

«ПРИНЯТО»
Педагогическим советом МБДОУ
детского сада № 26
«Аленький цветочек»
протокол № 6
31 августа 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ детским
садом № 26 «Аленький цветочек»
С. В. Шаталова
приказ № 37 от 18 2022 г.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД №26 «Аленький цветочек»

ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПО ХОРЕОГРАФИИ

«ПОЛЕТ»

возраст: 4-8 лет

срок реализации: 3 года

Лысенко В.В.
педагог дополнительного
образования МБДОУ детский
сад №26 «Аленький цветочек»

Ставропольский край
город Пятигорск
2022- 2023 г.

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ХОРЕОГРАФИИ «ПОЛЕТ»

Возраст:

4-5 лет - средняя группа

5-6 лет – старшая группа

6-8 лет – подготовительная группа

Программа:

Буренина А.И.- Ритмическая мозаика.- Программа по ритмической пластике для детей.- Санкт-Петербург, 2012.

Количество учебных часов в год: 92 часа

Количество учебных часов в неделю: 2 часа

Срок реализации: 3 года

Педагог дополнительного образования: Лысенко Владислава Вячеславовна

1. Пояснительная записка

Общеобразовательная дополнительная программа художественно - эстетической направленности «Полет» составлена на основе Программы Бурениной А.И.- Ритмическая мозаика.- Программа по ритмической пластике для детей.- Санкт-Петербург, 2012. с учетом требований ФГОС ДО.

Общеобразовательная дополнительная программа обновлена в 2022 – 2023 уч. году с учетом развития техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы. Образовательный процесс опирается на новейшие учебно-методические комплексы, подобранные специально с учетом возрастных и индивидуальных способностей воспитанников.

Данная программа предназначена для работы с детьми дошкольного возраста на 3 года – возраст детей от четырех до восьми лет (средняя, старшая, подготовительная группы). В период от четырех до восьми лет ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Ритмопластика – это музыкально-ритмические занятия оздоровительной направленности. Что включает в себя понятие ритмопластика? Это слово состоит из двух понятий: «ритмика» и «пластика». Ритмика – это синтез: движения – речи – музыки. Пластика - «развитие красоты движений», включающей всевозможные телодвижения (из области гимнастики, хореографии, пантомимы, ритмики и т.д.) доступные детям дошкольного возраста. Доступность этого вида основывается на простых общеукрепляющих музыкально-ритмических движениях и упражнениях.

Музыкально-ритмическое движение под музыку (музыкальные игры, пляски) является синтетическим видом деятельности, помогает разностороннему развитию музыкальности детей. Оно развивает эмоциональность и образность восприятия музыки, чувство ритма, музыкальный слух, двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Для ребёнка в дошкольном возрасте огромную роль играет само «движение», в этот период ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, но движения детей в период от четырёх до семи лет наиболее резки, быстры и нескоординированы. Они ещё не знают, как воспринимать музыку, как с ней согласовывать свои движения. Поэтому важно чтобы ребёнок овладел определёнными музыкальными умениями и навыками, определёнными движениями и пластикой, а на занятиях «ритмопластикой» они могут «выплёскивать свою энергию» в музыкальных играх, танцах, упражнениях которые будут

направлены на общее развитие ребёнка. Для успешного достижения результатов на занятиях чередуются разные виды музыкально - ритмической деятельности: используются музыкально - подвижные игры, танцевально - ритмическая гимнастика, пальчиковые игры. Они коротки, разнообразны и доступны детям по содержанию.

Ритмопластика не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств. Красивые движения, усвоенные на занятии, ребёнок с радостью и интересом будет выполнять дома, на праздничном концерте и на открытых занятиях! Движение под музыку является для ребёнка одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию, поэтому оно в целом сказывается благотворно на его состоянии и воспитание.

Особое место в программе уделяется подбору музыкально-ритмического репертуара, который постоянно варьируется и обновляется в связи с современными требованиями, а также в соответствии с изменением запросов самих детей, явлений окружающей жизни, и с потребностью всё время вносить в свою работу новое, свежее, ориентируясь на возможности детей.

Музыкальные произведения, используемые для сопровождения занятия очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения доступны пониманию детей, музыкальны, выразительны, пробуждают у детей фантазию и воображение

Веселая музыка занятий, высокая двигательная активность детей создают радостное, приподнятое настроение, заряжают положительной жизненной энергией.

Эффективность программы – в её разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную систему детей. Занятия ритмопластикой способствуют выработке устойчивой правильной осанки; укреплению и развитию различных групп мышц; укреплению иммунитета; улучшению координации движений; воспитанию в детях чувства внутренней свободы; уверенности в себе.

В курс развития по ритмической пластике входят такие разделы:- ритмическая гимнастика; - танцы; - музыкально-подвижные игры; - сюжетные композиции. Разнообразие композиций по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений, позволяет использовать их в любых формах организации работы с детьми в дошкольном учреждении (утренняя зарядка, праздники, досуги, развлечения).

Актуальность образовательной программы.

Актуальность образовательной программы определяется запросом со стороны детей и их родителей в использовании нетрадиционных эффективных разнообразных форм, средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей, направленных на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста.

Ритмическая пластика как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, он органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир ребёнка, развивает ребенка всесторонне.

Ритмопластика объединяя в себе разные виды танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Программа вводит детей в большой и удивительный мир ритма и пластики, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к

самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в танцевальном рисунке, пластике.

1. Общая характеристика образовательной деятельности.

Программа рассчитана на 3 года обучения. Частота проведения ООД максимально учтена и исходит из реальных потребностей и интересов дошкольников. Следует отметить, что цели и задачи данного курса формируются на уровне, доступном детям данного возраста, исходя из их речевых потребностей и возможностей.

Направленность. Предлагаемая программа по содержательной, тематической направленности является художественно-эстетической; по форме организации – групповой.

Построение дошкольного образования по программе нацелено на достижение органического единства условий, обеспечивающих детям максимально полное, соответствующее возрасту развитие и одновременно полное эмоциональное благополучие и счастливую жизнь каждого ребенка.

3. Цель программы:

Развитие артистичности, творческих способностей детей через движение средствами танцевального искусства, создание дополнительного двигательного режима. Содействие полноценному физическому развитию детей, направленному на совершенствование общей физической и танцевальной подготовленности

Задачи программы:

1. Развитие музыкальности:

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

4. Развитие двигательных качеств и умений:

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

5. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

6. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомиме;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

7. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- формировать у детей приемы самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувство такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Программа рассчитана на три года обучения и направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет.

В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы:

- ритмика,
- гимнастика,
- танец.

В нетрадиционные виды упражнений входят разделы:

- пластика,
- пальчиковые игры,
- музыкально-подвижные игры.

В креативную гимнастику входят разделы:

- музыкально-творческие игры,
- игры – путешествия,
- специальные задания.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

8. Описание места в учебном плане.

Образовательная деятельность в соответствии с программой проводится 2 раза в неделю. Продолжительность ООД в соответствии с требованиями действующего СанПиН устанавливается в пределах:

- ✓ 20 минут для детей 4 -5 лет.
- ✓ 25 минут для детей 5-6 лет.
- ✓ 30 минут для детей 6-8 лет.

Количество ООД в месяц – 8; в год – 96 (при 12 учебных месяцев в году).

Предусматривает 2-х кратное проведение образовательной деятельности в неделю во второй половине дня по окончании основных режимных моментов. Но их количество, последовательность и тематика могут варьироваться с учетом праздников, периода подготовки к Новому году и диагностики детей.

9. Структура ООД.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию и построению соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки, пластики и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Структура занятия по ритмики – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной (вводной), основной и заключительной.

Примерное построение занятия

I. Подготовительная (вводная) часть занимает 5-15%% от общего времени.

Задачи этой части: подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой.

В нее входят: вход в зал, построение, ходьба и бег по залу, разминка (*общеразвивающие упражнения*); танцевально - ритмическая гимнастика; комплекс упражнений на растяжку; музыкально – подвижные игры; танцы (*танцевальные шаги, элементы хореографии*).

II. Основная часть занимает 70-85% от общего времени.

В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические танцы, пластика, креативная гимнастика.

III. 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, полная релаксация.

В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

10. Содержание разделов программы

Раздел «Ритмика» направлен на освоение основных двигательных способностей детей и для развития чувства ритма, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры. На занятии происходит также освоение разных видов ходьбы, бега, прыжков

Раздел «Гимнастика» - служит основой для освоения ребёнком различных видов движений, это комплекс от 6-8 упражнений. Важно поставить ориентиры – жетоны «цветные кружочки», «цветочки», «листочки». Упражнения типа подтягивания, упражнения на мышцы шеи, плечевого пояса, работа кистей рук, мышц туловища, спины (наклоны, выпады, приседания, поднятие ног, особенно с прижиманием к груди, с хлопками (в разных вариантах), упражнения на голеностопные суставы (приставные шаги). Общеразвивающие упражнения (с предметами – ленточками, обручами, флажками, мячами и др. и без предметов), а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные упражнения (виды упражнений: группировки сидя, лёжа на спине; перекаты в положении сидя, лёжа («орешек», «брёвнышко»); равновесие на носках («балерина»); равновесие, стоя на одной ноге («петушок»,

«цапля», «ласточка»); равновесие в упоре сидя («самолёт»); на гибкость («мостик», «кольцо», «шпагат», «берёзка», «птица», «книжка»); на формирование осанки («стрела», «ракета», «веточка», «змея») и другие.

Раздел «Танцы» направлен на формирование у детей танцевальных движений, на развитие внимания, координации движений, ориентировку в пространстве, чувство ритма, а ещё – механизм подстройки движений к музыке и к движениям партнёра. Доставляет эстетическую радость занимающимся детям. Танец может быть очень простой, новый или уже знакомый детям. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического.

Раздел «Музыкально – ритмическая композиция» направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершённость. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

Раздел «Пластика» - «Игровой стретчинг» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости детей. Ребёнок обретает умиротворённость, открытость и внутреннюю свободу.

Раздел «Музыкально-подвижные игры» - является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. Варианты игр: «Найди своё место»; «Нитка – иглолка»; «Цапля и лягушки»; «У медведя во бору»; «Море волнуется»; «Ровным кругом»; «Карлики и великаны»; «Космонавты»; «Музыкальные стулья»; «Запев – припев»; «Горелки»; «Эхо»; «Мы пойдём сначала вправо»; «Магазин игрушек»; «Мяч по кругу»; «Давайте все делать как я»; «Ну-ка повторай».

Раздел «Креативная гимнастика» способствует развитию выдумки, творческой инициативы. Здесь создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощения. В раздел «Креативная гимнастика» входят разделы: «Игры – путешествия», «Пальчиковые игры», «Игровой самомассаж».

Раздел «Игры – путешествия» (сюжетные занятия) включают в себя все виды подвижной деятельности. Служит основой для закрепления умений и навыков, приобретённых ранее, помогает сплотить ребят, побывать, где захочешь и увидеть, что хочешь, стать, кем мечтаешь.

Раздел «Пальчиковые игры» служат основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения оказывают положительное влияние на развитие активной речи ребёнка, на укрепление памяти, мышления, развитие фантазии, обогащают внутренний мир ребёнка,

Раздел «Игровой самомассаж» направлен на закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Варианты упражнений: «У меня спина прямая»; «Разотру ладошки сильно»; «Ныряние»; «Подуем на плечо, подуем на другое»; «Руки кверху поднимаем»; «Ветер дует нам в лицо».

11. Возрастные образовательные нагрузки

4 – 5 лет (средняя группа).

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

5 – 6 лет (старшая группа).

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

6 – 8 лет (подготовительная группа).

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Первый год обучения. Требования к первому году обучения

1 год обучения (средняя группа)

В этом возрасте дети могут выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

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

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;
- 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 (однаправленные 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.

Рекомендуемый репертуар (из "Ритмической мозаики"):

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

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.

-Второй год обучения. Требования ко второму году обучения

2 год обучения (старшая группа)

В этом возрасте 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.

Основное содержание. 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;
- 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 выражать 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), пусок "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.

Рекомендуемый репертуар (из "Ритмической мозаики"):

1-е полугодие: повторение репертуара, разученного в младших группах; новый репертуар - по выбору педагога (2-й и 3-й уровни сложности):

"Упражнения с осенними листьями", "Лисята", "Кукляндия", "Упражнение с обручами", "Светит месяц", "Танцуйте сидя" и др.

2-е полугодие: "Месяц и звезды", "Голубая вода", "Мельница" и др.

Сюжетные танцы: "Домисолька", "Богатыри" и др.

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.

Третий год обучения. Требования к третьему году обучения.

3 год обучения (подготовительная группа)

Особенностью содержания работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей в этот период является в стимулировании развития основных психических процессов — внимания, памяти, воли, образного мышления — средствами музыки и выразительного движения.

Приоритетные задачи:

- укрепление психического и физического здоровья средствами ритмики в условиях школьного обучения (формирование правильной осанки, походки; снижение психологического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения и т.д.);
- поддерживать увлечение занятиями музыкой и пластикой;
- развитие художественно-творческих способностей.

Показатели уровня развития детей:

- выразительность, легкость и точность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности, правильно называть их;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений, сочинение танцев для праздников, физкультминуток для уроков;
- освоение сложных видов движений: шаг на припадании, переменный шаг, шаг польки, различные виды галопа, вальсовый шаг, элементы движений из современных детских балльных танцев.

12. Перспективно-тематическое планирование

1 год обучения (средняя группа)

Сентябрь

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	Хлопки в такт музыки (дождик)	Топание ногами (гром)	Хлопки на каждый счёт и через счёт.	Удары ногой на каждый счёт и через счёт.
Танцевально-ритмическая гимнастика	Ходьба («кошечка, «цыплята»), по кругу.	Спокойный шаг, высокий шаг «цапля»	Упр. на расслабление мышц.	Построение и движение в колонне
Танец	«Полька –хлопушка»		«Танец с листьями»	
Музыкально-ритмическая композиция	«Белочка»		«Топни, ножка моя»	
Пальчиковые игры	«Кораблик»	«Трик-трак»	«Засолка капусты»	

Музыкально-подвижная игра	«Займи домик»	«Самолёты»
----------------------------------	---------------	------------

Цель: Учить ориентироваться в пространстве, реагировать на смену частей музыки.

1 год обучения (средняя группа) Октябрь

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	Притопы с паузами	Хлопки с паузами	Притопы и хлопки с паузами	Бег по кругу и ориентирам («змейкой
Танцевально-ритмическая гимнастика	Построение в шеренгу. Комплекс упр. на полу	Построение в шеренгу, перестроения в круг. Упражнения для развития гибкости.		Упражнения на расслабление мышц
Танец	«Топни, ножка моя»		«Старый жук» <i>(Найди себе пару)</i>	
Музыкально-ритмическая композиция	«Полька –хлопушка»		«Танец с листьями»	
Пальчиковые игры	Этот пальчик – дедушка»		Игровой самомассаж	
Музыкально-подвижная игра	«Кто скорее возьмёт игрушку?»		«Поезд», « Игра по станциям»	

Цель: Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, способности к импровизации

1 год обучения (средняя группа) Ноябрь

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	Равновесие на одной ноге с опорой и без неё	Построение в круг.	Мягкий, пружинистый шаг	Шаг на носках
Танцевально-ритмическая гимнастика	Бег по кругу и ориентирам. Упражнения на развитие мышечной силы на ковриках		Передвижение шагом и бегом.	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки

Танец	Танцевальные шаги, хореографические упражнения	«Большая стирка»
Музыкально-ритмическая композиция	«Белые кораблики»	«Весёлые путешественники»
Пальчиковые игры	«Как у бабушки Наташи»	«Вышли пальчики гулять»
Музыкально-подвижная игра	«Найди предмет»	«Музыкальные стулья»

Цель: Развитие внимания, скорости реакции, точности и ловкости движений, а также развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике. Развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой

1 год обучения (средняя группа) Декабрь

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	На каждый счёт поднимать руки.	Выполнение простых движений руками в различном темпе.	Движения руками в разном темпе.	Хлопки с паузами.
Танцевально-ритмическая гимнастика	Построение в шеренгу. Передвижение шагом и бегом.		Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Упражнения на развития гибкости.
Танец	«Снежинки»	Танцевальные шаги, хореографические упражнения	«Танец зайчиков и лисы»	
Музыкально-ритмическая композиция	«Танец снежинок»		«Плюшевый медвежонок»	
Пальчиковые игры	Игропластика		«Прогулка»	
Музыкально-подвижная	«Музыкальные стульчики»		«Игра Деда Мороза со снежками»	

игра		
------	--	--

Цель: Обогащение слушательского опыта – узнавание знакомых плясок, маршевых мелодий и детских песен.

1 год обучения (средняя группа) Январь

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	Сочетание упоров с движениями ногами	Выполнение простых движений руками.	Прыжки с ноги на ногу.	Притопы и хлопки с паузами.
Танцевально-ритмическая гимнастика	Построение в врассыпную.	Упражнения на расслабление мышц, дыхания.	Игровой самомассаж	Построение в шеренгу, колонну и круг
Танец	«Большая прогулка»		Танцевальные шаги.	
Музыкально-ритмическая композиция	«Маленький танец»		«Рыбачок»	
Пальчиковые игры	«Паучок»		«Трик-трак»»	
Музыкально-подвижная игра	«Шёл весёлый дед Мороз»		«Жмурки»	

Цель: Воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку.

1 год обучения (средняя группа) Февраль

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	«Весёлые ладошки»	Построение в круг.		Движения руками в разном темпе
Танцевально-ритмическая гимнастика	Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Гимнастические упражнения на ковриках с лентами		Построение в круг. Упражнения на расслабление мышц
Танец	Танцевальные	Прыжки с ноги на ногу.		

	шаги.	«Большая прогулка»	
Музыкально-ритмическая композиция	«Жили у бабуси...гуси»	«Лисята»	
Пальчиковые игры	«Магазин игрушек»	«Букет цветов»	
Музыкально-подвижная игра	«Найди своё место»	«Кто скорее возьмёт игрушку?»»	

Цель: Закрепить полученные навыки, развивать умение двигаться в соответствии с музыкой.

1 год обучения (средняя группа) Март

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	Простейшие движения руками. «Весёлые ладошки»		Бег по кругу и ориентирам. Простейшие танцевальные движения.	
Танцевально-ритмическая гимнастика	Построение в круг. Упражнения на ковриках.	Построение в шеренгу. Ходьба в разных направлениях и по ориентирам.		
Танец	«Большая стирка»		Танцевальные шаги. Упражнение с цветами.	
Музыкально-ритмическая композиция	«Чебурашка»		«Весёлые путешественники»	
Пальчиковые игры	«Едем, едем»		«Паучок»	«Трик-трак»
Музыкально-подвижная игра	«Найди себе пару»		Игровой самомассаж	

Цель: Развивать различные группы мышц (упражнения на плавность движений, махи, чёткость).
Формирование правильной осанки, красивой походки, эмоциональной выразительности движений.

1 год обучения (средняя группа) Апрель

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	«Весёлые ладошки»	Движения руками в разном темпе.		Игропластика

Танцевально-ритмическая гимнастика	Построение в шеренгу, колонну и круг.	Упражнения на ковриках.	Построение в круг.	Построение в круг. Упражнение на расслабление
Танец	«Мамочка»		«Едем к бабушке в деревню»	
Музыкально-ритмическая композиция	Танцевальные шаги. «Всё мы делим пополам»	«Весёлые путешественники»		«Лошадки»
Пальчиковые игры	«Паучок»		«Трик-трак»	
Музыкально-подвижная игра	«Заинька, выходи»		«Жмурки»	Игровой самомассаж

Цель: Развивать движения кисти, упражнять в выполнении танцевальных движений.
Способствовать развитию координации движений, подвижности психических процессов, внимания, памяти.

1 год обучения (средняя группа) Май

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	«Весёлые ладошки»	Построение в круг.		Движения руками в разном темпе
Танцевально-ритмическая гимнастика	Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Гимнастические упражнения на ковриках с лентами		Построение в круг. Упражнения на расслабление мышц
Танец	Танцевальные шаги.	Прыжки с ноги на ногу. «Большая прогулка»		
Музыкально-ритмическая композиция	«Жили у бабуси...гуси»		«Лисята»	
Пальчиковые игры	«Магазин игрушек»		«Букет цветов»	
Музыкально-подвижная игра	«Найди своё место»		«Кто скорее возьмёт игрушку?»»	

Цель: Воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку.

1 год обучения (средняя группа) Июнь

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	Простейшие движения руками. «Весёлые ладошки»		Бег по кругу и ориентирам. Простейшие танцевальные движения.	
Танцевально-ритмическая гимнастика	Построение в круг. Упражнения на ковриках.	Построение в шеренгу. Ходьба в разных направлениях и по ориентирам.		
Танец	«Большая стирка»		Танцевальные шаги. Упражнение с цветами.	
Музыкально-ритмическая композиция	«Чебурашка»		«Весёлые путешественники»	
Пальчиковые игры	«Едем, едем»		«Паучок»	«Этот пальчик...»
Музыкально-подвижная игра	«Найди себе пару»		Игровой самомассаж	

Цель: Закрепить полученные навыки, развивать умение двигаться в соответствии с музыкой.

1 год обучения (средняя группа) Июль

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	Сочетание упоров с движениями ногами	Выполнение простых движений руками.	Прыжки с ноги на ногу.	Притопы и хлопки с паузами.
Танцевально-ритмическая гимнастика	Построение в врассыпную.	Упражнения на расслабление мышц, дыхания.	Игровой самомассаж	Построение в шеренгу, колонну и круг
Танец	«Большая прогулка»		Танцевальные шаги.	
Музыкально-ритмическая	«Маленький танец»		«Рыбачок»	

композиция		
Пальчиковые игры	«Птички»	«Зайка»
Музыкально-подвижная игра	«Большие маленькие дети»	«Жмурки»

Цель: Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, способности к импровизации

1 год обучения (средняя группа) Август

Вид деятельности	1-2	3-4	5-6	7-8
Ритмика	Равновесие на одной ноге с опорой и без неё	Построение в круг.	Мягкий, пружинистый шаг	Шаг на носках
Танцевально-ритмическая гимнастика	Бег по кругу и ориентирам. Упражнения на развития мышечной силы на ковриках		Передвижение шагом и бегом.	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки
Танец	Танцевальные шаги, хореографические упражнения		«Большая стирка»	
Музыкально-ритмическая композиция	«Белые кораблики»		«Весёлые путешественники»	
Пальчиковые игры	«Как у бабушки Наташи»		«Вышли пальчики гулять»	
Музыкально-подвижная игра	«Найди предмет»		«Музыкальные стулья»	

Цель: Развитие внимания, скорости реакции, точности и ловкости движений, а также развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике. Развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой

13. Перспективно-тематическое планирование

2 год обучения Старшая группа

СЕНТЯБРЬ	1-2 занятие
	І ч. Разминка: партерная гимнастика. Позиции рук, ног, реверанс Хореографические упражнения: «Бабочка» «Солдатик» «Перекаты» ІІ ч. Основная: строевые упражнения и построения: «Колонны» «Круг» «В

	рассыпную» Ритмический танец «Твист» «ПДД» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки. Игра «Ну-ка, повторай!»
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Акцентированная ходьба, партерная гимнастика Комбинация хореографических упражнений «В воде». II ч. Основная: Танцевально-ритмическая гимнастика: «Я танцую» Ритмический танец «Твист» «ПДД» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц «Ветер дует нам в лицо»
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Креативная гимнастика, танцевальные шаги Хореографические упражнения: «Кошечка» «Лодочка» «Лягушка» II ч. Основная: Комплекс упражнений: «Хоровод», «Светит месяц» Ритмический танец: «Осень золотая» «ПДД» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, пальчиковая игра: «Гармошка»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Ритмика «Рыбки легко и свободно резвятся в воде» Комбинированные упражнения в стойках. II ч. Основная: Ритмичный танец: «В ритме польки», «Кукляндия» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, пальчиковая игра: «Комарики»

Цель: Воспитание интереса и любви к музыке, потребности в её слушании, движении под музыку в свободных играх. Воспитывать потребности к самовыражению в движении под музыку.

ОКТАБРЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Креативная гимнастика. Хореографические упражнения: «Бабочка» «Солдатык» «Перекасты» «Спираль» II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Реверанс» «Создай образ» Ритмический танец «Осенние листочки» «ПДД» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки. Игра подражание: «Ки-ко-ко».
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Танцевальная разминка - ритмика. Хореографические упражнения: «Бабочка» «Солдатык» II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Реверанс» «Создай образ» Ритмический танец «Осенние листочки» «ПДД» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки. Игра подражание: «Ки-ко-ко».
	5-6 занятие

	I ч. Разминка: Партерная гимнастика Хореографические упражнения: «Змейка» «Лодочка» «Лягушка» II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Веселый паровозик» Ритмические танцы: «Осенние листочки» «Современный» «ПДД» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Пальчиковые игры: «Вышли пальчики гулять»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Танцевальная разминка - ритмика Хореографические упражнения: «Кошечка» «Лодочка» «Лягушка» II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Пушинка» «ПДД» Ритмические танцы: «Осенние листочки», «Современный» «ПДД» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Пальчиковые игры: «Вышли пальчики гулять»

Цель: Воспитание интереса и любви к музыке, потребности в её слушании, движении под музыку в свободных играх. Воспитывать потребности к самовыражению в движении под музыку

НОЯБРЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Танцевально-ритмическая разминка-игра «Голубая вода» Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок» «Спираль» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Козлята» «Современный» «Зверята» III ч. Заключительная: Упражнение на дыхание. Игра подражание: «Море волнуется...».
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: «Выразительная ходьба». Танцевально-ритмическая разминка-игра «Голубая вода» Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок» «Спираль» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Козлята» «Современный» «Зверята» III ч. Заключительная: Упражнение на дыхание. Игра путешествие: «Цветик-семицветик».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Партерная гимнастика. Разминка с опорой Хореографические упражнения: «Волна» «Березка» «Выпад» «Спираль» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Козлята» «Современный» «Зверята» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Пальчиковая игра «Вышли пальчики гулять» Игра-путешествие «На лесной опушке»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Разминка с опорой Танцевально-ритмическая гимнастика: «Хоровод» Хореографические упражнения: «Волна» «Березка» «Выпад» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Козлята» «Современный» «Зверята» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Пальчиковая игра «Зайкины ушки» Игра-путешествие «На лесной опушке»

Цель: Развивать мышцы плечевого пояса, шеи, плеч, ног. Развивать плавность рук

ДЕКАБРЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: «Бабочка», «Воротики», «Спираль», хлопки под музыку в ритм Хореографические упражнения: «Комбинация танцевальных шагов» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Козлята» «Современный» «Зверята» Игроритмика – различение динамики «громко-тихо». III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Музыкально-подвижная игра: «Придумай свои движения».
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Ритмика Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Перетопы. «Комбинация танцевальных шагов» Музыкально-ритмическая композиция: «Упражнения с обручами» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Котятa» «Современный» «Зверята» Игроритмика – различение динамики «громко-тихо». III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Творческая игра: «Эхо».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: «Часики» «Пружинка», наклоны «Петушок», «Выпад» Музыкально-подвижные игры: «Совушка», «Водяной» II ч. Основная: Ритмические танцы «Козлята» «Современный» «Зверята» III ч. Заключительная: Упражнения на расслабление. Дыхательные упражнения. Музыкально-подвижная игра: «Отгадай голосок»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: «Часики», «Пружинка», наклоны «Петушок», «Выпад», «Лодочка» II ч. Основная: Ритмические танцы «Котятa» «Современный» «Зверята» III ч. Заключительная: Упражнения на расслабление. Дыхательные упражнения. Пальчиковая игра «Ай, туки – туки - туки» Музыкально-подвижная игра: «Отгадай голосок»

Цель: Развивать внимание, память, чувство ритма. Учить чувствовать расслабление и напряжение мышц корпуса.

ЯНВАРЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Танцевальная разминка. Хореографические упражнения: «Бабочка» «Солдaтик» «Перекаты» II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Реверанс» «Создай образ» Ритмические танцы: «Лягушата», «Цыплята» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки. Игра- подражание: «Летчики и самолеты».
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Танцевальная разминка «Кукла и балерина». Хореографические упражнения: «Бабочка», «Солдaтик», «Перекаты» II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Реверанс» «Создай образ» Музыкально - ритмическая композиция: «Цыплята» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание,

	расслабление мышц, укрепление осанки. Пальчиковая игра «Как у бабушки Наташи»
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Партерная гимнастика Хореографические упражнения: «Кошечка» «Лодочка» «Лягушка» II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Веселый паровозик» Сюжетные танцы: «Домисолька», «Богатыри» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Пальчиковая игра: «Мышка»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Партерная гимнастика II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Пушинка» Сюжетные танцы: «Домисолька», «Богатыри» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Творческая игра: «Мы мороза не боимся»

Цель: Развивать кисти рук. Учить менять движения в соответствии с изменением динамических оттенков и формой музыкального произведения.

ФЕВРАЛЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Танцевально-ритмическая разминка «Кошка обиделась», «Я удивляюсь» Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок», выразительная ходьба II ч. Основная: Музыкально-ритмическая композиция: «Большая стирка», танец «Месяц и звезды» III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Игровой самомассаж «У меня спина прямая» Музыкально-подвижная игра: «Магазин игрушек»
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Танцевально-ритмическая разминка «Кошка обиделась», «Я удивляюсь» Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок» «Спираль» II ч. Основная: Музыкально-ритмическая композиция: «Большая стирка», танец «Месяц и звезды» III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Игровой самомассаж «У меня спина прямая» Музыкально-подвижная игра: «Придумай свои движения».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба и бег по кругу. Разминка с опорой Хореографические упражнения: «Волна» «Березка» «Выпад» II ч. Основная: Музыкально-ритмическая композиция: «Большая стирка», танец: «Месяц и звезды» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Игровой самомассаж «У меня спина прямая» Пальчиковая игра: «Два мышонка»
	7-8 занятие

	I ч. Разминка: Ходьба и бег по кругу. Разминка с опорой Хореографические упражнения: «Волна» «Березка» «Выпад» II ч. Основная: Музыкально-ритмическая композиция: «Большая стирка», танец: «Месяц и звезды» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Игровой самомассаж «У меня спина прямая». Музыкально-подвижная игра: «Игра в снежки».
--	---

Цель: Воспринимать и передавать в движении характер музыки. Правильно и ритмично двигаться под музыку разного характера. Совершенствовать различные виды прыжков

МАРТ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: голова «Тик-так», «Бабочка», хлопки под музыку в ритм, Хореографические упражнения: «Комбинации танцевальных шагов» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Лягушата», «Цыплята», «Котят» Игроритмика – различение динамики «громко-тихо». «Голубая вода» III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Творческая игра: «Поезд».
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: голова «Тик-так», «Бабочка», хлопки под музыку в ритм, Хореографические упражнения: «Комбинации танцевальных шагов» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Голубая вода» «Месяц и звезды» Игроритмика – различение динамики «громко-тихо». «Голубая вода» III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Творческая игра: «Поезд».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: «Часики» «Пружинка», наклоны «Петушок», «Выпад» Музыкально-подвижные игры: «Отгадай голосок», «Совушка», «Водяной» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Голубая вода» «Месяц и звезды» III ч. Заключительная: Упражнения на расслабление. Дыхательные упражнения. Игра-путешествие «На лесной опушке»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: «Часики» «Пружинка», наклоны «Петушок», «Выпад» Музыкально-подвижные игры: «Отгадай голосок», «Совушка», «Водяной» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Лягушата», «Цыплята» III ч. Заключительная: Упражнения на расслабление. Дыхательные упражнения. Игра-путешествие «На лесной опушке»

Цель: Умение самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары друг за другом, несколько кругов.

АПРЕЛЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: «Выразительная ходьба». Танцевально-ритмическая разминка Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок» II ч. Основная: Игротанец «Большая стирка» Ритмические танцы: «Русский народный» «Твист» III ч. Заключительная: ОФП. Упражнение на дыхание. Игра подражание: «Море волнуется...».
	3-4 занятие

	I ч. Разминка: «Выразительная ходьба». Танцевально-ритмическая разминка Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок» II ч. Основная: Игротанец «Большая стирка» Ритмические танцы: «Русский народный» «Твист» III ч. Заключительная: Упражнение на дыхание. Игра подражание: «Море волнуется...».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба и бег по кругу. Разминка с опорой Хореографические упражнения: «Волна» «Березка» «Выпад» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Хлопки в ритм», «Современный танец» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Танцевально-ритмическая гимнастика: «Хоровод»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба и бег по кругу. Разминка с опорой Хореографические упражнения: «Волна» «Березка» «Выпад» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Хлопки в ритм», «Современный танец» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Танцевально-ритмическая гимнастика: «Хоровод»

Цель: Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности через формирование чувства такта, воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослым.

МАЙ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба под музыку. Аэробика Хореографические упражнения: «Кошечка» «Лодочка» «Лягушка» II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Веселый паровозик» «Пушинка» Ритмические танцы: «Русский народный» «Твист» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Пальчиковые игры: «Мышка», «Комарики»
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба под музыку. Аэробика Хореографические упражнения: «Кошечка» «Лодочка» «Лягушка» II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Веселый паровозик» «Пушинка» Ритмические танцы: «Русский народный» «Твист» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки. Пальчиковые игры: «Мышка», «Комарики»
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: «Выразительная ходьба». Танцевально-ритмическая разминка Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок» II ч. Основная: Игротанец «Большая стирка» Ритмический танец «Хлопки в ритм» III ч. Заключительная: Упражнение на дыхание. Игра подражание: «Море волнуется...».
	5-8 занятие
	I ч. Разминка: «Выразительная ходьба». Танцевально-ритмическая разминка Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок»

	II ч. Основная: Игротанец «Большая стирка» Ритмический танец «Хлопки в ритм» III ч. Заключительная: Упражнение на дыхание. Игра подражание: «Море волнуется...».
--	--

ИЮНЬ 1-2	повторение. Занятия на пройденном материале Креативная гимнастика: «Веселый паровозик» «Пушинка» Ритмические танцы: «Русский народный» «Твист»
3-4	повторение. Занятия на пройденном материале Игроритмика – различение динамики «громко-тихо». «Голубая вода» Ритмические танцы: «Голубая вода» «Месяц и звезды»
5-6	повторение. Занятия на пройденном материале Хореографические упражнения: «Комбинации танцевальных шагов» Ритмические танцы: «Лягушата», «Цыплята»
7-8	повторение. Занятия на пройденном материале Креативная гимнастика: «Веселый паровозик» «Пушинка» Ритмические танцы: «Русский народный» «Твист»

ИЮЛЬ 1-2	повторение. Занятия на пройденном материале Ритмический танец «Хлопки в ритм» Игротанец «Большая стирка»
3-4	повторение. Занятия на пройденном материале Креативная гимнастика: «Пушинка» Сюжетные танцы: «Домисолька», «Богатыри»
5-6	повторение. Занятия на пройденном материале Игротанец «Большая стирка» Ритмические танцы: «Русский народный» «Твист»
7-8	повторение. Занятия на пройденном материале Креативная гимнастика: «Пушинка» Сюжетные танцы: «Домисолька», «Богатыри»

АВГУСТ 1-2	повторение. Занятия на пройденном материале Креативная гимнастика: «Реверанс» «Создай образ» Ритмические танцы: «Лягушата», «Цыплята», «Три поросенка»
3-4	повторение. Занятия на пройденном материале Игроритмика – различение динамики «громко-тихо». Ритмические танцы «Котят» «Современный» «Зверята»
5-6	повторение. Занятия на пройденном материале музыкально-ритмическая композиция «Белые кораблики»
7-8	повторение. Занятия на пройденном материале Комбинация хореографических упражнений «В воде». Танцевально-ритмическая гимнастика: «Я танцую» Ритмический танец «Твист»

14. Перспективно-тематическое планирование

3 год обучения. Подготовительная группа

СЕНТЯБРЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Танцевальная разминка. Позиции рук, ног, Реверанс Поклон Хореографические упражнения: «Бабочка» «Солдатык» «Перекаты» II ч. Основная: Построения: «Колонны» «Круг» «Рассыпная» Ритмический танец «Современный танец» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки.
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Акцентированная ходьба, Креативная гимнастика Комбинация хореографических упражнений. II ч. Основная: Танцевально-ритмическая гимнастика: «Я танцую» Ритмический танец Современный танец» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц.
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба под музыку. Партерная гимнастика Хореографические упражнения: «Кошечка» «Лодочка» «Лягушка» II ч. Основная: Комплекс упражнений: «Хоровод» Ритмический танец: «Твист» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения.
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Ритмика. Комбинированные упражнения в стойках. II ч. Основная: Ритмичный танец: «В ритме польки» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, пальчиковая игра: «Комарики»

Цель: Воспитание интереса и любви к музыке, потребность слушать знакомые и новые произведения. Развивать мышцы плечевого пояса, шеи, плеч, ног.

ОКТАБРЬ	1-2 занятия
	I ч. Разминка: Танцевальная разминка. Позиции рук, ног, Реверанс Хореографические упражнения: «Бабочка» «Солдатык» «Перекаты» II ч. Основная: Построения: «Колонны» «Круг» «Рассыпная» Ритмический танец «Осенние дорожки» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки.
	3-4 занятие

	I ч. Разминка: Акцентированная ходьба, Аэробика Комбинация хореографических упражнений. II ч. Основная: Танцевально-ритмическая гимнастика: «Я танцую» Ритмический танец «Вальс» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки.
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба под музыку. Партерная гимнастика Хореографические упражнения: «Кошечка» «Лодочка» «Лягушка» II ч. Основная: Комплекс упражнений: «Хоровод» Ритмические танцы: «Осенние дорожки», «Вальс» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, пальчиковая игра: «Мышка»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Ритмика. Комбинированные упражнения в стойках. II ч. Основная: Ритмичный танец: «В ритме польки» Ритмические танцы: «Осенние дорожки», «Вальс» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, пальчиковая игра: «Комарики»
Цель: Развитие выразительной пластики, мимики, музыкального восприятия, творческих способностей. Учить самостоятельно изменять движения в соответствии со сменой темпа музыки.	

НОЯБРЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: «Выразительная ходьба». Танцевально-ритмическая разминка Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок» II ч. Основная: Игротанец «Большая стирка» Ритмические танцы: «Осенние дорожки», «Вальс» III ч. Заключительная: Упражнение на дыхание. Игра подражание: «Море волнуется...».

	3-4 занятие
	I ч. Разминка: «Ходьба сидя на стуле». Хлопки в такт музыки Хореографические упражнения: «Полуприседы» «Мельница» «Солдатик» II ч. Основная: Игра-путешествие «Путешествие на Северный полюс» Ритмические танцы: «Осенние дорожки», «Вальс» III ч. Заключительная: ОФП. Упражнение на дыхание. Игра подражание: «Море волнуется...».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба и бег по кругу. Разминка с опорой Хореографические упражнения: «Волна» «Березка» «Выпад» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Разбойники», «Танго», «Лиса и кот» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки.
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба и бег врассыпную. Разминка с опорой Танцевальные шаги: мягкий, высокий, приставной, скрестный, хороводный II ч. Основная: Ритмические танцы: «Разбойники», «Танго», «Лиса и кот» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения. Танцевально-ритмическая гимнастика: «Хоровод»
Цель: Развитие выразительной пластики, мимики, музыкального восприятия, творческих способностей Учить самостоятельно изменять движения в соответствии со сменой темпа музыки.	
ДЕКАБРЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»), ОФП Хореографические упражнения: «Комбинации танцевальных шагов» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Разбойники», «Танго», «Лиса и кот» Танцевально-ритмическая гимнастика: «Барбоскины» III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Творческая игра: «Поезд»
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»), ОФП Хореографические упражнения: «Комбинации танцевальных шагов» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Разбойники», «Танго», «Лиса и кот» Музыкально-подвижная игра: «Быстро по местам» III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Творческая игра: «Поезд».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Акцентированная ходьба с махами. Передвижения в сцеплении Хореографические упражнения: «Мельница» «Пружинка», «Выпад» II ч. Основная: «Разбойники», «Танго», «Лиса и кот» III ч. Заключительная: Упражнения на расслабление. Дыхательные упражнения. Игра-путешествие «На лесной опушке»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Акцентированная ходьба с махами. Передвижения в сцеплении

	Хореографические упражнения: «Мельница» «Пружинка», «Выпад» II ч. Основная: «Разбойники», «Танго», «Лиса и кот» III ч. Заключительная: Упражнения на расслабление. Дыхательные упражнения. Игра-путешествие «На лесной опушке»
Цель: Содействовать развитию ловкости и быстроты движений. Развития различных групп мышц через различный характер и способ движения (плавность движений, махи, пружинность), через упражнения на развитие гибкости и пластичности.	

ЯНВАРЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба на каждый счет и через счет. Танцевальная разминка. II ч. Основная: Танцевальные шаги: Шаг галопа вперед и в сторону, шаг польки, кик-движение. Ритмические танцы: «Вальс цветов», «Барбарики» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки. Игра подражание: «Кузнечик».
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба на счет и через счет. Комплекс упражнений «Облака» Танцевальные шаги: Шаг галопа вперед и в сторону, шаг польки, кик-движение. II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Создай образ» Ритмические танцы: «Вальс цветов», «Барбарики» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки. Игра подражание: «Кузнечик».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Строевая ходьба и перестроения. Хореографические упражнения: «Крокодил» «Махи» «Расслабление» II ч. Основная: Музыкально-ритмичный танец: «Макарена» Ритмические танцы: «Вальс цветов», «Барбарики» III ч. Заключительная: Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Строевая ходьба и перестроения. Хореографические упражнения: «Крокодил» «Махи» «Расслабление» II ч. Основная: Музыкально-ритмичный танец: «Макарена» Ритмические танцы: «Вальс цветов», «Барбарики» III ч. Заключительная: Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя
Цель: Воспринимать и передавать в движении характер музыки. Правильно и ритмично двигаться под музыку разного характера. Совершенствовать различные виды прыжков	
ФЕВРАЛЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Танцевальная разминка. Позиции рук, ног, Реверанс Хореографические упражнения: «Бабочка» «Солдатык» «Перекааты» II ч. Основная: Построения: «Колонны» «Круг» «Рассыпная» Ритмические танцы «Вальс цветов», «Барбарики»

	III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки.
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Акцентированная ходьба, Аэробика Комбинация хореографических упражнений. II ч. Основная: Танцевально-ритмическая гимнастика: «Я танцую» Ритмические танцы «Вальс цветов», «Барбарики» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки.
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба под музыку. Партерная гимнастика Хореографические упражнения: «Кошечка» «Лодочка» «Лягушка» II ч. Основная: Комплекс упражнений: «Хоровод» Ритмические танцы: «Вальс цветов», «Барбарики» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, пальчиковая игра: «Мышка»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Ритмика. Комбинированные упражнения в стойках. II ч. Основная: Ритмичный танец: «В ритме польки» Ритмические танцы: «Вальс цветов», «Барбарики» III ч. Заключительная: Игровое поглаживание рук, ног. Расслабление мышц, дыхательные упражнения, пальчиковая игра: «Комарики»
Цель: Ознакомление с элементами бального танца Развитие координации движений, чувства ритма, зрительного и слухового внимания, творческих способностей.	
МАРТ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: «Выразительная ходьба». Танцевально-ритмическая разминка Хореографические упражнения: «Хвост русалочки» «Складка» «Уголок» II ч. Основная: Игротанец «Большая стирка» Ритмические танцы: «Вальс цветов», «Барбарики» III ч. Заключительная: ОФП. Упражнение на дыхание. Игра подражание: «Море волнуется...».
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: «Ходьба сидя на стуле». Хлопки в такт музыки Хореографические упражнения: «Полуприседы» «Мельница» «Солдатык» II ч. Основная: Игра-путешествие «К центру Земли» Ритмические танцы: «Морской микс», «Финал» «Испания» III ч. Заключительная: ОФП. Упражнение на дыхание. Игра подражание: «Море волнуется...».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба и бег по кругу. Разминка с опорой Хореографические упражнения: «Волна» «Березка» «Выпад» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Морской микс», «Финал» «Испания» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения, укрепление осанки.
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба и бег врассыпную. Разминка с опорой

	Танцевальные шаги: мягкий, высокий, приставной, скрестный, хороводный II ч. Основная: Ритмические танцы: «Морской микс», «Финал» «Испания» III ч. Заключительная: Расслабление мышц, дыхательные упражнения. Танцевально-ритмическая гимнастика: «Хоровод»
Цель: Учить самостоятельно изменять движения в соответствии со сменой характера музыки. Совершенствовать выразительность движения	

АПРЕЛЬ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»), ОФП Хореографические упражнения: «Комбинации танцевальных шагов» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Морской микс», «Финал» «Испания» Танцевально-ритмическая гимнастика: «Барбоскины» III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Творческая игра: «Поезд»
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»), ОФП Хореографические упражнения: «Комбинации танцевальных шагов» II ч. Основная: Ритмические танцы: «Морской микс», «Финал» «Испания» Музыкально-подвижная игра: «Быстро по местам» III ч. Заключительная: релаксационные упражнения на расслабление. Творческая игра: «Поезд».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Акцентированная ходьба с махами. Передвижения в сцеплении Хореографические упражнения: «Мельница» «Пружинка», «Выпад» II ч. Основная: «Морской микс», «Финал» «Испания» III ч. Заключительная: Упражнения на расслабление. Дыхательные упражнения. Игра-путешествие «На лесной опушке»
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Акцентированная ходьба с махами. Передвижения в сцеплении Хореографические упражнения: «Мельница» «Пружинка», «Выпад» II ч. Основная: «Морской микс», «Финал» «Испания» III ч. Заключительная: Упражнения на расслабление. Дыхательные упражнения. Игра-путешествие «На лесной опушке»
Цель: Ознакомление с элементами бального танца Развитие координации движений, чувства ритма, зрительного и слухового внимания, творческих способностей.	
МАЙ	1-2 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба на каждый счет и через счет. Танцевальная разминка. II ч. Основная: Танцевальные шаги: Шаг галопа вперед и в сторону, шаг польки, кик-движение. Ритмические танцы: «Морской микс», «Финал» «Испания» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки. Игра подражание: «Кузнечик».
	3-4 занятие
	I ч. Разминка: Ходьба на счет и через счет. Комплекс упражнений «Облака» Танцевальные шаги: Шаг галопа вперед и в сторону, шаг польки, кик-движение.

	II ч. Основная: Креативная гимнастика: «Создай образ» Ритмические танцы: «Морской микс», «Финал» «Современный» III ч. Заключительная: Игровой самомассаж. Упражнение на дыхание, расслабление мышц, укрепление осанки. Игра подражание: «Кузнечик».
	5-6 занятие
	I ч. Разминка: Строевая ходьба и перестроения. Хореографические упражнения: «Крокодил» «Махи» «Расслабление» II ч. Основная: Музыкально-ритмичный танец: «Макарена» Ритмические танцы: «Морской микс», «Финал» «Современный» III ч. Заключительная: Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя
	7-8 занятие
	I ч. Разминка: Строевая ходьба и перестроения. Хореографические упражнения: «Крокодил» «Махи» «Расслабление» II ч. Основная: Музыкально-ритмичный танец: «Макарена» Ритмические танцы: «Морской микс», «Финал» «Современный» III ч. Заключительная: Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя
Цель: Ознакомление с элементами бального танца Развитие координации движений, чувства ритма, зрительного и слухового внимания, творческих способностей.	
ИЮНЬ	повторение. Игры-занятия на пройденном материале
1-2	танцы «Морской микс», «Современный»
3-4	Музыкально-ритмичный танец: «Макарена»
5-6	«Я сегодня режиссер»
7-8	«Четыре стихии»
ИЮЛЬ	повторение. Игры-занятия на пройденном материале
1-2	Креативная гимнастика: «Создай образ»
3-4	Танцевально-ритмическая гимнастика: «Барбоскины»
5-6	«Полянка»
7-8	«Прогулка в лес»
АВГУСТ	повторение. Игры-занятия на пройденном материале
1-2	Танцевально-ритмическая гимнастика: «Хоровод»
3-4	«Вместе весело шагать»
5-6	Ритмические танцы: «Вальс цветов», «Барбарики»
7-8	«В поисках приключений»

15. Методическое обеспечение программы.

1. дидактические карточки, 2. научная и нотная литература,	4. аудиозаписи, 5. музыкальные диски, 6. наглядные пособия и другие методические материалы необходимые для проведения занятий.
---	---

Материально-техническое обеспечение программ

- музыкальный зал - пианино - магнитофон - видеоманитофон - танцевальные костюмы - компьютер	- Диски, кассеты с фонограммой - реквизит
---	--

Методическое обеспечение программы.

- дидактические карточки, - научная и нотная литература,	- аудиозаписи, - музыкальные диски, - наглядные пособия и другие методические материалы необходимые для проведения занятий.
---	--

16. Диагностика

Показатели качества усвоения ребенком программного материала.

Музыкальность.

- Умение слушать и понимать музыку.
- Умение двигаться в соответствии с характером музыки.
- Умение определять на слух музыкальные жанры.
- Чувство ритма.

Двигательные навыки.

- Координация движений.
- Ориентирование в пространстве.
- Точность выполнения танцевальных движений.
- Пластичность.

Эмоциональная сфера.

- Выразительность мимики и пантомимики.

Творческие проявления.

- Умение импровизировать под музыку.
- Умение придумывать танцевальные движения в соответствии с задуманным образом

Коммуникативные навыки.

- Умение вести себя в паре.
- Умение вести себя в коллективе.

Проявление некоторых психических процессов.

- Память.
- Внимание.
- Подвижность нервных процессов.

Методы

Методика обучения традиционная. Обучение осуществляется, опираясь на следующие принципы: сознательность, активность, систематичность, последовательность, наглядность, доступность.

Методы:

Словесные (устное изложение, беседа)

Наглядные (показ приёмов, движений)

Практические (тренировочные упражнения)

Способы определения результативности

- октябрь – проводится в виде беседы с детьми;
- декабрь, март – проводятся наблюдения за детьми на занятиях;
- май – проводится в форме открытого итогового занятия.

Диагностические критерии.

Средний возраст.

Критерии	Высокий уровень	Средний уровень	Уровень ниже среднего
Музыкальность	1. Слушает внимательно до конца муз. отрывок. Умеет высказаться о характере и темпе	1. Слушает муз. отрывок, отвлекаясь. Высказывается о характере и темпе данного отрывка с помощью наводящих	1. Не может дослушать муз. отрывок до конца, все время отвлекается. С трудом

	данного отрывка. 2. Двигается в соответствии с характером музыки. 3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии 4. Чувствует метрическую пульсацию и движается в соответствие с ней.	вопросов. 2. Не всегда движется в соответствие с характером музыки. 3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии с подсказкой. 4. Не всегда чувствует метрическую пульсацию и движается в соответствие с ней.	высказывается о характере и темпе данного отрывка. 2. Двигается под музыку не в характере. 3. Не узнает на слух знакомые танцевальные мелодии. 4. Не чувствует метрическую пульсацию, движается не ритмично.
Двигательные навыки	1. Легко координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях. 2. Ориентируется в пространстве, знает «право-лево», «ближе-дальше» по отношению к предметам, не путает «вперед-назад.» 3. Точно выполняет предложенные танцевальные движения. 4. Пластично движется в медленном темпе.	1. Координация рук и ног в танцевальных упражнениях затруднена. 2. Не всегда ориентируется в пространстве. Путает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад». 3. Выполняет предложенные танцевальные движения с ошибками. 4. Испытывает трудность при выполнении плавных движений в медленном темпе.	1. не координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях. 2. Не ориентируется в пространстве. Не знает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад». 3. Коряво и не точно выполняет предложенные танцевальные движения. 4. Двигается не пластично.
Эмоциональная сфера	1. Выразительно и эмоционально исполняет образные движения.	1. Немного скован, не всегда проявляет эмоции при исполнении образных движений.	1. Не эмоционально и вяло исполняет образные движения.
Творческие проявления	1. Легко и с удовольствием импровизирует под музыку предложенные игровые ситуации и образы животных. 2. Активно	1. Импровизирует предложенные игровые ситуации и образы животных по образцу. 2. Не проявляет инициативу в придумывании танцевальных движений.	1. Отказывается или не может импровизировать предложенные игровые ситуации и образы животных. 2. Не помогает придумывать танцевальные

	помогает придумывать танцевальные движения в соответствии с задуманным образом.		движения.
Коммуникативные навыки	1. Умеет правильно пригласить (проводить), приветствовать партнера, встать красиво в пару и сохранять это положение на протяжении всей композиции (танца). 2. Уважительно относится к товарищам, не толкается, соблюдает очередность и дистанцию. Сохраняет спокойствие, когда внимание педагога направлено на другого ребенка.	1. Не всегда правильно приглашает (проводит), приветствует партнера. В паре не может сохранять положение до конца композиции (танца). 2. Не всегда проявляет чувство такта по отношению к товарищам, торопиться, не соблюдает очередность. Не может долго сохранять спокойствие при отсутствии к себе внимания.	1. Не умеет правильно пригласить (проводить) партнера, забывает приветствовать его. Не держит позицию «партнер-партнерша» в композиции (танце). 2. Неуважительно относится к товарищам, толкается, не соблюдает очередность. Требуется повышенное внимание к себе.
Проявление некоторых психических процессов	1. Без труда запоминает танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца. 2. Внимателен на занятиях, не отвлекается во время исполнения танцевальных элементов и танцев. 3. Понимает объяснения, условия игры сразу, достаточно	1. Запоминает танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца после многочисленных повторений. 2. Отвлекается на занятиях, не всегда внимателен во время исполнения танцевальных элементов, танцев. 3. Понимает объяснения, условия игры не сразу, воспроизводит движения одновременно с показом педагога не точно, с трудом.	1. Не может запомнить танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца. 2. Невнимателен на занятиях, все время отвлекается во время исполнения танцевальных элементов, танцев. 3. С трудом понимает объяснения, условия игры, не может

	точно может воспроизвести движения одновременно с показом педагога.		воспроизвести движения одновременно с показом педагога.
--	---	--	---

17. Прогнозируемые результаты:

К концу первого года обучения (средняя):

1. Ребёнок ярче проявляет эмоциональную отзывчивость на чувства, мысли, выраженные в произведениях, возрастает заинтересованность к занятиям, складываются определённые взаимоотношения со сверстниками, испытывает удовольствие от совместного исполнения движений.
2. Ритмично ходить, легко бегать, скакать, передавать различные по характеру музыкальные образы в соответствии с контрастным характером музыки (бодрая, энергичная, спокойная, маршевая).
3. Уметь исполнить пляски и построения в различных исходных положениях и построениях (парами, по кругу, врассыпную, сидя и лёжа на ковре), элементы движений исполняются по показу взрослого и самостоятельно.
4. Обучение простейшим исполнительским навыкам, приобщение к первым проявлениям творчества.

К концу второго года обучения (старшая группа):

1. Расширение музыкальных впечатлений, потребность у ребёнка испытывать эмоциональный отклик на музыку, умение чувствовать общее эмоциональное содержание музыки и передавать его в движении.
2. Развитие сенсорных способностей, музыкального восприятия, стремление двигаться в соответствии с характером музыкальных образов и структурой произведения.
3. Различать простейшие музыкальные понятия и танцевальные термины (быстрый, средний и медленный темп, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и.д.). Усвоение танцевальных жанров – вальс, полька, пляска.
4. Выбатываются навыки основных движений, их точного соотнесения с метрической пульсацией и непринуждённого исполнения знакомого элемента танца и упражнения, развитие координации.
5. Развитие творческих способностей: научится оценивать собственное движение и товарища, сможет придумать «свой» игровой образ, пляску комбинируя различные элементы знакомых движений

К концу третьего года обучения (подготовительная группа):

1. Ребёнок имеет устойчивый интерес и любовь к музыке, ритмическим движениям, умеет двигаться, выражая в движении контрастный характер музыки, самостоятельно меняет движения в соответствии с музыкальными фразами и строением.
2. Овладеет музыкальными, танцевальными терминами и понятиями, сведениями о музыкальной грамоте.

3. Движения становятся более свободнее, выразительнее, ритмичнее в передаче характера произведений.
4. Активизируется творческая самостоятельность при импровизации простейших плясовых и игровых движений.
5. Формируются личностные качества ребёнка: чувство ответственности, нравственно-волевыми качествами.

13.Формы выявления, фиксации, предъявления результатов.

Спектр способов и форм Выявления результатов	Спектр способов и форм Фиксации результатов	Спектр способов и форм Предъявления результатов
1.Беседа 2.Наблюдение 3.Праздничные мероприятия 4. Концерты 5. Открытые ООД	1. Видеозапись 2. Фото 3.Отзывы (детей и родителей)	1.Открытые занятия для родителей в каждой группе. 2.Спортивные и музыкальные развлечения, праздники в детском саду. 3.Концерты 4.Участие в городских мероприятиях, конкурсах.

18. Список литературы.

1. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» - С-Пб., 2000.
2. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Танцевально-игровая гимнастика для детей «Са-фи-дансе».-СПб.,2001
3. Погорелова Г. Музыкально-игровая гимнастика //Жур. Муз. Рук-ль. М., 2008.- №1с.12
4. Ветлугина Н.А. Музыкальное воспитание ребёнка. – М., Просвещение, 1981.
5. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. – М., Просвещение, 1985.
6. Выготский Л.С. Психология искусства – М., 1986.
7. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. – М., 1960.
8. Иова Е.И., Ойффе А.Я. Утренняя гимнастика под музыку. – М., Просвещение, 9. Каява Е.Е. Музыкальные игры и пляски в детском саду. – Ленинград, 1963.
- 10 Каплунова И., И. Новоскольцева И. Ладунки «Потанцуй со мной дружок»
11. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг». СПб, 2013
12. Кузнецова Е. Логопедическая ритмика. – М., 2002.
13. Лифшиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. – М., Академия, 1999.
- 14 Радынова О.П. Музыкальное воспитание дошкольников. – М., 2000.
15. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение – М., 2005
16. Суворова Т. Танцевальная ритмика. Учебное пособие. Вып.1-5. – С-Пб. 2007.

