

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Петрозаводского городского округа «Детский сад общеразвивающего  
вида с приоритетным осуществлением деятельности по  
физическому развитию детей № 63 «Росинка»  
(МДОУ " Детский сад № 63")

Принята на общем собрании Учреждения  
МДОУ «Детский сад № 63»  
Протокол № 1 от «30» августа 2025 года

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 345 от 31.10 2025  
Заведующий МДОУ «Детский сад № 63»  
Белова Е.В. Белова

**Дополнительная  
общеобразовательная программа  
физкультурно – спортивной направленности  
«Веселая ритмика»**

Возраст учащихся: 4– 7(8) лет  
Срок реализации: 7 месяцев  
Составитель:  
музыкальный руководитель  
Тимофеева А.А.

- 1.2. Планируемые результаты
- 2. Содержание программы
  - 2.1. Содержание деятельности по музыкально-ритмическому воспитанию детей
  - 2.2. Учебно – тематическое планирование
- 3. Организационный раздел
  - 3.1. Обеспеченность материально-техническими и информационно-техническими ресурсами.
  - 3.2. Кадровое обеспечение
  - 3.3. Методическое обеспечение
  - 3.4. Контроль и оценочные материалы

Данная программа ориентирована на детей дошкольного возраста. С целью укрепления здоровья, развития музыкальных и творческих способностей психических процессов, нравственно-коммуникативных качеств личности. За основу выбрана программа по танцевально-игровой гимнастике для детей «Са-фи-дансе» Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

## **1. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно – спортивной направленности разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273ФЗ (зарегистрировано Минюстом Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809) (в ред. от 29.12.2022 г.);

Законом РФ от 07.02.1992 N 2300-1 (ред. от 14.07.2022) "О защите прав потребителей";

Федеральным Законом Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ;

Постановлением Правительства РФ от 15 сентября 2020 г. N 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;

Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 2 от 28.02.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Локальными нормативными актами ДООУ:

Уставом МДОУ «Детский сад № 63»;

Лицензией ДОО на право ведения образовательной деятельности по дополнительному образованию.

Образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной программе физкультурно – спортивной направленности направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей детей;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в художественно-эстетическом развитии;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития.

### **Актуальность программы:**

Музыкально-ритмическая деятельность строится на интеграции музыки, драматизации, пластики и танца в единое художественное целое. Движение, музыка, игра как раз то, в чём нуждается ребёнок в дошкольный период. Занятия ритмикой строятся на включении музыкальных игр, в которых дети осваивают двигательно-ритмические, коммуникативные навыки, обеспечивающие их психомоторное развитие. Ролевые, сюжетные, дидактические музыкальные игры позволяют сделать процесс постижения закономерностей музыкального искусства доступным и увлекательным для дошкольников и младших школьников.

**Цель:** Содействие гармоничному развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

### **Задачи:**

1. Развивать способность воспринимать музыку, чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание.
2. Развивать музыкальные способности (музыкальный слух, чувство ритма).
3. Развивать двигательные качества и умения.
4. Развивать творческие способности, потребность самовыражения в движении под музыку.
5. Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности.

### **Принципы и подходы к формированию программы.**

1. Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка, его личности.

2. Принцип единства воспитательных, развивающих и образовательных целей, в процессе реализации которых учитываются интересы и способности воспитанников.
3. Принцип научной обоснованности и практической применимости.
4. Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Этот принцип дает возможность развивать в единстве эмоциональную, познавательную и практическую сферы личности ребенка.
5. Принцип гуманизации – признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка.
6. Комплексно-тематический подход к построению образовательного процесса.
7. Системный подход формирования программы, в которой все компоненты взаимосвязаны и взаимозависимы.
8. Подход «от простого к сложному», который пронизывает все структурные части занятий во всех возрастных группах.

#### **Методы:**

##### **Наглядные:**

- Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры)
- Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни)
- Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога)

##### **Словесные:**

- Объяснения, пояснения, указания
- Подача команд, распоряжений, сигналов, вопросы к детям
- Образный сюжетный рассказ, беседа
- Словесная инструкция:

##### **Практические:**

- Повторение упражнений без изменений и с изменениями
- Проведение упражнений в игровой форме
- Проведение упражнений в соревновательной форме
- Проведение игр и заданий на развитие творческого мышления

##### **Способы организации:**

1. Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

2. Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала. Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах.

3. Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Целостный процесс обучения гимнастическим упражнениям, танцам можно условно разделить на три этапа:

1. Начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению)
2. Этап углубленного разучивания упражнения
3. Этап закрепления и совершенствования упражнения

## **1.2. Планируемые результаты.**

К концу обучения дети **должны уметь:**

- Передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;
- Передавать основные средства музыкальной выразительности;

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

Дети, прошедшие обучение по данной программе, **должны знать:**

- Назначение музыкального зала и правила поведения в нём;
- Правила подвижных игр;
- Основные танцевальные позиции рук и ног;
- Понятия: круг, шеренга, колонна.

**Адресат программы:** обучающиеся: программа рассчитана на детей от 3 до 7(8) лет.

Учебные группы комплектуются по возрастному принципу: дети 3-4 лет; 5-7(8) лет.

Возраст обучающихся участвующих в реализации данной программы:

- ✓ дети младшего школьного возраста. 3-4 года;
- ✓ дети старшего дошкольного возраста 5 – 7(8) лет.

Численный состав групп 10-15 человек.

Форма обучения по программе – очная.

Продолжительность занятия: 3-4 года по 15 минут, 5-7(8) лет – 30 минут.

Режим проведения учебных занятий 2 раза в неделю.

Количество учебных недель в году – 28 недель.

Количество учебных занятия в год - 56 занятий.

Срок реализации программы – 7 месяцев.

Форма организации на занятиях: групповая.

Форма подведения итогов реализации дополнительной программы: концерт.

Условия набора: зачисляются дети 3 –7 (8) лет на основе заключения договора о платных образовательных услугах, заявления родителей (официальных представителей).

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1. Содержание деятельности по музыкально-ритмическому воспитанию детей**

В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец.

**Нетрадиционные виды упражнений представлены:** игропластикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Игры-путешествия (сюжетное занятие) предлагается взять за основу построения занятия, так как они включают все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы.

**Раздел креативной гимнастики включает:** музыкально-творческие игры и специальные задания.

Содержание программы по ритмике определяют следующие разделы:

- о игроритмика;
- о танцевально-ритмическая гимнастика;
- о игропластика (игровой стретчинг и элементы йоги);
- о строевые упражнения;
- о игровой самомассаж;
- о музыкально-подвижные игры;
- о креативная гимнастика;
- о элементы хореографии;

*о образно-игровые движения (упражнения с превращениями);*

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

**«Танцевально – ритмическая гимнастика».** Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов.

**«Игропластика»** основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений (йога и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме).

Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. Все упражнения для занятий подобраны с учетом их корригирующего значения.

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

Йога – это тренировка тела и духа. Цель йоги - формировать правильную осанку; сохранять и развивать гибкость и эластичность позвоночника, подвижность суставов; учить детей чувствовать свое тело во время движений; развивать умение быть организованными, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Нехитрые упражнения позволят ускорить развитие детской моторики, укрепят уверенность малышей в себе и своих силах, сделают маленьких непосед уравновешенными и научат их добиваться цели. А самое главное поднимут настроение.

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

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

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

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

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

**«Образно-игровые упражнения»** представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д.

Целостный процесс обучения танцевально-ритмическим движениям можно условно разделить на 3 этапа:

- начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению).

- этап углубленного разучивания упражнения.
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

### **Методы и формы образовательной деятельности**

**Начальный этап** обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение.

*Название упражнения*, вводимое педагогом на начальном этапе, создают условия для формирования его образа, активирует работу центральной нервной системы детей.

*Показ упражнения* или отдельного движения должен быть ярким и понятным, желательно в зеркальном изображении.

Основной метод музыкально-ритмического воспитания детей – «вовлекающий показ» (С.Д. Руднева) двигательных упражнений. Учитывая способность детей к подражанию, их желание двигаться вместе со взрослым и, вместе с тем, неспособность действовать по словесной инструкции, так как от этого напрямую зависит и качество движений детей.

*Объяснение техники* исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть кратким и образным, с использованием гимнастической терминологии. При обучении сложным движениям педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения.

Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять *расчлененный метод*. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе. Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется *целостный метод обучения*. Его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на 2, 4, 8 и большое количество счетов. Для начального обучения упражнения используются ограничители, ориентиры. Педагог, проводя урок, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям.

Так, образные сравнения помогают детям правильно осваивать движение, так как создают у детей особое настроение. Похвала ребенка активизирует работу его сердца, нервную систему.

**Этап углубленного разучивания** упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Процесс разучивания существенно ускоряется, если удастся обеспечить занимающихся срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам можно отнести: упражнения перед зеркалом, использование звуковых ориентиров (хлопков, ударов в бубен). Повышению активности детей способствует изменение условий выполнения упражнений, постановка двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение.

Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления - "идеомоторной тренировки". В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения.

**Этап закрепления и совершенствования** характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом - соревновательный и игровой. Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

**2.2. Учебно – тематическое планирование дополнительной общеобразовательной программы физкультурно - спортивной направленности для детей дошкольного возраста «Веселая ритмика» 3-4 лет**

Наименование рабочей программы	Количество учебных недель в году	Длительность одного занятия	Количество занятий в неделю	Всего занятий: (кол-во занятий в неделю кол-во учебных недель в год)
«Веселая ритмика» 3-4 лет	28	30 минут	2	2*28=56

№ п/п	Содержание занятий	Количество часов
1	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Игроритмика	1
2	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Игроритмика	1
3	1. Строевые упражнения 2. Игропластика 3.Музыкально-подвижные игры	1
4	1. Строевые упражнения 2. Игропластика 3.Музыкально-подвижные игры	1
5	1.Элементы хореографии 2. Строевые упражнения 3. Образно-игровые упражнения	1
6	1.Элементы хореографии 2. Строевые упражнения 3. Образно-игровые упражнения	1
7	1.Элементы хореографии 2.Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Музыкально-подвижные игры	1
8	1.Элементы хореографии 2.Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Музыкально-подвижные игры	1
9	1.Элементы хореографии 2. Игровой самомассаж 3. Игропластика	1
10	1.Элементы хореографии 2. Игровой самомассаж 3. Игропластика	1
11	1. Строевые упражнения 2. Игроритмика 3. Креативная гимнастика	1
12	1. Строевые упражнения 2. Игроритмика 3. Креативная гимнастика	1
13	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3.Игропластика	1
14	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3.Игропластика	1
15	1. Строевые упражнения 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1



16	1. Строевые упражнения 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
17	1.Элементы хореографии 2.Игроритмика 3.Музыкально-подвижные игры	1
18	1.Элементы хореографии 2.Игроритмика 3.Музыкально-подвижные игры	1
19	1. Строевые упражнения 2.Креативная гимнастика 3.Музыкально-подвижные игры	1
20	1. Строевые упражнения 2.Креативная гимнастика 3.Музыкально-подвижные игры	1
21	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3.Музыкально-подвижные игры	1
22	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3.Музыкально-подвижные игры	1
23	1. Строевые упражнения 2. Игропластика 3. Креативная гимнастика	1
24	1. Строевые упражнения 2. Игропластика 3. Креативная гимнастика	1
25	1.Элементы хореографии 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
26	1.Элементы хореографии 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
27	1. Строевые упражнения 2. Игроритмика 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
28	1. Строевые упражнения 2. Игроритмика 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
29	1.Элементы хореографии 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
30	1.Элементы хореографии 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
31	1. Строевые упражнения 2. Креативная гимнастика	1
32	1. Строевые упражнения 2. Креативная гимнастика	1
33	1.Элементы хореографии 2 Игропластика. 3. Креативная гимнастика	1
34	1.Элементы хореографии 2 Игропластика. 3. Креативная гимнастика	1
35	1. Строевые упражнения	1

	2. Образно-игровые упражнения 3. Игроритмика	
36	1. Строевые упражнения 2. Образно-игровые упражнения 3. Игроритмика	1
37	1.Элементы хореографии 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3. Музыкально-подвижные игры	1
38	1.Элементы хореографии 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3. Музыкально-подвижные игры	1
39	1. Строевые упражнения 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
40	1. Строевые упражнения 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
41	1.Элементы хореографии 2. Игроритмика 3. Креативная гимнастика	1
42	1.Элементы хореографии 2. Игроритмика 3. Креативная гимнастика	1
43	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Игровой самомассаж	1
44	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Игровой самомассаж	1
45	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
46	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
47	1. Строевые упражнения 2.Игропластика 3. Музыкально-подвижные игры	1
48	1. Строевые упражнения 2.Игропластика 3. Музыкально-подвижные игры	1
49	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
50	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
51	1. Строевые упражнения 2.Игропластика 3.Креативная гимнастика	1
52	1. Строевые упражнения 2.Игропластика 3.Креативная гимнастика	1
53	1.Элементы хореографии 2. Игроритмика 3.Музыкально-подвижные игры	1

54	1.Элементы хореографии 2. Игроритмика 3.Музыкально-подвижные игры	1
55	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	
56	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	
<b>Итого</b>		<b>56 ч</b>

**Учебно – тематическое планирование дополнительной общеобразовательной программы физкультурно - спортивной направленности для детей дошкольного возраста «Веселая ритмика» 5- 7 (8) лет**

Наименование рабочей программы	Кол-во учебных недель в году	Длительность одного занятия	Количество занятий в неделю	Всего занятий: (кол-во занятий в неделю кол-во учебных недель в год)
«Веселая ритмика» 5-7 (8) лет	28	30 минут	2	2*28=56

№ п/п	Содержание занятий	Количество часов
1	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Игроритмика	1
2	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Игроритмика	1
3	1. Строевые упражнения 2. Игропластика 3.Музыкально-подвижные игры	1
4	1. Строевые упражнения 2. Игропластика 3.Музыкально-подвижные игры	1
5	1.Элементы хореографии 2. Строевые упражнения 3. Образно-игровые упражнения	1
6	1.Элементы хореографии 2. Строевые упражнения 3. Образно-игровые упражнения	1
7	1.Элементы хореографии 2.Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Музыкально-подвижные игры	1
8	1.Элементы хореографии 2.Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Музыкально-подвижные игры	1
9	1.Элементы хореографии 2. Игровой самомассаж 3. Игропластика	1
10	1.Элементы хореографии 2. Игровой самомассаж 3. Игропластика	1
11	1. Строевые упражнения	1

	2. Игроритмика 3. Креативная гимнастика	
12	1. Строевые упражнения 2. Игроритмика 3. Креативная гимнастика	1
13	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3.Игропластика	1
14	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3.Игропластика	1
15	1. Строевые упражнения 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
16	1. Строевые упражнения 2. Игровой самомассаж 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
17	1.Элементы хореографии 2. Игропластика 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
18	1.Элементы хореографии 2. Игропластика 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
19	1. Строевые упражнения 2. Образно-игровые упражнения 3 Креативная гимнастика.	1
20	1. Строевые упражнения 2. Образно-игровые упражнения 3 Креативная гимнастика.	1
21	1.Элементы хореографии 2. Игроритмика 3. Музыкально-подвижные игры	1
22	1.Элементы хореографии 2. Игроритмика 3. Музыкально-подвижные игры	1
23	1. Строевые упражнения 2.Игровой самомассаж 3. Музыкально-подвижные игры	1
24	1. Строевые упражнения 2.Игровой самомассаж 3. Музыкально-подвижные игры	1
25	1.Элементы хореографии 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3. Игропластика	1
26	1.Элементы хореографии 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3. Игропластика	1
27	1. Строевые упражнения 2.Игровой самомассаж 3. Креативная гимнастика	1
28	1. Строевые упражнения 2.Игровой самомассаж 3. Креативная гимнастика	1
29	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1

30	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые упражнения 3. Танцевально- ритмическая гимнастика	1
31	1. Строевые упражнения 2. Игроритмика 3. Музыкально-подвижные игры	1
32	1. Строевые упражнения 2. Игроритмика 3. Музыкально-подвижные игры	1
33	1.Элементы хореографии 2.Игропластика. 3. Музыкально-подвижные игры	1
34	1.Элементы хореографии 2.Игропластика. 3. Музыкально-подвижные игры	1
35	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Креативная гимнастика	1
36	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Креативная гимнастика	1
37	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые 3. Музыкально-подвижные игры	1
38	1.Элементы хореографии 2. Образно-игровые 3. Музыкально-подвижные игры	1
39	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3. Игроритмика	1
40	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3. Игроритмика	1
41	1.Элементы хореографии 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3. Креативная гимнастика	1
42	1.Элементы хореографии 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3. Креативная гимнастика	1
43	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Игровой самомассаж	1
44	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Игровой самомассаж	1
45	1.Элементы хореографии 2. Игропластика 3.Музыкально-подвижные игры	1
46	1.Элементы хореографии 2. Игропластика 3.Музыкально-подвижные игры	1
47	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Музыкально-подвижные игры	1
48	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика	1

	3.Музыкально-подвижные игры	
49	1.Элементы хореографии 2.Образно-игровые упражнения 3. Креативная гимнастика	1
50	1.Элементы хореографии 2.Образно-игровые упражнения 3. Креативная гимнастика	1
51	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Музыкально-подвижные игры.	1
52	1. Строевые упражнения 2. Танцевально- ритмическая гимнастика 3.Музыкально-подвижные игры.	1
53	1.Элементы хореографии 2.Игопластика 3.Танцевально- ритмическая гимнастика	1
54	1.Элементы хореографии 2.Игопластика 3.Танцевально- ритмическая гимнастика	1
55	1.Элементы хореографии 2.Образно-игровые упражнения 3. Креативная гимнастика	
56	1.Элементы хореографии 2.Образно-игровые упражнения 3. Креативная гимнастика	
<b>Итого</b>		<b>56 ч</b>

### **3. Организационный раздел**

#### **3.1. Обеспеченность материально-техническими и информационно-техническими ресурсами.**

Занятия проходят в музыкальном зале. Для музыкального сопровождения используется:

- фортепиано
- музыкальный центр
- диски с музыкальными произведениями
- электронные носители.

Используемый в танцевально-ритмической гимнастике инвентарь должен быть не только удобным, но и радовать глаз, развивать вкус детей, содействовать их эстетическому воспитанию.

- Флажки 3 – 4-х цветов по числу детей в группе.
- Ленты разных цветов по 2 на ребенка.
- Платочки разных цветов (размер 20-25 см).
- Погремушки по числу детей в группе.
- Цветы небольшие нежных оттенков.
- Обручи легкие пластмассовые.
- Шнур яркий длиной 3-4 метра.
- Мячи среднего размера по числу детей в группе.
- Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).
- Гимнастические палки большие и маленькие.
- Куклы и мягкие игрушки.
- Скакалки:
  - музыкальный центр;
  - музыкальная колонка.

#### **3.2. Кадровое обеспечение**

Занятия проводит музыкальный руководитель.

#### **3.3. Методическое обеспечение:**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
2. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно-методическое пособие. -М.: Аркти, 2005. - 108 с.
3. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. -М.: Скрипторий, 2003, 2006. - 72 с.
4. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. -М.: 5 за знания, 2007. - 112 с.
5. Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. - М.: Вако, 2006. -240 с.
6. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. - М.: Айрис-пресс, 2006. - 112 с.
7. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. -СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
8. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.
9. Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально-ритмического воспитания детей 2-3 лет. - СПб., 2001.-120 с.
10. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
11. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. - СПб.: Музыкальная палитра, 2006. - 44 с.
12. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.
13. Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.

#### **3.4. Контроль и оценочные материалы.**

Мониторинг основан на современных диагностиках («Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка» А.И. Буренина, «Тесты для определения специальных хореографических данных» С.Л. Слуцкая, «Обследование уровня развития физических качеств» Н.В. Полтавцева).

Проводится контроль знаний и умений детей 2 раза в год: на начало и конец учебного периода. В декабре контроль умений организуется по наблюдениям.

#### **Критерии диагностики:**

**Координация, ловкость движений** – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

*Упражнение 1.* Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

*Упражнение 2.* Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

*Упражнение 3.* Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

**Творческие проявления** - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балла - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.

2 балла - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

**Гибкость тела** – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

*Упражнение «Отодвинь кубик дальше»* (проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами. 3см и меньше – низкий уровень (1 балл), 4-7см – средний уровень (2 балла), 8-11см – высокий уровень (3 балла).

*Упражнение «Кольцо»* (проверка гибкости тела назад). Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балла – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балла – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

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

*Упражнение «Кто из лесу вышел?»*

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

*Упражнение «Заведи мотор».*

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

*Упражнение «Страусы».*

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

1 балла – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

**Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

**Развитие чувства ритма.**

Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно, используя короткие отрывочные высказывания.

*Упражнения с ладошками.*

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).

2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши

3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.



4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

#### **Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.**

Первый уровень (высокий **15-18 баллов**) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний **10-14 баллов**). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому **6-9 баллов**) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторения вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

**Приложение №1**

Сводная таблица мониторинга освоения программных требований по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно – спортивной направленности для детей дошкольного возраста модуль «Веселая ритмика»

**Дата проведения мониторинга:** \_\_\_\_\_ 202 г., \_\_\_\_\_ 202 г.

**Форма подведения итогов:** наблюдение

**Цель мониторинга:** усвоение программы по дополнительной общеобразовательной программе физкультурно – спортивной направленности для детей дошкольного возраста «Веселая ритмика» в \_\_\_\_\_ учебном году.

**Проводит:** \_\_\_\_\_

№	ФИ ребенка	Координация, ловкость движений		Творческие проявления		Гибкость тела		Музыкальность		Развитие чувства ритма.	
		Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											
11.											
12.											

Вывод:

