программы | 5 |
| Цели, задачи программы | 5 |
| Целевые ориентиры (планируемые результаты) | 6 |
| Этапы реализации Программы | 10 |
| Формы и виды контроля | 10 |
| Мониторинг развития детей в музыкально – ритмической деятельности | 11 |
| 2. Содержательный раздел программы | 13 |
| Возрастные особенности детей, содержание психолого – педагогической работы по программе | 13 |
| Методические приемы построения образовательной деятельности | 20 |
| 3. Организационный раздел программы | 22 |
| Технологии реализации содержания Программы | 22 |
| Виды деятельности и формы ее реализации | 22 |
| Максимально допустимая нагрузка | 23 |
| Материально-техническое обеспечение | 23 |
| Учебный план | 25 |
| Календарный учебный график | 27 |
| Приложение 1. Система планирования по музыкально – ритмическому воспитанию | 28 |
| Календарно – тематическое планирование | 28 |
| Список используемой литературы | 39 |

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмопластика» имеет художественную направленность. Направлена на художественное развитие детей 3-7 лет.

Ритмика – это ритмические движения под музыку, является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Занятия ритмикой и танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

Основная направленность программы – целостное развитие личности ребенка в музыкально – ритмической деятельности, раскрытие его творческого потенциала, приобщение к музыкальному искусству. Погружение в музыкальное движение способствует психологическому раскрепощению ребенка, и таким образом через освоение своего собственного тела как выразительного («музыкального») инструмента у детей развивается музыкальный слух, потребность в импровизированном движении под музыку. В синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности заложены огромные возможности для воспитания ребенка.

Программа «Ритмопластика» ориентирована на детей дошкольного возраста от 3-х до 7-ми лет. В качестве основной формы реализации программы выступает организация танцевального кружка. Занятия проводятся в музыкальном зале.

Актуальность программы связана с использованием нетрадиционных разнообразных средств и методов физического, художественно-эстетического и музыкального воспитания дошкольников, позволяющих наполнить процесс положительными эмоциями, увеличить двигательную активность детей, что является мощным фактором интеллектуального, физического и эмоционального развития ребенка.

Новизна программы заключается в том, что она нацелена не только на развитие музыкальных способностей, но и на развитие творческих способностей детей в танцевальных движениях.

Занятия ритмопластикой объединяют в себе такие области развития ребенка, как: физическое, музыкальное, эстетическое, умственное, психическое. Это своеобразный музыкально-ритмический психотренинг.

«Музыкальный» означает, что ребенок учится двигаться и владеть своим телом под музыку, «ритмический» - значит, что ребенок осуществляет движения в такт музыке, в соответствии с заданным ею ритмом, а психотренинг подразумевает, что у малыша одновременно с «мастерским» владением собственным телом тренируются все психические процессы. Это и восприятие, и внимание, и память, и эмоции, и чувства, и мышление, и речь, творческие способности и воображение, музыкальные способности, мышцы и координация движений, подвижность и способность сознательно управлять

своим телом. Ребенок приобретает ценнейшее для будущей жизни умение держать спину, у него появляется красивая осанка, выправляется и становится изящной походка, а помимо удовольствия от занятий он укрепляет еще и здоровье.

Ритмопластика доступна всем малышам без исключения. Через движение под музыку детьми разыгрываются разнообразные эмоциональные состояния, образы, сценки, сюжеты. При этом у ребенка развиваются не только двигательные навыки, но и осмысление музыки и ее выражение через тело с подключением эмоционально-чувственной сферы, т. е. актерские способности.

Но самое важное – это то, что ребенок с радостью идет на занятие, приходит после него в хорошем настроении, делится очередной порцией впечатлений и своими новыми успехами и достижениями. Он жизнерадостен, активен, здоров, доволен собой и, главное, счастлив!

Получение такого обширного опыта – благодатная почва для дальнейшего развития тех видов деятельности, в которых ребенок проявил себя в наибольшей степени, будь то музыка, танцы, актерское мастерство или какой-нибудь вид спорта.

Условия набора и формирования групп

Прием проводится по записи для всех желающих детей без специального отбора. Наполняемость групп для занятий определяется в соответствии с потребностью заказчиков и обучающихся, но не менее 5 человек и не более 15 в группе.

Кадровое обеспечение программы

Педагог дополнительного образования

Целевой раздел Цели, задачи программы

Цель Программы:

Развитие у детей музыкально-пластических способностей, формирование умения понимать музыкальное содержание и средства музыкальной выразительности, выразить себя в соответствии с музыкальным образом.

Задачи программы:

обучающие:

- * продолжать знакомить с разнообразными видами хореографического искусства;
- * формировать умение выполнять движение эмоционально, выражая себя в соответствии с образом, заложенным в музыке;
- * Формировать умение понимать танцевальные средства выразительности;
- * формировать элементарные хореографические знания, умения и навыки;
- * формировать умение слышать сильную и слабую доли, паузы, обозначать их жестами или движениями;
- * познакомить детей с музыкальными терминами;
- * формировать умение органично соединять элементы внешней и внутренней техники и добиваться яркого пластического решения при передаче образа в подвижных играх.

развивающие:

- * развивать гибкость и пластичность;
- * развивать навыки говорения, накопления словарного запаса, получение максимально полной информации об окружающем мире через литературное произведение;
- * развивать интерес к познанию и развитию пластических возможностей собственного тела как средства самовыражения;
- * развивать умение выражать эмоции в мимике и пантомимике;

воспитательные:

- * воспитывать стремление выразительно выполнять движения;
- * воспитывать у детей выдержку, настойчивость в достижении цели;
- * воспитывать любовь и уважение к искусству, понимать его эстетические ценности;
- * развивать способность к творческому взаимодействию.

Важным условием эффективности реализации программы является также опора на следующие дидактические принципы, которые сформулированы в соответствии с современными научными взглядами об основах развивающего обучения в непрерывной сфере образования, формировании у детей деятельностных способностей, а также новыми Федеральными государственными образовательными стандартами к структуре основной общеобразовательной программы:

Принцип психологической комфортности(создает образовательная среда, обеспечивающая не только снятие всех стрессоустойчивых факторов, но и переживание радости, чувство удовлетворения, увлеченности деятельностью);

Принцип деятельности(дети осваивают новые движения, приобретают новые навыки и умения в процессе активной деятельности, приобретения собственного опыта, преодоления посильных затруднений в выполнении музыкально – ритмических упражнений);

Научная обоснованность и практическая применимость (содержание, формы, методы музыкально – ритмического воспитания детей, предложенные в данной программе, обоснованы исследованиями в области музыкальной педагогики);

Соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности (оптимизация содержания музыкально – ритмического воспитания, возможность «на малом учить многому»);

Единство воспитательных, обучающих, развивающих целей и задач(реализуется в соответствии с логикой системы музыкального развития, предложенной данной программой);

Целостность(новые знания раскрываются в их взаимосвязи с предметами и явлениями окружающего мира);

Вариативность(предоставление детям возможности выбора степени форм активности в различных видах музыкально – ритмической деятельности);

Принцип творчества(обеспечение возможности для каждого ребенка приобретения собственного опыта творческой деятельности);

Непрерывность(обеспечиваются преемственные связи между содержанием музыкально – ритмического образования в детском саду и в начальной школе);

Интеграция образовательных областей(музыкально – ритмическая деятельность позволяет интегрировать практически все образовательные области в зависимости от педагогических целей и задач)

Перечисленные выше принципы являются основой интеграции и преемственности различных образовательных областей программы. Единство методологических подходов и системы дидактических принципов обуславливает целостность программы, нацеливает на достижение ожидаемых эффектов в развитии детей в разных видах деятельности, в том числе и музыкально-ритмической.

Целевые ориентиры (планируемые результаты)

Результаты освоения программы представлены в виде целевых ориентиров и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на каждом возрастном этапе. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке.

Предоставленные в программе целевые ориентиры помогут определиться, в каком направлении «вести» развитие детей, образовательный маршрут каждого из них.

Целевые ориентиры – это характеристики возможных достижений ребенка, социально – психологические качества, становление которых является важным на данном этапе его развития, но не обязательным.

Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает опытом ее творческого осмысления, эмоционально-телесного выражения. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческой деятельности: это может быть последующее обучение хореографии, гимнастике в школах искусств, спортивных секциях, театральных кружках и т. д.

Тяга к творчеству является и врожденным качеством, и природным даром, но и результатом воспитания, и она может быть сама обращена в средство педагогического воздействия, в частности, в средство музыкально – ритмического развития дошкольника.

Воспитанники эмоционально отзывчивы, умеют выполнять построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать

хлопками и притопами ритмический рисунок. Способны запоминать и исполнять танцевальные композиции самостоятельно. Могут передавать характер музыкального произведения в движении и хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Исполняют современные и ритмические танцы. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений. Психологически устойчивы к неудаче и умеют конструктивно преодолевать возникающие трудности в различных видах музыкально – ритмической деятельности.

Целевые ориентиры освоения программы на этапе её завершения:

- * Ребёнок овладел основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, способен выбирать себе участников по совместной деятельности.
- * Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя.
- * Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
- * Ребёнок проявляет умение слышать других и стремление быть понятым.
- * Ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности.
- * Ребёнок хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств, желаний.
- * У ребёнка развита крупная моторика: он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- * Ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- * Ребёнок открыт новому, т.е. проявляет желание узнать новое.
- * Ребёнок эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведений народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность и т.д.)

Планируемые результаты освоения программы по ритмопластике:

Развит интерес к музыкально-ритмическим движениям

3-4 года

Ребёнок способен ритмично двигаться под музыку умеренным темпом, овладевает элементарными плясовыми и образно-игровыми движениями, способен выполнять по показу однонаправленные общеразвивающие движения.

4-5 лет

Ребёнок способен ритмично двигаться под музыку умеренным и быстрым темпе, овладевает навыками основных движений (ходьба, легкий бег, прыжковые движения), элементарными плясовыми и образно-игровыми движениями, способен выполнять по показу и самостоятельно однонаправленные общеразвивающие движения.

5-6 лет

У ребенка сформированы элементы культуры движения (красивая осанка, пружинность, мягкость движений). Ребенок способен ритмично двигаться под музыку умеренным и быстрым темпом, способен замедлять и ускорять движения. Ребёнок овладел разнообразными плясовыми и образно-игровыми движениями, способен выполнять по показу и самостоятельно разнонаправленные общеразвивающие движения.

6-7 лет

У ребенка сформирована культура движения (красивая осанка, пружинность, мягкость, плавность движений, навык прослеживания взглядом движения). Ребенок способен ритмично двигаться под музыку умеренного, быстрого и медленного темпов, овладел умением замедлять и ускорять движения. Ребёнок овладел навыками различных видов основных, общеразвивающих, имитационных, танцевальных движений.

Развито умение выполнять перестроение в пространстве

3-4 года

Ребёнок способен выполнять несложные перестроения (круг, парами по кругу и в рассыпную).

4-5 лет

Ребёнок способен выполнять несложные перестроения (круг, несколько кружков, парами по кругу и в рассыпную)

5-6 лет

Ребёнок способен выполнять различные перестроения (круг, несколько кружков, парами по кругу и в рассыпную, шеренги, колонны)

6-7 лет

У ребенка сформированы основные навыки ориентировки в пространстве и умение выполнять перестроения под музыку.

Сформировано умение эмоционально откликаться на музыку различного характера

3-4 года

Ребёнок способен эмоционально откликаться на яркую, ритмичную музыку изобразительного характера («Зайчики», «Мишки», «Птички летят», «Кошечка» и др.). Ребёнок владеет элементарным умением выражать свои эмоции в образно-игровых движениях под музыку.

4-5 лет

Ребёнок способен эмоционально откликаться на музыку различного характера: веселую и грустную. Ребёнок проявляет самостоятельность при подборе соответствующих по образу и настроению иллюстраций к музыке (осень, зима, весна, лето, веселый и усталый человек и т.д.). Ребёнок обладает умением выражать эмоции в образно-игровых движениях под музыку.

5-6 лет

Ребёнок способен эмоционально откликаться на музыку различного характера. Ребёнок достаточно хорошо чувствует настроение различных по образу музыкальных произведений и способен выражать это художественно-игровой и музыкально-ритмической деятельностью. Ребёнок проявляет творчество в придумывании или подборе названия музыкальной пьесе в соответствии ее образом. В процессе исполнительской деятельности ребёнок способен эмоционально выразить настроение музыки.

6-7 лет

Ребёнок способен эмоционально тонко чувствовать музыку, самостоятельно выражая свои чувства в различных видах исполнительства. Ребёнок способен чувствовать и осознавать настроение, образ музыкальных произведений и выражать это в художественно-игровой и музыкально-ритмической деятельности. Ребёнок овладевает способностью понимать и чувствовать оттенки и выразительные средства музыки: темпа, динамики, высоты звука.

Сформированно умение работать индивидуально, в парах и в группах.

3-4 года

Ребёнок способен с удовольствием участвовать в групповых формах музыкальной деятельности. Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми в музыкальных играх, хороводах, общих плясках.

4-5 лет

Ребёнок овладел умением участвовать в групповых формах музыкальной деятельности. Способен осознанно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в музыкальных играх, хороводах, общих плясках.

5-6 лет

Ребёнок овладел способностью с удовольствием участвовать в групповых формах музыкальной деятельности. Осознанно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в музыкальных играх, хороводах, общих плясках.

6-7 лет

Ребёнок активно взаимодействует с детьми и взрослыми в различных формах и видах музыкальной деятельности. Владеет навыками вербального и невербального общения с детьми и взрослыми.

Сформировано умение выполнять действия по правилу и образцу, по словесной инструкции, по плану, а так же самостоятельно

3-4 года

Ребёнок способен выполнять действия по показу. Овладел умением слушать взрослого и понимать речь, обращенную к нему.

4-5 лет

Ребёнок овладел умением выполнять действия по образцу и самостоятельно. Способен слушать взрослого и других детей, понимать речь. Овладел способностью выполнять действия по инструкции во всех видах музыкальной деятельности

5-6 лет

Ребёнок достаточно хорошо выполняет действия по образцу и самостоятельно. Овладел способностью слушать взрослого и других детей, понимать обращенную к нему речь. Способен выполнять действия по инструкции во всех видах музыкальной деятельности. Способен найти выход из проблемной ситуации в музыкальных играх.

6-7 лет

Ребёнок умеет выполнять действия по правилу и образцу, по словесной инструкции, по плану (схеме), а также самостоятельно (по своему плану) в различных видах музыкальной деятельности.

Владеет элементарным самостоятельно находить свои ошибки и исправлять их в различных видах музыкальной деятельности.

Этапы реализации Программы

1 этап – организационный

Накопление и изучение методической литературы. Изготовление и подбор пособий, атрибутов по музыкально – ритмической деятельности дошкольников.

2 этап – диагностический

Выявление начального уровня развития музыкальных способностей, степени заинтересованности дошкольников тем или иным видом музыкальной деятельности.

3 этап - практический

Перспективное планирование деятельности с учетом результатов диагностики. Разработка цикла совместной деятельности с использованием различных технологий, сборников по музыкально – ритмической деятельности, пальчиковых, речевых, музыкальных, подвижных игр с музыкой и без.

4 этап – обобщающий

Исследование результатов практической деятельности

Формы и виды контроля

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

Педагогическая диагностика достижения детей в танцевально - ритмической деятельности проводится педагогом в начале года обучения, середине года и в конце года обучения.

Беседа с детьми проводится на начальном этапе года обучения с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью.

Вопросы:

1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома аудиозаписи 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?

Ожидаемые результаты:

- овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;
- овладение выразительностью и красотой движения;
- овладение чувством ритма;
- возросший интерес к танцевально - ритмической деятельности;
- развитие правильной осанки;

Мониторинг развития детей в музыкально – ритмической деятельности

Мониторинг развития детей не проводится с целью контроля реализации программы, однако важно иметь объективную картину развития каждого ребенка, поскольку на основе диагностических данных выстраивается индивидуальный образовательный маршрут, корректируется содержание работы, подбирается и адаптируется музыкально – ритмический репертуар.

Основной метод педагогической диагностики – систематическое наблюдение проявлений детей в музыкально – ритмической деятельности, оценка выполнения ими различных игровых заданий.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, сравнивая их между собой, и условно ориентируется на лучшие показатели, выявленные для данного возраста.

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и ритмического развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально – подобранных заданий (на основе пройденного репертуара).

| Карта диагностики уровня музыкально - ритмического развития ребенка | | | | |
|--|--|----------------|------------------|---------------|
| Ф.И. ребенка | | | | |
| №п/п | Параметры | Начало года | Середина года | Конец года |
| 1 | Интерес и потребность в музыкальном движении | | | |
| 2 | Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности) | | | |
| 3 | Эмоциональность, выразительность исполнения | | | |
| 4 | Креативность (способность к импровизации в движении под музыку: оригинальность, разнообразие используемых движений) | | | |
| 5 | Развитие двигательных навыков: освоение разнообразных видов движений в соответствии с программным содержанием | | | |
| 6 | Формирование двигательных качеств: Координации, точности, ловкости движений; Гибкости, пластичности | | | |
| 7 | Подвижность, умение переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой. Менять направление движения, перестраиваться | | | |
| 8 | Формирование навыков ориентировки в пространстве | | | |

В процессе исследования используется 5-балльная шкала.

Высокий уровень – движения выражают музыкальный образ и совпадают с музыкальными фразами;

Средний уровень – движения передают только общий характер музыки, темп и метроритм;

Низкий уровень – движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

Интерес и потребность в движении – оценивается устойчивость и выраженность интереса ребенка к музыкально – ритмическим движениям.

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпоритмом. Оценивается соответствие исполнения движений в музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

Критерии определяются в соответствии с возрастными особенностями детей.

Педагогическая диагностика является субъективной оценкой. По этому важно не количество баллов, а выраженность динамики развития.

2. Содержательный раздел программы Возрастные особенности детей, содержание психолого – педагогической работы по программе

Младший возраст (3-4 года)

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движения, особенно под музыку, доставляет им большую радость. 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. 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.

Приоритетные задачи: воспитание интереса к музыке, потребности в движениях под музыку; развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки; обогащение слушательского и двигательного опыта, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально – игровым образом.

Основное содержание

1. Развитие музыкальности:

Воспитание интереса и любви к музыке в процессе совместных игр, движения под музыку со сверстниками;

Обогащение слушательского опыта: узнавание знакомых танцевальных и маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера – и выражение этого опыта в эмоциях, движениях;

Развитие умения передавать в движении характер музыки и ее настроение (контрастное: веселое – грустное, шаловливое – спокойное и т.д.);

Развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, регистр, ритм. Различать 2-3-частную форму произведения (с контрастными по характеру частями);

Формирование внимания, воспитание волевых качеств (целеустремленности и настойчивости);

Формирование эмоционального восприятия и развитие музыкальной памяти.

Умеют выполнять упражнения по показу преподавателя, сохраняя заданное положение рук, ног, туловища в пространстве.

Умеют определять отличительные качества персонажей и передавать их в движении.

Умеют отвечать на поставленные вопросы по литературному материалу.

2. Развитие двигательных умений и качеств

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

Ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках;

Бег-легкий, ритмичный, передающий различные образы («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.);

Прыжковые движения- на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки»;

Общеразвивающие упражнения: на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность), которые даются, как правило, на основе игрового образа;

имитационные движения — разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый или трусливый зайчик, хитрая лиса, усталая старушка, «Кошкины коготки» и т.д.);

плясовые движения — простейшие элементы народных плясок, доступных по координации, например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой, «выбрасывание» ног и др. Простейшие перестроения: шеренга (линия), круг, в парах.

Движения рук: открывание обеих рук в стороны и закрывание их на пояс; круговые вращательные движения кистями рук;

Наклоны корпуса вперед и в сторону, поднимание и опускание плеч.

Шаги и притопы в характере русского танца; поочередное открывание ног в перед на каблук.

Наклоны головы вперед (поклоны).

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:

Самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом.

4. Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и сверстниками.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения начинать и заканчивать движение вместе с музыкой — развитие слухового внимания, способности координировать слуховые представления и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике — радость, грусть, страх, и т.д., т.е.. контрастные по характеру настроения, например: «Зайчик испугался», «Мишка радуется меду» и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов — умение изменять движения в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и умеренно медленным), формой (двухчастной) и ритмом музыки;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления — умение выполнять упражнения 1-го уровня сложности (от начала до конца, не отвлекаясь — по показу взрослого или старшего ребенка).

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения чувствовать настроение музыки, понимать состояние образа, переданное в музыкальном произведении, и выражать это в пластике (контрастные эмоции, например, «грустный Чебурашка» — «веселый Чебурашка» и др.);
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место.

Показатели развития. Важнейшим показателем уровня музыкально-ритмического развития ребенка в этом возрасте является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ. При недостаточной координации, ловкости и точности движений (что в этом возрасте встречается довольно часто) выразительность пластики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность. Разнообразие выполняемых движений, соответствие их темпу, ритму, форме музыкального произведения свидетельствуют о высоком уровне музыкального и двигательного развития ребенка.

Средний возраст (4-5 лет)

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

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству. Развитие эмоционального восприятия.

Основное содержание

1. Развитие музыкальности:

воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;

- обогащение слушательского опыта — включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков, (например, из «Детского альбома» П.Чайковского: «Баба Яга», «Новая кукла», «Марш деревянных солдатиков» или из «Бирюлек» М. Майкапара: «Мотылек», «В садике» и др.);
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое— грустное, шаловливое — спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый — умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3-частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями; определение разделов формы: часть, фраза, музыкальное вступление.

- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове. Исполнение игровых этюдов, включающих программный материал.

2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки», «лошадки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку»); прыжковые движения — на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп — «лошадки», легкие поскоки;

общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность), хлопки («мягкие» и «жесткие» руки), закрывание рук на пояс ладонью и в кулачок.

упражнения на гибкость, плавность движений;

имитационные движения - разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения, например, «обида - прощение — радость»; плясовые движения — элементы народных плясок, доступных по координации - например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой, «выбрасывание» ног, полуприседания и полуприсядка для мальчиков и др.

Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные).

3. Развитие 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.

4. Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой - развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике — радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: «Кошка обиделась», «Девочка удивляется» и др.;

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи - в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

5 - 7 лет

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. С шести лет дети уже больше осознают свое «Я», хорошо взаимодействуют со сверстниками, появляется стремление научиться делать движения лучше, красивее, точнее. Они уже способны самостоятельно исправлять свои ошибки и вносить коррекцию по ходу двигательной деятельности. Таким детям легче освоить сложно координированные танцевальные движения и упражнения.

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений — из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

Воспитание внимания как единого, цельного процесса, развитие волевых качеств, направленных на самооценку ребенком результатов своей деятельности. Корректировка эмоциональной сферы.

Основное содержание

1 Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями, восприятие;
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп - разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3-частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;
- развитие способности различать жанр произведения - плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выразить это в соответствующих движениях.

Создание игровых импровизаций в соответствии с характером и выразительными средствами музыки.

2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, "с каблучка", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, "гусиным" шагом, с ускорением и замедлением; бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;

прыжковые движения - на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок "легкий" и "сильный" и др.:

Общеразвивающие упражнения - на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность);

упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

Имитационные движения - различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды - "в воде", "в воздухе" и т.д.);

Плясовые движения - элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг спритопом и др.

Танцевальные этюды: композиция, построенная на «вальсовой» дорожке, композиция на шаге польки и подскоках, композиции на шагах и поклонах в характере старинного танца, русского танца.

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, внесколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций ("змейка", "воротники", "спираль" и др.)

4. Развитие творческих способностей:

- развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов — умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения — по фразам;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления — на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);
- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике:
- радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: "Рыбки легко и свободно резвятся в воде", "Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной" и др.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам (например, радоваться успеху других детей и переживать, если кто-то упал или уронил предмет, головной убор во время движения);
- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;
- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Методические приемы построения образовательной деятельности

Методические приемы

Организация занятия основами хореографии обеспечивается рядом методических приемов, которые вызывают у детей желание творчества. Педагог для каждого упражнения, игры, танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного музыкально – двигательного задания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

В начале работы, музыкальный руководитель может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

Музыкальное сопровождение как методический прием. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев, песен и др.), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями (показ певческих приемов, движений, картинок, игрушек и др.).

Дидактический метод – используются обучающие пособия. **Репродуктивный метод** – повторение, закрепление пройденного материала. **Игровой метод.** Крупнейший ученый – педагог, доктор медицины П.Ф. Лесгафт еще в конце XIX века разработал теорию и методику подвижных игр. У детей четырех–шести лет игровой рефлекс доминирует, малыш лучше все воспринимает через игру, поэтому игровой метод в обучении так близок к ведущей деятельности дошкольника. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся. Игра всегда вызывает у ребят веселое настроение. И интерес у них не снижается, даже если, по ходу игры, преподаватель вносит те или иные изменения, усложняя или облегчая задание. Именно в игре легче всего корректировать поведение воспитанников. Правильно подобранные методы приводят к тому, что дети занимаются с удовольствием, уходят с занятия счастливыми и с нетерпением ждут новой встречи с музыкой и танцем.

Структура занятий ритмопластикой

Структура занятия по ритмопластике – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

1. Подготовительная часть занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой.

В нее входят:

- гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения);
- ритмика;
- музыкально – подвижные игры;

- танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы);
- танцевально-ритмическая гимнастика.

2. *Основная часть* занимает 70-85% от общего времени.

В этом разделе идёт основная работа над развитием двигательных способностей, даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.

В нее входят:

- ритмические танцы, пластика.

3. *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и упражнения на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводятся итоги, и дети возвращаются в группу. Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, они позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка. В связи с обновлением содержания дошкольного образования актуальны новые формы взаимодействия педагога с детьми, которые ориентированы: – на индивидуальные особенности и возрастные возможности воспитанников; – на поддержку инициативы детей в различных видах музыкальной деятельности; – на признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

Музыка на занятиях ритмопластикой

Младший дошкольный возраст: музыка является источником, главным элементом общего музыкально - двигательного развития ребенка и будущего формирования его творческой индивидуальности. В большинстве случаев – это первая встреча ребенка с живой музыкой, с возможностью передать в звуках и движениях события окружающей жизни, сказочные персонажи. В младшем дошкольном возрасте яркая образность, доступная детскому восприятию, элементарный повторяющийся ритмический рисунок, четкая сильная доля – характерные черты музыкального материала для проведения совместной деятельности в данной возрастной группе. Используется игровой материал с яркими контрастными образами, динамическими противопоставлениями. В дальнейшем задачи усложняются, так как дети познают особенности строения музыкальной речи: длительности звуков, акценты, аккорды, динамику, фразировку, сильную долю. Таким образом, музыка приобретает значение главного средства в достижении задач, поставленных в младшем дошкольном возрасте.

Средний дошкольный возраст: музыка и движение занимают равное положение. Развивается умение внимательно и осознанно слушать музыку, согласовывать движения с музыкальным сопровождением. Подбор музыкального материала способствует обогащению музыкально – выразительных представлений ребенка.

Старший дошкольный возраст: круг музыкальных произведений, доступных восприятию детей данного возраста, расширяется и усложняется. Используются отрывки из произведений Моцарта, Бетховена, Баха, Шуберта, Шумана, Прокофьева, Грига и других композиторов, примеры из народной музыки (русской, украинской, венгерской). Дети чутко улавливают перемену настроения, характера в музыке и могут передать это в движениях.

3. Организационный раздел программы Технологии реализации содержания Программы

Для успешной реализации Программы и создания атмосферы радостного проживания дошкольного детства на занятиях ритмопластикой используются следующие технологии:

- *здоровьесберегающие*: физминутка (пальчиковая, дыхательная, пассивная, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз), динамические паузы; упражнения для правильного распределения мышечной нагрузки на различные части тела;
- *игровые*: пальчиковые, речевые, музыкальные, музыкально – дидактические игры, подвижные игры, совместные игры со взрослыми;
- *лично – ориентированные* – для выявления инициативности и самостоятельности ребенка в воплощении художественного замысла, используя его индивидуальные способности, для создания ситуации успеха, поощрения проявлений детской непосредственности;
- *информационно – коммуникативные* – для создания благоприятного эмоционального фона, для регуляции настроения детей,
- *исследовательские* - создание ситуации и пути ее решения (3 этапа: 1 – поиск средств анализа проблемы, 2 – процесс решения проблемы - поиск идеи решения в различных источниках знаний, 3 – доказательство и проверка реализация найденного решения);
- *ТРИЗ* – теория решения изобретательских задач – развитие мышления, гибкости, подвижности, системности, поисковой активности, развитие речи и творческого воображения, умения радоваться успехам других, проявление своей индивидуальности.

Виды деятельности и формы ее реализации

| Интеграция образовательных областей | Совместная деятельность | Формы реализации |
|-------------------------------------|--|---|
| 1 | 2 | 3 |
| Физическое развитие | Двигательная, коммуникативная, игровая | Танцевальная разминка; Хореографические упражнения, танцевальные шаги; Сюжетно-образные танцы, пляски Подвижные игры с правилами, игровые упражнения, танцевальное творчество, динамические паузы Музыкальные этюды, импровизации |
| Речевое развитие | Коммуникативная, игровая | Беседы Хореографические упражнения, танцевальные шаги; |

| | | |
|---------------------------------------|---|---|
| | | сюжетные игры, игры с правилами, речевые игры, логоритмика. |
| Познавательное развитие | Игровая, музыкальная, двигательная | Сюжетно-образные танцы, пляски Игры с правилами, речевые игры, наблюдение, решение проблемной ситуации; Музыкальные этюды, импровизации |
| Социально – коммуникативное развитие | Игровая, коммуникативная, музыкальная, двигательная | Сюжетные игры, игры с правилами, беседы; Сюжетно-образные танцы, пляски; Музыкальные этюды, импровизации |
| Художественно – эстетическое развитие | Музыкальная, коммуникативная | Сюжетно-образные танцы, пляски; Слушание, исполнение, импровизация, обсуждение |

Максимально допустимая нагрузка

| Группа | | Продолжительность деятельности | Периодичность |
|--------------------------|----------------------------|--------------------------------|--------------------|
| Младшая | Младший дошкольный возраст | 15 мин. | 4 (5) раза в месяц |
| Средняя | | 20 мин. | |
| Старшая | Старший дошкольный возраст | 30 мин. | |
| Подготовительная к школе | 25 мин. | | |

Материально-техническое обеспечение

Важнейшим условием реализации программы является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды посредством развития материально-технического обеспечения.

Расположение мебели и игрового оборудования отвечает требованиям техники безопасности, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться. Предметно-развивающая среда отвечает художественно-эстетическим требованиям.

Наличие оснащенной материально-технической базы ДОУ для развития общих физических способностей: ноутбук, интерактивное оборудование, пианино цифровое CASIO, музыкальный центр, наглядно-демонстрационный материал, учебно-методические ресурсы. Систематизировано содержание дополнительной образовательной деятельности по обучению теоретическим и практическим навыкам с дошкольниками, разработано тематическое, перспективное планирование образовательной деятельности по ритмопластике.

Зона танца и музыкально-ритмических движений:

Атрибуты танцевальной деятельности:

Аудиотека

Детские музыкальные инструменты: деревянные ложки, маракасы, кастаньеты, бубны, барабаны, трещетки, веера, султаны.

Костюмы:

сарафаны: березки, красные с кокошниками, синий, белый, голубой
Коричневый (персонаж «бабушка», платок)

Рубаха красная хохлома

Костюмы: девочка, мальчик русские
сине-белые (платье, ободок, платок, пояс, штаны)

Русский народный (бардовый: рубаха, штаны, фуражка) для мальчика.

Юбки черные.

Юбки белые разные

Восточный костюм

Восточные брюки

Восточный жилет

Капли прозрачные

Купальник гимнастический (голубой)

Весеннее платье (салатовые)

Платье розовое (ромашка)

Платье «Снежинки»

Царь

Накидка Осень

Рубашка белая + жилет мальчик

Штаны «Украина» (серые, белые)

Платки «Гжель»

Накидка «Волшебник-звездочет»

Костюмы танцевальные + резинка (цвет персик, фиолетовый: топ + юбка)

Юбка пышная желтая

Юбка пышная голубая

Юбки салатные (с рисунком)

Грузия: шапка, кофта

Гусары

Юбка – полотно Осень

Оранжевая кофточка

Юбка черная длинная; платочки;

ленточки; снежинки; грибочки;

листочки; погремушки; деревянные

ложки; колечки; кубики; мячики

цветные; султанчики; ленты; флажки;

обручи; рули; гимнастические палки и

другие

Зона дидактических игр:

карточки животных, птиц; игрушки; иллюстрации; музыкальные инструменты; методические пособия; элементы костюмов; шапочки зверей, птиц; плоскостной домик; поэтический материал и другие

Зона подвижных игр:

развивать умение ориентироваться в пространстве;

развивать двигательную активность;

формировать внимание и выдержку;

формировать умение менять движение со сменой музыки;

повышать интерес к подвижным играм;

воспитывать дружеское отношение друг к другу;

содействовать в овладении игровыми правилами и действиями:

Атрибуты зоны подвижных игр:

мягкие игрушки; маски; рули; обручи; кубики; колечки; колокольчики; флажки; ленточки; спортивный инвентарь; поэтический материал и другие.

Учебный план

По реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмопластика». Возраст обучающихся: 3-4года

| № п/п | Название раздела/темы | Количество минут/часов | | | Режим занятий |
|---------------|--|------------------------|---------------------------|--------------------------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Танцевальная разминка | 48 | 12 | 36 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 2 | Хореографические упражнения, танцевальные шаги | 96 | 42 | 54 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 3 | Сюжетно-образные танцы, пляски | 288 | 90 | 198 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 4 | Музыкально – подвижная игра; Музыкальные этюды, импровизации | 48 | 16 | 32 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| ИТОГО: | | 480/ 8ч. | 160/ 2ч.40мин. | 320/ 5ч.30мин | 4 раза в месяц |

Учебный план

По реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмопластика». Возраст обучающихся: 4-5 лет

| № п/п | Название раздела/темы | Количество минут/часов | | | Режим занятий |
|---------------|--|---------------------------|-------------------------|--------------------------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Танцевальная разминка | 84 | 16 | 68 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 2 | Хореографические упражнения, танцевальные шаги | 172 | 34 | 138 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 3 | Сюжетно-образные танцы, пляски | 300 | 60 | 240 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 4 | Музыкально – подвижная игра; Музыкальные этюды, импровизации | 84 | 16 | 68 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| ИТОГО: | | 640/ 10ч.40мин | 126/ 2ч.6мин | 514/ 8ч.34мин | 4 раза в месяц |

Учебный план
По реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы «Ритмопластика». Возраст обучающихся: 5-6 лет

| № п/п | Название раздела/темы | Количество минут/часов | | | Режим занятий |
|-------|--|------------------------|--------|----------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Танцевальная разминка | 104 | 30 | 74 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 2 | Хореографические упражнения, танцевальные шаги | 216 | 64 | 152 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 3 | Сюжетно-образные танцы, пляски | 376 | 150 | 226 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 4 | Музыкально – подвижная игра; Музыкальные этюды, импровизации | 104 | 20 | 84 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |

ИТОГО: **800/** **264/** **536/** **4 раза в месяц**
 13ч. **4ч.24мин.** **8ч.56мин.**

Учебный план
По реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы «Ритмопластика». Возраст обучающихся: 6-7 лет

| № п/п | Название раздела/темы | Количество минут/часов | | | Режим занятий |
|-------|--|------------------------|--------|----------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Танцевальная разминка | 125 | 25 | 100 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 2 | Хореографические упражнения, танцевальные шаги | 259 | 78 | 181 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 3 | Сюжетно-образные танцы, пляски | 451 | 180 | 271 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |
| 4 | Музыкально – подвижная игра; Музыкальные этюды, импровизации | 125 | 25 | 100 | 1 раз в неделю во второй половине дня. |

ИТОГО: **960/** **308/** **652/** **4 раза в месяц**
 16ч. **5ч.8мин.** **10ч.52мин.**

**Календарный учебный график
по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы «Ритмопластика»**

| Год обучения | Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Всего учебных минут/часов | Режим занятий |
|---------------------|--|---|-----------------------------|----------------------------------|----------------------|
| 1 год (3-4 лет) | 02.10.2023 | 31 мая 2024 | 32 | 480/8 часов | 1 раз в неделю |
| 1 год (4-5 лет) | 02.10.2023 | 31 мая 2024 | 32 | 640/10ч.40мин. | |
| 1 год (5-6 лет) | 02.10.2023 | 31 мая 2024 | 32 | 800/13ч.20мин. | |
| 1 год (6-7 лет) | 02.10.2023 | 31 мая 2024 | 32 | 960/16 часов | |

Приложение 1. Система планирования по музыкально – ритмическому воспитанию
Календарно – тематическое планирование

| Месяц | Виды деятельности | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|-------------------|----------------------------------|--|--|--|---|
| Октябрь Ноябрь | <i>Диагностика</i> | Беседа, диагностические игровые упражнения | Беседа, диагностические игровые и ритмические упражнения | Беседа, диагностические танцевальные и игровые упражнения | Беседа, диагностические танцевальные и игровые упражнения |
| | <i>Танцевальная разминка</i> | Мы идем в зоопарк; Танцевальная разминка; Танцы пальчиками; «Птички» муз. А. Караманов; «Марш» Т. Шутенко; «Грустный зайчик и веселый зайчик» («Трустная песенка», «Весельчак» А. Гречанинова; Хлопки в такт музыке; «Тихо – громко»: топотушки, хлопушки; «Иди, замри»; «Нежность» танцевальная фантазия на музыку Ф. Шопена; | Мы идем в зоопарк; Танцевальная разминка; Танцы пальчиками; «Птички» муз. А. Караманов; «Марш» Т. Шутенко; «Грустный зайчик и веселый зайчик» («Трустная песенка», «Весельчак» А. Гречанинова; Хлопки в такт музыке; «Тихо – громко»: топотушки, хлопушки; «Иди, замри»; «Нежность» танцевальная фантазия на музыку Ф. Шопена; «У жирафа пятна»; «У оленя дом большой»; | Разминка Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; Перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями; «Танцкласс»; «Этюд» Л. Шитте («Танец с хлопками»); «Птицы» («Очарование» Ф. Маршетти); «Осенний сон» А. Джойс; «Голубая вода»; «Жаворонок»; «К Элизе» (пластические композиции); «Перышко» танцевальная фантазия на музыку Д. Шостаковича «Романс»; «Веселое перестроение»; Упражнение для рук «Мельница»; Композиция «Хлопайте в | Разминка Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; Перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями; «Танцкласс»; «Этюд» Л. Шитте («Танец с хлопками»); «Птицы» («Очарование» Ф. Маршетти); «Осенний сон» А. Джойс; «Голубая вода»; «Жаворонок»; «К Элизе» (пластические композиции); «Перышко» танцевальная фантазия на музыку Д. Шостаковича «Романс»; «Веселое перестроение»; Упражнение для рук «Мельница»; Композиция «Хлопайте в ладоши», |

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|
| | | «У жирафа пятна»; «У оленя дом большой»; | | ладоши», Комбинированные движения в седах и положении лежа; Сед «по-турецки»; «Марш» | Комбинированные движения в седах и положении лежа; Сед «по-турецки»; «Марш» |
| | <i>Хореографическ ие упражнения, танцевальные шаги</i> | Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаг с носка, на носках; приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Полуприсяды, подъемы на носки; Стойка руки на пояс и за спину; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки хоровод; Комбинации из танцевальных шагов; Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком; Выставление ноги на | Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаг с носка, на носках; приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Полуприсяды, подъемы на носки; Стойка руки на пояс и за спину; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки хоровод; Комбинации из танцевальных шагов; Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком; Выставление ноги на пятку, носок; Построение в две | Танцевальные движения с атрибутами; Движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями; «Иди, замри!» Шаг польки, шаг галопа вперед и в сторону, шаг с подскоком, танцевальный бег; Поклон для мальчиков, реверанс для девочек; Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью; перевод рук из одной позиции в другую; Полуприсяды и подъемы на носки; Хороводные движения Русский поклон. Открывание руки в сторону и на пояс, стоя боком к опоре. Полуприсяды и подъемы на носки с движением руки; | Танцевальные движения с атрибутами; Движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями; «Иди, замри!» Шаг польки, шаг галопа вперед и в сторону, шаг с подскоком, танцевальный бег; Поклон для мальчиков, реверанс для девочек; Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью; перевод рук из одной позиции в другую; Полуприсяды и подъемы на носки; Хороводные движения Русский поклон. Открывание руки в сторону и на пояс, стоя боком к опоре. Полуприсяды и подъемы на носки с движением руки; |

| | | | | | |
|--|--|---|---|---|---|
| | | <p>пятку, носок; Построение в две линии и обратно в одну колонну; Легкие, равномерные, высокие прыжки; скрестный шаг в сторону;</p> | <p>линии и обратно в одну колонну; Легкие, равномерные, высокие прыжки; скрестный шаг в сторону;</p> | | |
| | <p><i>Сюжетно-образные танцы, пляски</i></p> | <p>Ритмические и образные танцы по показу: «Танец сидя»; Хоровод; «Разноцветная игра»; Танец с ложками; Пляска «Кнопочки»; «Полька-хлопушка» «Тик - так»; «Добрый жук»; «Скакалка»; «Воробьиная дискотека»; Пляска с предметами «Каблучок» русская плясовая; «Кузнечик»; «Если весело</p> | <p>Ритмические и образные танцы по показу: «Танец сидя»; Хоровод; «Разноцветная игра»; Танец с ложками; Пляска «Кнопочки»; «Полька-хлопушка» «Тик - так»; «Добрый жук»; «Скакалка»; «Воробьиная дискотека»; Пляска с предметами «Каблучок» русская плясовая; «Кузнечик»; «Если весело живется»;</p> | <p>Бальный танец «Конькобежцы»; «Слоненок»; Русский танец «Валенки»; «Метелица»; «Па-де-Грас»; «Модный рок»; Хоровод «Речка»; «Травушка-муравушка»; «Петербургская кадрили»; «Чарльстон»; «Четыре таракана и сверчок»</p> | <p>Бальный танец «Конькобежцы»; «Слоненок»; Русский танец «Валенки»; «Метелица»; «Па-де-Грас»; «Модный рок»; Хоровод «Речка»; «Травушка-муравушка»; «Петербургская кадрили»; «Чарльстон»; «Четыре таракана и сверчок»</p> |

| | | | | | |
|---------|---|---|---|--|--|
| | | живется»; | | | |
| | <i>Музыкально – подвижная игра; Музыкальные этюды, импровизации</i> | «Прятки», «догонялки» с персонажами («Зайцы и медведь»); «Найди свое место»; «Нитка, иголка»; Коммуникативные танцы-игры: «Найди себе пару», «Танец – игра с игрушками»; «Солнышко и дождик»; «Волшебный платочек»; «Море волнуется»; Этюд «Осень золотая» «Море волнуется», «Листики», «У медведя во бору», «Цапля и лягушки»; «Аист и лягушки»; «Передача мяча»; «Мишка и колокольчик»; | «Прятки», «догонялки» с персонажами («Зайцы и медведь»); «Найди свое место»; «Нитка, иголка»; Коммуникативные танцы-игры: «Найди себе пару», «Танец – игра с игрушками»; «Солнышко и дождик»; «Волшебный платочек»; «Море волнуется»; Этюд «Осень золотая» «Море волнуется», «Листики», «У медведя во бору», «Цапля и лягушки»; «Аист и лягушки»; «Передача мяча»; «Мишка и колокольчик»; | «Ручеек»; «Птичий двор», «Чудо-юдо»; «Узнай по голосу»; «Эхо» с хлопками»; «Все мы делим пополам»; «Волшебный цветок»; «Гулливер и лилипуты»; «Сороконожки»; «Летает – не летает»; «Картина оживает»; игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй»; «Почтальон» ; «Дирижер-оркестр»; | «Ручеек»; «Птичий двор», «Чудо-юдо»; «Узнай по голосу»; «Эхо» с хлопками»; «Все мы делим пополам»; «Волшебный цветок»; «Гулливер и лилипуты»; «Сороконожки»; «Летает – не летает»; «Картина оживает»; игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй»; «Почтальон» ; «Дирижер-оркестр»; |
| Декабрь | <i>Танцевальная разминка</i> | «Разминка»; Упражнения с | «Разминка»; Упражнения с | Перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с | Перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными |

| | | | | | |
|---------------------------|-------------------------------------|--|--|---|--|
| <p>Январь Февраль</p> | | <p>предметами; Упражнения на спокойную ходьбу по залу в разных направлениях, Ходьба с притопом; Легкий бег; «Ноги и ножки»; «Ну, погоди!»; Изображение различных животных в движении; упражнения для плеч, головы корпуса; Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; Упражнения со сменой характера движения, (сопровождение: двухчастная, трехчастная музыка)</p> | <p>предметами; Упражнения на спокойную ходьбу по залу в разных направлениях, Ходьба с притопом; Легкий бег; «Ноги и ножки»; «Ну, погоди!»; Изображение различных животных в движении; упражнения для плеч, головы корпуса; Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; Упражнения со сменой характера движения, (сопровождение: двухчастная, трехчастная музыка)</p> | <p>различными движениями; «Разминка»; «Качалочка» (чешская народная песня) «Аннушка»; «Море и волны»; «Ночное небо и звезды»; «Аист»; «Ветерок и ветер». «Лендлер» муз. Л. Бетховена; «Веселые ножки»; «Мячики». Па – де-труа из балета «Лебединое озеро» «Макарена»;</p> | <p>движениями; «Разминка»; «Качалочка» (чешская народная песня) «Аннушка»; «Море и волны»; «Ночное небо и звезды»; «Аист»; «Ветерок и ветер». «Лендлер» муз. Л. Бетховена; «Веселые ножки»; «Мячики». Па – де-труа из балета «Лебединое озеро» «Макарена»;</p> |
| | <p><i>Танцевальные движения</i></p> | <p>Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; Шаги на полупальцах и пятках; Различные хлопки; Хоровод;</p> | <p>Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; Шаги на полупальцах и пятках; Различные хлопки; Хоровод; Приставной шаг;</p> | <p>Хороводный шаг; Поклон для мальчиков, реверанс для девочек; Русский поклон. Шаг вальса; Шаг галопа вперед и в сторону; кик-движение;</p> | <p>Хороводный шаг; Поклон для мальчиков, реверанс для девочек; Русский поклон. Шаг вальса; Шаг галопа вперед и в сторону; кик-движение;</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|---|
| | | <p>Приставной шаг; приставной шаг с притопом; топающие шаги; Выставление ноги на пятку, носок; Ритмичные полуприседания; Шаг с носка, на носках; 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, мягкий, высокий шаг, высокий на носках, скрестный шаг в сторону; работа над движением рук – «волна» руками; Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; Танцевальные</p> | <p>приставной шаг с притопом; топающие шаги; Выставление ноги на пятку, носок; Ритмичные полуприседания; Шаг с носка, на носках; 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, мягкий, высокий шаг, высокий на носках, скрестный шаг в сторону; работа над движением рук – «волна» руками; Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья</p> | <p>Танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; Основные движения русского танца: тройной притоп, «припадание» с поворотом, «елочка», «гармошка», «Ковырялочка», «Тройной притоп»; Основные движения танца «Ча-ча-ча»;</p> | <p>Танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; Основные движения русского танца: тройной притоп, «припадание» с поворотом, «елочка», «гармошка», «Ковырялочка», «Тройной притоп»; Основные движения танца «Ча-ча-ча»;</p> |
|--|--|--|--|---|---|

| | | | | | |
|--|---|---|---|--|--|
| | | позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья | | | |
| | <i>Сюжетно-образные танцы, пляски</i> | «Чебурашка»; «Бабочки»; «Автостоп» в стиле диско; «Большая стирка»; «Пляска с султанчиками»; «Ах, вы, сени»; «Поссорились – помирились»; «Маленькая полечка»; «Елочка» «Танец сидя»; «Едем на поезде»; «Снежинки»; «Раз, ладошка»; «Чунга – чанга»; «Большая прогулка»; «Карнавал» | «Чебурашка»; «Бабочки»; «Автостоп» в стиле диско; «Большая стирка»; «Пляска с султанчиками»; «Ах, вы, сени»; «Поссорились – помирились»; «Маленькая полечка»; «Елочка» «Танец сидя»; «Едем на поезде»; «Снежинки»; «Раз, ладошка»; «Чунга – чанга»; «Большая прогулка»; «Карнавал» | «Давай танцуй»; «Современник»; «Веселое перестроение»; «Озорники»; Народный танец; «Сиртаки»; «Танец с платками»; «Танго»; «Ретро – степ»; «Вальс»; «Самба»; «Облака» | «Давай танцуй»; «Современник»; «Веселое перестроение»; «Озорники»; Народный танец; «Сиртаки»; «Танец с платками»; «Танго»; «Ретро – степ»; «Вальс»; «Самба»; «Облака» |
| | <i>Музыкальные игры Музыкальные этюды, импровизации</i> | «Снежинки»; «Кошки-мышки»; «Машина»; «Самолеты»; «Попрыгунчики – воробушки»; «Ловишки»; «Отгадай, чей голосок»; | «Снежинки»; «Кошки-мышки»; «Машина»; «Самолеты»; «Попрыгунчики – воробушки»; «Ловишки»; «Отгадай, чей голосок»; | «Мы едем, едем, едем», «Снежинки-ручейки»; «Музыкальные стулья»» «Эхо»; «Музыкальные змейки»; «Шляпка»; Этюд «Снеговик», «Снежинка», «Снегурочка»; «Завивайся ниточка в | «Мы едем, едем, едем», «Снежинки-ручейки»; «Музыкальные стулья»» «Эхо»; «Музыкальные змейки»; «Шляпка»; Этюд «Снеговик», «Снежинка», «Снегурочка»; «Завивайся ниточка в |

| | | | | | |
|-----------------------|----------------------------------|---|--|---|---|
| | | Игры – путешествия; Этюд «Прогулка» «Найди себе пару»; «Музыкальное эхо»; «Совушка»; «Усни – трава» | Игры – путешествия; Этюд «Прогулка» «Найди себе пару»; «Музыкальное эхо»; «Совушка»; «Усни – трава» | клубочек»; «Пустое место» «Все мы делим пополам»; Импровизация «Замри»; | клубочек»; «Пустое место» «Все мы делим пополам»; Импровизация «Замри»; |
| | <i>Диагностика</i> | Беседа, диагностические игровые упражнения, наблюдения | Беседа, диагностические игровые упражнения, наблюдения | | |
| Март Апрель Май | <i>Танцевальная разминка</i> | «Мы пойдем сначала вправо»; «Морское путешествие»; «Птичий разговор» Упражнения с хлопками; «Гусеница»; «Марш»; «Резвые ножки»; «Приседай» (парная пляска); «Солдатики»; «Хоровод»; Изображение различных животных в движении; Упражнения для плеч, головы | «Мы пойдем сначала вправо»; «Морское путешествие»; «Птичий разговор» Упражнения с хлопками; «Гусеница»; «Марш»; «Резвые ножки»; «Приседай» (парная пляска); «Солдатики»; «Хоровод»; Изображение различных животных в движении; Упражнения для плеч, голова корпуса; Бег и прыжки в сочетании по принципу | «Приходи, сказка»; Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями; «Танцевальная разминка»; «Скакалка»; «Вежливый танец». Этюд Л. Шитте; «Заводная игрушка». «Черный кот»; «Пластилиновая ворона»; «Хлопушки» | «Приходи, сказка»; Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями; «Танцевальная разминка»; «Скакалка»; «Вежливый танец». Этюд Л. Шитте; «Заводная игрушка». «Черный кот»; «Пластилиновая ворона»; «Хлопушки» |

| | | | | | |
|--|-------------------------------------|--|---|--|--|
| | | <p>корпуса; Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами; «Сосулька»</p> | <p>контраста; упражнения с различными предметами; «Сосулька»</p> | | |
| | <p><i>Танцевальные движения</i></p> | <p>Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере, шаг с носка, на носках; Различные хлопки; Хороводный шаг; Танцевальные движения с предметами; Ходьба, сидя на стуле, хлопки в такт музыке; Построение в шеренгу, передвижение по кругу; Бег в рассыпную и друг за другом; Пружинные полуприседы; Перекаты в положении лежа, руки вверх и в седе на пятках с опорой на предплечья;</p> | <p>Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере, шаг с носка, на носках; Различные хлопки; Хороводный шаг; Танцевальные движения с предметами; Ходьба, сидя на стуле, хлопки в такт музыке; Построение в шеренгу, передвижение по кругу; Бег в рассыпную и друг за другом; Пружинные полуприседы; Перекаты в положении лежа, руки вверх и в седе на пятках с опорой на предплечья; Свободные, плавные движения руками; Приставные шаги в сторону, шаг с</p> | <p>Движения польки по кругу в парах и усложнение движений; Танго основной шаг; «Перевод рук из одной позиции в другую»; Движения кадрили; Рок-н-ролл движения; Выставление ноги вперед, в сторону, назад-«крестом», «носок-пятка»; Наклоны туловища; Подъемы ног и махи ногами через выставление ноги на носок; Прыжки, перевод рук из одной позиции в другую;</p> | <p>Движения польки по кругу в парах и усложнение движений; Танго основной шаг; «Перевод рук из одной позиции в другую»; Движения кадрили; Рок-н-ролл движения; Выставление ноги вперед, в сторону, назад-«крестом», «носок-пятка»; Наклоны туловища; Подъемы ног и махи ногами через выставление ноги на носок; Прыжки, перевод рук из одной позиции в другую;</p> |

| | | | | | |
|--|---|---|---|--|--|
| | | Свободные, плавные движения руками; Приставные шаги в сторону, шаг с небольшим подскоком; Подъемы на носки. | небольшим подскоком; Подъемы на носки. | | |
| | <i>Сюжетно-образные танцы, пляски</i> | «Буги-вуги», «Тучка»; «Матрешки»; «Солнечные лучики»; Упражнения с цветами, «Раз ладошка» «На крутом бережку»; «Лисица»; «Солнышко лучистое»; «Ромашки»; «На лугу»; «Матушка - Россия»; «Вару - вару» «Лавота»; «Стирка белья»; | «Буги-вуги», «Тучка»; «Матрешки»; «Солнечные лучики»; Упражнения с цветами, «Раз ладошка» «На крутом бережку»; «Лисица»; «Солнышко лучистое»; «Ромашки»; «На лугу»; «Матушка - Россия»; «Вару - вару» «Лавота»; «Стирка белья»; | «Тайм- степ»; «Полька»; «Божья коровка»; «Фантазия» с цветами «Русский народный танец»; «Бибика», «Дикари»; «Конькобежцы»; «Маленький вальс»; «Ленинградские мосты»; «Ретро – степ»; «Полонез» | «Тайм- степ»; «Полька»; «Божья коровка»; «Фантазия» с цветами «Русский народный танец»; «Бибика», «Дикари»; «Конькобежцы»; «Маленький вальс»; «Ленинградские мосты»; «Ретро – степ»; «Полонез» |
| | <i>Музыкальные игры Музыкальные этюды, импровизации</i> | «Вперед 4 шага» «Курица и цыплята»; «Арбузик»; «Хитрый кот»; «Зайка – Зайка»; «Курочка и петушок»; | «Вперед 4 шага» «Курица и цыплята»; «Арбузик»; «Хитрый кот»; «Зайка – Зайка»; «Курочка и петушок»; «Игра с | «Воробьи и журавушки»; «Кошка выпускает когти»; игра «Зеркало»; «Не выпустим»; «Великаны и лилипуты» «Запев-припев»; «Баба Яга» | «Воробьи и журавушки»; «Кошка выпускает когти»; игра «Зеркало»; «Не выпустим»; «Великаны и лилипуты» «Запев-припев»; |

| | | | | | |
|--|---------------------------|---|---|--|--|
| | | <p>«Игра с колокольчиком»; «Зайки и волк»; «Найди свое место»; «Нитка – иголка»; «Цапля и лягушки»; «У медведя во бору»; «На лесной опушке»; «Отгадай, чей голосок»</p> | <p>колокольчиком»; «Зайки и волк»; «Найди свое место»; «Нитка – иголка»; «Цапля и лягушки»; «У медведя во бору»;</p> | <p>«Найди предмет»; Этюд: «Цветные зонтики»; «Фея весны»; «Хоровод цветов»</p> | <p>«Баба Яга» «Найди предмет»; Этюд: «Цветные зонтики»; «Фея весны»; «Хоровод цветов»</p> |
| | <p><i>Диагностика</i></p> | <p>Беседа, диагностические игровые упражнения</p> | <p>Беседа, диагностические игровые упражнения</p> | <p>Беседа, диагностические игровые упражнения</p> | <p>Беседа, диагностические игровые упражнения</p> |

Список используемой литературы

1. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика», 2 – ое издание, испр. и. – доп., СПб., ЛОИРО, 2000 г. Т. И. Суворова «Танцевальная ритмика для детей»: учебное пособие, Санкт – Петербург: Русская коллекция, 2014 г.
2. Вихрева Н. А. «Классический танец для начинающих» М.: Театралис, 2004. 112с.
3. Гогоберидзе Г., Деркунская В.А. Образовательная область « Музыка», Методический комплект программы, Санкт – Петербург, «Детство – Пресс», 2013 г.
4. Галянт И.Г. « Музыкальное развитие детей 2 – 7 лет», методическое пособие для специалистов ДОО, «Просвещение», Москва, 2013 г.
5. Каплунова И., Новоскольцева Н. «Игры, аттракционы, сюрпризы» Пособие для музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Издательство «Композитор» Спб, 1999
6. Савинкова О.Н., Полякова Т.А. «Раннее музыкально –ритмическое развитие детей», г. Кострома 2003г.
7. Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика». Хореография в детском саду.- М.:ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.-272 с.+вкл.
8. Суворова Т. «Танцевальная ритмика для детей». Учебное пособие.- СПб «Музыкальная палитра», 2004, - 44 с.