

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА  
ДЕТСКИЙ САД №41 «РОСИНКА»**

**ПРИНЯТА**

Советом педагогов  
протокол от 30.08.2023г.  
№1

**УТВЕРЖДЕНА**

Заведующий  
\_\_\_\_\_ Р.А. Ротова  
от 30.08 2023г.

**Программа ДПОУ проведения занятий  
по развитию музыкально-ритмических  
способностей у детей  
«Ритм и Ритмическая мозаика»**

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста (от 5 до 6 лет)  
Срок реализации – 1 год

г. Нижневартовск

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа ДПОУ проведения занятий по развитию ритмических способностей у детей «Ритм и Ритмическая мозаика»
Основание для разработки программы:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» п. 4 ч. 2 ст. 29, ч. 3 ст. 30, с ч.1 ст. 91, ч. 1 ст. 101;</li> <li>2. Постановление Правительства РФ от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;</li> <li>3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»; комментариями к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014г;</li> <li>4. Устав МАДОУ г. Нижневартовска ДС №41 «Росинка»</li> </ol>
Заказчик программы	Педагогический совет, родители, (законные представители)
Исполнитель программы	Участники образовательного процесса.
Направленность программы	Психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.
Цель программы	Развитие музыкальности и ритмичности через пластику движений.
Задачи программы	<p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений;</li> <li>- воспитание самостоятельности в исполнении;</li> <li>- побуждение детей к творчеству.</li> </ul>
Срок реализации	1 год
Ожидаемый конечный результат	<ul style="list-style-type: none"> <li>• выразительность, легкость и точность исполнения движений под музыку;</li> <li>• умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности, правильно называть их;</li> <li>• освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру;</li> <li>• способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;</li> <li>• освоение сложных видов движений: шаг на припадании, переменный шаг, шаг польки, различные виды галопа, вальсовый шаг, элементы движений из современных детских балльных танцев.</li> </ul>
Система контроля за исполнением программы	Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребёнка (по методике А.И. Бурениной)

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Интонация, мелодия, лад, ритм, гармония отражают окружающую нас действительность-природу, мир человеческих чувств, историю, будущее человечества.

В. Сухомлинский

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Танцевально - ритмическая гимнастика отражает окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела». Из этого следует, что в ритмике творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности.

На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. Еще раз следует упомянуть, что ритмике присущи образность, сюжетность. Это придает ей черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Выготского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танцевально - ритмической гимнастики также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у дошкольников танцевальных способностей.

**Актуальность** разработки 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.

Родители и педагоги, стремятся вырастить детей счастливыми, позитивно воспринимающими жизнь, способными к преодолению трудностей, к достижению наиболее полной творческой самореализации.

Именно здоровье – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, воли, дарований и природных способностей.

Ритмика помогает творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувства ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка. Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: это может быть последующее обучение хореографии, гимнастике, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях и т.д. Музыкально-ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственные перегрузки и утомления. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение.

Занятия по ритмике создают такие условия, при которых ребенок по мере своих возможностей выступает публично, преодолевает неуверенность, страх и учится управлять собой, своим поведением, голосом, телодвижениями

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально-ритмическая гимнастика.

• Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях.

• Эффективность - в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную систему человека.

• Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

В этой связи актуальной становится проблема разработки программы с использованием нетрадиционных разнообразных форм, средств методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей.

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков

музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

**Цель** – развитие музыкальности и ритмичности через пластику движений.

**Задачи:**

- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений;
- воспитание самостоятельности в исполнении;
- побуждение детей к творчеству.
- познакомить детей с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.

**Ожидаемые результаты**

1. Ориентироваться в характере, темпе, ритме музыки.
2. Уметь свободно и легко исполнять упражнения на координацию корпуса, рук, ног, головы.
3. Уметь сочинять элементарные образные движения.

## ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ

Решение задач программы основывается на следующих **принципах**:

Гуманизм – идея разумности и гуманности человека, сообщества людей. Разумность как качество, присущее людям – способность думать, говорить, выражать свои мысли, осознанно действовать, предвидя последствия своих действий, осознанно относиться к себе и к своему здоровью.

Непрерывность – формирование устойчивого интереса к постоянному пополнению своего интеллектуального багажа и совершенствованию практических навыков и умений решать проблемы, связанные с состоянием здоровья.

Целостность – формирование у дошкольников целостного понимания сущности здоровья как основной ценности жизни, интеграция знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Научность – можно выделить две группы идей: здоровьесберегающая направленность – освоение знаний, обеспечивающих формирование основ сознания и поведения дошкольников; педагогические – формирование базисных структур личности.

Преемственность – преемственность между возрастными категориями, а также - в детском саду закладывается фундамента для дальнейшего формирования представлений о здоровье человека и предупреждения заболеваний.

Стимулирование активной деятельности – практическая деятельность по укреплению и сохранению здоровья. Она обеспечивает практическое применение полученных знаний, укрепляет субъективные позиции ребенка в вопросах здорового образа жизни.

Личностный подход в воспитании: признание личности развивающегося человека высшей социальной ценностью; уважение уникальности и своеобразия каждого ребенка;

Средовой подход, т.е. использование возможностей внутренней и внешней среды в развитии личности ребенка;

Природосообразность – воспитание должно основываться на научном понимании естественных и социальных процессов, согласовываться с общими законами развития человека сообразно его полу и возрасту

## **Возрастные особенности психического развития детей старшего (от 5 до 6 лет) дошкольного возраста**

Ребенок 5-6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества (ближайшего социума), постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей. В 5-6 лет дошкольники совершают положительный нравственный выбор (преимущественно в воображаемом плане).

В процессе восприятия художественных произведений, произведений музыкального и изобразительного искусства дети способны осуществлять выбор того (произведений, персонажей, образов), что им больше нравится, обосновывая его с помощью элементов эстетической оценки. Эмоционально откликаются на те произведения искусства, в которых переданы понятные им чувства и отношения, различные эмоциональные состояния людей, животных, борьба добра со злом.

*Музыкально-художественная деятельность.* В старшем дошкольном возрасте происходит существенное обогащение музыкальной эрудиции детей: формируются начальные представления о видах и жанрах музыки, устанавливаются связи между художественным образом и средствами выразительности, используемыми композиторами, формулируются эстетические оценки и суждения, обосновываются музыкальные предпочтения, проявляется некоторая эстетическая избирательность. При слушании музыки дети обнаруживают большую сосредоточенность и внимательность. Совершенствуется качество музыкальной деятельности. Творческие проявления становятся более осознанными и направленными (образ, средства выразительности продумываются и сознательно подбираются детьми).

## ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК

**муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Нижневартовска детского сада №41  
"Росинка"**

**на 2018/2019 учебный год**

Начало учебного  
года: 01.09.2018  
Конец учебного  
года: 31.05.2019

1 полугодие: 17 недель, 85 дней - 01.09.2018 - 31.12.2018

2 полугодие: 19 недель 4 дня, 99 дней - 09.01.2019 - 31.05.2019

Летний период:  
01.06.2019 - 31.08.2019

Количество учебных  
недель, дней в году:  
всего: 37 недель, 185  
учебных дней

У	учебный день
В	выходной день
П	праздничный день
Л/ П	летний оздоровительный период

Месяц	Сентябрь																													итого:			
Неделя	1					2					3					4									4 недел и								
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	-		
	В	В	У	У	У	У	У	В	В	У	У	У	У	У	В	В	У	У	У	У	У	В	В	У	У	У	У	У	У	В	В	-	
Количе ство учебны х дней	5					5					5					5									20								

Месяц	Октябрь																											итого:				
Неделя	5					6					7					8					9					4 недел и 3 дня						
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	
Количе ство учебны х дней	5					5					5					5					3					23						

Месяц	Ноябрь																											итого:				
Неделя	9		10				10		11				11		12				12		13				13	4 недел и 1 день						
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	-	
	у	у	в	п	в	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	-	
Количе ство учебны х дней	2		4				1		4				1		4				1		4				1	21						

Месяц	Декабрь																													итого:			
Неделя			1 3	14				14			15				15			16				16			17						1 7	4 недел и 1 день	
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	у	
Количество учебных дней			1	4				1			4				1			4				1			4						1	21	

Месяц	Январь																													итого:			
Неделя										18				18			19				19			20				20			21		3 недел и 2 дня
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	п	в	в	в	в	в	п	в	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	
Количество учебных дней										3				2			3				2			3				2			2		17

Месяц	Февраль																											итого:			
Неделя	2				21	22						22	23						23	24						24	25				3 недел и 4 дня
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	-	-	-
	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	п	в	в	у	у	у	-	-	-
Количе ство учебны х дней	1	2			3						2	3						2	3						2	1				19	

Месяц	Март																														итого:				
Неделя	2				25	2				26					27				27				28				28				29				4 недел и
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
	у	в	в	у	у	у	у	п	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в			
Количе ство учебны х дней	1	3			1	4					1	4			1	4				1	4				1				20						

Месяц	Апрель																											Итого:			
Неделя	29				30	30					31	31			32	32					33	33				4 недел и 2 дня					
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	-
	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	-
Количество учебных дней	4				1	4					1	4			1	4					1	4			1	2				22	

Месяц	Май																											Итого:			
Неделя		33			34				34		34			35					35		36				36		37				4 неде ли 1 день
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	п	у	у	в	в	у	у	у	п	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у
Количество учебных дней		2		3				1		1			4					1		4				1		4					21

## Учебный план

№ раз дела	Название раздела	Форма занятия	Всего часов	Теория	Практика
1	Развитие умений ориентироваться в пространстве	Комплексное занятие	6	1	5
2	Развитие музыкальности	Комплексное занятие	6	1	5
3	Развитие двигательных качеств и умений	Комплексное занятие	6	1	5
4	Развитие творческих способностей	Комплексное занятие	6	1	5
5	Развитие и тренировка психических процессов	Комплексное занятие	6	1	5
6	Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности	Комплексное занятие	6	1	5

72 занятия, 36 часов

### Программно – методическое обеспечение

№	Наименование услуги	Наименование программы	На основании какой программы разработана и кем утверждена, рекомендована
1	«Ритм»	Программа дпоу проведения занятий по развитию танцевальных способностей у детей «Ритм»	А.И. Буренина «Ритмическая мозаика»: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — <b>СПб.: ЛОИРО, 2000.</b>

## Календарный график

месяц	неделя	тема	№ занятия
сен	1	«Мир игрушек»	Занятие № 1-2
тябрь	2	«Мир игрушек»	Занятие № 3-4
	3	«Природа и животные»	Занятие № 5-6
	4	«Природа и животные»	Занятие № 7-8
октябрь	5	«Путешествия»	Занятие № 9-10
	6	«Путешествия»	Занятие № 11-12
	7	«Мир танцев»	Занятие № 13-14
	8	«Мир танцев»	Занятие № 15-16
	9	«Природа и животные»	Занятие № 17-18
ноябрь	10	«Мир спорта»	Занятие № 19-20
	11	«Мир спорта»	Занятие № 21-22
	12	«Любимые герои мультфильмов»	Занятие № 23-24
	13	«Настроение в музыке»	Занятие № 25-26
декабрь	14	«Настроение в музыке»	Занятие № 27-28
	15	«Настроение в музыке»	Занятие № 29-30
	16	«Настроение в музыке»	Занятие № 31-32
	17	Юмор и шутка	Занятие № 33-34
январь	18	Юмор и шутка	Занятие № 35-36
	19	«Настроение в музыке»	Занятие № 37-38
	20	«Мир спорта»	Занятие № 39-40
февраль	21	«Природа и животные»	Занятие № 41-42
	22	«Мир игрушек»	Занятие № 43-44

	<b>23</b>	«Любимые герои мультфильмов»	Занятие № 45-46
	<b>24</b>	«Природа и животные»	Занятие № 47-48
март	<b>25</b>	«В мире сказок»	Занятие № 49-50
	<b>26</b>	«В мире сказок»	Занятие № 51-52
	<b>27</b>	«В мире сказок»	Занятие № 53-54
	<b>28</b>	Юмор и шутка	Занятие № 55-56
апрель	<b>29</b>	«Мир игрушек»	Занятие № 57-58
	<b>30</b>	«Настроение в музыке»	Занятие №59-60
	<b>31</b>	«Настроение в музыке»	Занятие № 61-62
	<b>32</b>	«Любимые герои мультфильмов»	Занятие №63-64
май	<b>33</b>	«Любимые герои мультфильмов»	Занятие № 65-66
	<b>34</b>	«Путешествие»	Занятие № 67-68
	<b>35</b>	«Путешествие»	Занятие № 69-70
	<b>36</b>	«Путешествие»	Занятие № 71-72

## Содержание и структура программы

### 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;
- 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;
- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

### 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" 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); 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, притоптывание 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 движениях 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 познавательных 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.

**Рекомендуемый репертуар** (из программы "Ритм"):

1-е полугодие — повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций: "Марш", "Кораблики", "Красная шапочка", "Кот Леопольд", "Поросята".

2-е полугодие: "Антошка", "Волшебный цветок", "Мячик", "Кошка и девочка", "Веселая пастушка", "Песенка о лете" и др. (а также повторение всех ранее разученных композиций).

**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.

### **Длительность занятия**

1. Подготовительная часть - 10 минут.

-строевые, порядковые, общеразвивающие упражнения,

-простейшие виды ходьбы, бег,

-танцевальные шаги и т.п.

2. Основная часть - 15 минут.

Изучение основных ритмических композиций. Игры, танцы.

3. Заключительная часть 5 минуты.

-проводятся успокаивающие, дыхательные упражнения, простейшие координационные танцевальные движения, упражнения на расслабление, хороводы.

## **Структура комплекса ритмической гимнастики для детей дошкольного возраста.**

### **Последовательность разучивания комплекса ритмической гимнастики.**

Перед разучиванием комплекса ритмической гимнастики необходима предварительная работа.

Педагогу необходимо:

- определить задачу комплекса;
- подобрать упражнения, способствующие возрасту детей и их физической подготовке;
- определить количество упражнений в каждой части комплекса, их дозировку;

- распределить количество занятий для составления, разучивания и отработки упражнений комплекса;
- подобрать музыкальное сопровождение к комплексу ритмической гимнастики, соответствующее темпу выполнения упражнений.

Разучивание комплекса ритмической гимнастики условно можно разделить на три этапа.

### ***I этап - подготовительный*** (4 занятия).

На этом этапе задача педагога состоит в том, чтобы создать общее представление о движениях, дать необходимые сведения о характере музыки, о способах выполнения упражнений. На этом этапе педагог демонстрирует комплекс полностью под музыку перед детьми, обращает внимание детей на связь нового движения с изученными ранее.

### ***II этап - основной*** (8 занятий).

Этот этап предполагает осмысленное выполнение детьми упражнений и понимание взаимосвязи музыки (темпа, выразительности) и движений. Педагог непрерывно наблюдает за выполнением детьми движений и исправляет индивидуально с каждым ребёнком ошибки в выполнении. На этом этапе дети должны овладеть основными движениями под музыку с учётом темпа.

При разучивании комплекса ритмической гимнастики необходимо учитывать следующие требования:

- показ педагогом движений должен быть зеркальным, чётким, без искажения ритма;
- наиболее сложные упражнения разучиваются поэтапно, а простые выполняются совместно с педагогом;
- при построении детей необходимо, чтобы все дети видели педагога;
- во избежание неправильного выполнения и запоминания упражнений детьми, педагог должен подсказывать и направлять действия ребёнка, если это необходимо.

### ***III этап - заключительный*** (4 занятия).

Работа направлена на совершенствование движений с учётом динамических оттенков музыки, отработку выразительности движений. Дети выполняют комплекс самостоятельно.

## Перспективное планирование

№	Тема занятия	Программные задачи	Репертуар
1-2	«Мир игрушек»	Учить ориентироваться в пространстве. Учить маршировать энергично, четко координировать работу рук и ног. Обогащать слушательский опыт детей разнообразными по жанру и стилю музыкальными композициями.	Упражнения: «Марш» В. Золотарева «Медленный танец» Упражнения на расслабление мышц Хороводный и топающий шаг р.н.м «Белые кораблики» В. Шаинский «Песенка о лете» Е. Крылатов Игра: «Плетень»;
3-4		Передавать музыкальный образ с помощью плавных движений руками, развивать гибкость, пластичность.	
5-6	«Природа и животные»	Развивать фантазию, умение находить оригинальные, разнообразные способы передачи движений.	
7-8			
9-10	«Путешествия»	Добиваться легкого и ритмичного поскока Развивать способность передавать в пластике образ. Развивать ритmicность	Упражнения: Приставной шаг Боковой галоп «Детская полька» А. Жилинский «Боковой галоп» Ф. Шуберта «Веселые путешественники» М. Старокадомского «Кремена» Болгарская полька  Игра: «Девочка и кошка»
11-12		Учить исполнять быстрый бег со сменой направлений, реагировать на быстрые изменения музыкальных фраз. Быстро и четко реагировать на смену звучания музыки. Развивать внимание и наблюдательность, умение ориентироваться в пространстве.	
13-14	«Мир танцев»	Формировать активность, развивать внимание . Развивать умение передавать в движении основные средства музыкальной выразительности.	
15-16		Развивать способность передавать в пластике музыкальный образ используя общеразвивающие упражнения на различные группы мышц. Добиваться точности и ловкости выполнения движений.	
17-18	«Природа и животные»	Учить ходить синхронно, меняя направление движения. Уметь находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки и передачи образа	Упражнения: «Великаны и гномы» Упражнения для рук Хлопки в такт музыки- «Воздушная кукуруза» Игротанцы «Ки-ко-ко»
19-20		Развивать детское двигательное	

		творчество, фантазию, активность.	«Танцуйте сидя»
21-22	«Мир спорта»	Учить передавать в пластике музыкальный образ, используя различные группы мышц и различный характер, способ движения.	Б.Савельев «Если добрый ты» Б.Савельев Игра:
23-24	«Любимые герои мультфильмов»	Развивать слух, внимание, быстроту реакции. Уметь выражать в движении и характер музыки ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений музыки.	«Веселые дети»
25-26	«Настроение в музыке»	Развивать внимание, слух, быстроту реакции Развивать пластичность и музыкальность	Танцевальные шаги: - шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку; - свободные, плавные движения руками; «Изобразительные танцы – снежинки, гномики, звездочки и т.д.. Игра: «Ручеек с платочком»
27-28		Развивать умение выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроения в звучании.	
29-30		Развивать музыкальную и двигательную память, плавность движений и пластичность. Учить самостоятельно, находить свое место, выполнять перестроения.	
31-32		Развивать способность передавать в пластике музыкальный образ, используя упражнения на точность и ловкость движений, координацию рук и ног.	
33-34	«Юмор и шутка»	Развивать координацию слухового восприятия и движений. Воспитывать ласковое. Теплое отношение друг к другу.	Акробатические упражнения: перекаты в положении лежа, сидя на пятках, с опорой на предплечья; - равновесие на носках с опорой и без нее;
35-36		Развивать способность различать жанр музыкального произведения. Выражать это в соответствующих движениях. Развивать ритмичность.	
37-38	«Настроение в музыке»	Развивать слуховое внимание, умение слышать музыкальные фразы. Учить детей выполнять танцевальные движения в разном направлении, развивать ритмичность, используя разные виды ходьбы, ориентироваться в пространстве.	«Веселая пастушка» фр. мелодия. «Марш» Лева Игра: « Поиграем веселей».
39-40	«Мир спорта»	Учить самостоятельно находить свободное место в зале и выполнять перестроения Обогащать слушательский опыт разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями..	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: -упражнение на осанку, стоя спиной к опоре;

41-42	«Природа и животные»	Уметь выполнять сложные перестроения из положения враспынную в 2 круга, затем в один. Развивать плавность и пластичность.	- имитационные, образные упражнения. « Ты морячка» О.Газманов
43-44	«Мир игрушек»	Выразительно передавать образ. Развивать внимание, творческое воображение, способность к импровизации.	«Волшебный цветок» «Куклы с мишкой» Д. Кабалевский
45-46		Развивать музыкальную и двигательную память, мышление, передавать в движении и в мимике характер музыки.	Игра: «Перепелка»
47-48	«Природа и животные»	Развивать умение передавать в движении разные эмоции и состояния: радость, страх, злость, динамику .	Специальные упражнения для согласования движений с музыкой:
49-50	«В мире сказок»	Развивать слуховое и зрительное внимание, ловкость, координацию движения.	- акцентированная ходьба;
51-52		Формировать умение исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, развивать музыкальность, пластичность, мягкость движений.	- акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками; «Козочки и волк»
53-54		Развивать музыкальность, гибкость, координацию движений, подвижность нервных процессов, внимание. Воспитывать культуру поведения.	Мзиури «Красная шапочка» А.Рыбников, «Три поросенка» Игра «Ай-да сапожники!»;
55-56	«Юмор и шутка»	Развивать творческое воображение, способность к импровизации, умение выполнять имитационные движения.	Танцевальные шаги: -пружинные полуприседы;
57-58	«Мир игрушек»	Учить быстро менять направление движения, мгновенно реагировать на различный темп, динамику и ритм музыкального произведения. Развивать воображение и юмор.	- приставной шаг в сторону; «Кошка и девочка» литовская мелодия. «Мячик» Б.Савельев
59-60	«Настроения в музыке»	Развивать ритмичность и координацию движений. Развивать музыкальный слух, чувство ритма, способность к подражанию ( зрительное внимание)	«Все мы делим пополам» В.Шаинский Игры с ладошками-удивительный ритм.
61-62		Развивать способность передавать в пластике музыкальный образ, используя элементы народных плясок, сложные циклические движения	Игра: «Гусеница». Игры с карточками-этот удивительный ритм.
63-64	«Любимые герои мультфильмов»	Формировать навыки выразительного движения, освоение легкого бега, прыжков на двух ногах, умение использовать предметы.	Хореографические упражнения: свободные, плавные движения руками, с

<b>65-66</b>		Развивать координацию слухового восприятия и движений, создание положительной атмосферы. Воспитывать ласковое, теплое отношение друг к другу.	предметами; - комбинации хореографических упражнений. «Чунганганга» В.Шаинский,
<b>67-68</b>	«Путешествия»	Формировать способность передавать в пластике музыкальный образ, используя упражнения на точность и ловкость движений, координации рук и ног. Развивать двигательную память, гибкость, пластичность, ритмичность.	«Крокодил Гена» В.Шаинский «Вместе весело шагать» В.Шаинский
<b>69-70</b>		. Учить исполнять быстрый бег со сменой направлений, реагировать на быструю смену музыкальных фраз.	Игра: «Кот и мыши»
<b>71-72</b>		Обогащать эмоциональный опыт детей, развивать коммуникативные способности	Повторение пройденного репертуара по желанию детей

## Материально – техническое обеспечение

Организация занятий осуществляется в музыкальном зале, расположенном на 3 этаже МАДОУ. Зал оснащен современным оборудованием (мультимедийное оборудование, магнитофон, пианино, методический комплект).



## Материалы для проведения занятий

№	НАИМЕНОВАНИЕ	Кол-во	Примечания
1	Барабан с палочками	2	
2	Бубен средний	2	
3	Вертушка (шумовой муз. инструмент)	6 (10)	
4	Дудочка	2	
5	Звуковой молоток (ударный муз. инструмент)	1	
6	Игровые ложки (ударный муз. инструмент)	10	
7	Кастаньеты с ручкой	1	
8	Кастаньеты деревянные	-(2)	
9	Металлофон – альт диатонический	2	

10	Металлофон 12 тонов	10	
11	Музыкальные колокольчики (набор)	2 (10)	

**Перечень основного оборудования: предметов мебели, ТСО, дополнительных средств**

№	НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛ-ВО	Примечание
1.	Электропианино	1 шт.	
2.	Музыкальный центр Panasonic SA-VK760	1 шт	
3.	Музыкальный центр «Samsung»	1 шт	

**МЯГКИЕ ИГРУШКИ**

1.	Вини-пух	1 шт.	
2.	Крокодил	1 шт.	
3.	Кошка	1 шт.	
4.	Ежик	1 шт.	
5.	Поросенок	1 шт.	
6.	Пингвин	1 шт.	
7.	Олененок	1 шт.	
8.	Кот Леопольд	1 шт.	
9.	Собачка Филя	1 шт.	
10	Собачка маленькая	1 шт.	
11	Кукла Алла	1 шт.	

## Мониторинг

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.

### 1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые 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;
- 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 малокоонтрастными 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.

### 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 с притопом и др.

### **3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:**

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций ("змейка", "воротики", "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 создавая 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 (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр — например, если кто-то отдыхает или работает, не танцевать, не проявлять бурно радость, если у кого-то горе и т.д.);
- 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.

### **Показатели уровня развития детей:**

- выразительность исполнения движений под музыку; умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

## Литература

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика 3: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — Издание переработанное и дополненное в соответствии с ФГТ— **СПб.: ЛОИРО**, 2012. - 220 с.
2. Буренина А. И. Коммуникативные танцы-игры для детей- Издательство «Музыкальная палитра», 2004
3. Конова Е. Методическое пособие по ритмике. – М., 1972.
4. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985.
5. Руднева С., Фиш А. Ритмика. Музыкально-ритмическое движение. – М., 1972.