

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 29 «Даренка» общеразвивающего вида  
с приоритетным осуществлением деятельности  
по художественно-эстетическому развитию детей»

**ПРИНЯТО:**

на заседании  
педагогического совета  
протокол № 6  
от «\_06\_» августа 2019г.

**УТВЕРЖДАЮ**



Заведующий МАДОУ  
«Детский сад № 29 «Даренка»  
И.А.Кислицина  
185-08  
06 августа 2019 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Топ – хлоп, малыши»**

*(для детей раннего возраста 2-3 лет)*

**Автор-составитель:**

Гуляева Танзиля Нурисламовна

воспитатель

1 квалифицированной категории

г. Лесной

## Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Актуальность	4
3.	Цели и задачи	4
4.	Направления программы	5
5.	Методы и формы обучения	5
6.	Ожидаемый результат	6
7.	Оценочные материалы	7
8.	Содержание программы	8
9.	Учебный план	9
10.	Календарный учебный график	9
11.	Перспективное планирование	10
12.	Методические материалы	12
13.	Содержание изучаемо курса	13
14.	Материально-техническое оснащение	16
15.	Список литературы	17
16.	Приложение	18

*Возможно, самое лучшее, самое совершенное  
и радостное, что есть в жизни –  
это свободное движение под музыку.  
И научиться этому можно у ребенка и вместе с ним.  
А. И. Буренина*

### **Пояснительная записка**

Ранний возраст – это период, который является одним из наиболее ответственных периодов жизни человека, в формировании физического здоровья и навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем. И это возраст, когда через двигательную деятельность ребенок познает мир, развиваются его психические процессы, воля, самостоятельность.

Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие. Поэтому, если данный период будет упущен в плане грамотного физического воспитания, то в дальнейшем наверстать пробелы, устранить допущенные ошибки будет чрезвычайно трудно.

Основная задача педагога – это поддержание в игре достаточной активности всех детей, постепенное усложнение движений в соответствии с особенностями детей.

Дополнительная программа «Топ-хлоп, малыши» направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей раннего возраста. Программа дополнительного образования по ритмической гимнастике составлена на основе программы «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, рекомендованной Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста. При составлении программы учтены нормы и требования к нагрузке детей в течение недели. Программа составлена в соответствии с инструктивно – методическим письмом Министерства образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16, а также СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях». В основу её положена двигательная - игровая деятельность детей, являющаяся ведущей в воспитании и образовании малышей. Приобщение детей раннего возраста к физической культуре идет различным путем. В сфере музыкально - ритмической деятельности, оно происходит посредством доступных и интересных упражнений, музыкальных игр, танцев, хороводов.

Ритмика — вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ. Она доступна детям, начиная с раннего возраста, и даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, создаёт ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, даёт детям творческий импульс, возможность высвободить их энергию, умения контролировать своё тело, положительно влияет не только на физическую подготовку ребенка, но и развивает у него восприятие музыки и основные психологические функции детей (память, внимание, мышление, речь и воображение). Занятия ритмикой дарят ребенку радость движения, общения, обогащают его внутренний мир и помогают познать себя. А так же совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус, что создает у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии организма в целом.

В данную программу включены упражнения, способствующие развитию слуха, элементы танца, художественной гимнастики, лечебной физкультуры и общей физической

подготовки, упражнения, помогающие решить часть проблем опорно-двигательного аппарата.

Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, пляски, игры воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представления о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

Все виды музыкально – ритмической деятельности способствуют правильному выполнению основных движений, повышают их четкость, выразительность. Под влиянием музыкально - ритмической деятельности, развиваются положительные качества личности ребенка: дети ставят в такие условия, когда они должны проявить активность, инициативу, находчивость, решительность. Совершенствуются музыкально-эстетические чувства детей. Ребенок встречается с богатым разнообразием музыки, радуется тому, что может движением передать свое отношение к музыкальному образу, т. е. можно говорить о становлении творческого воображения.

Каждое музыкально-ритмическое задание ребенку нужно понять, осмыслить, запомнить правила игры, быть внимательным, собранным, точно выполнять указания взрослого. Следовательно, эта деятельность развивает память, вырабатывает устойчивость произвольного внимания, совершенствует творческую активность.

**Таким образом,** с первых лет жизни ребенка просто необходимо начинать воспитание с развития ритмического творчества и чувства музыки в нём, что в свою очередь способствует всестороннему развитию ребенка, его ритмических движений и более успешной работе мозга, а сам процесс занятий ритмикой приносит детям истинную радость и способность к самовыражению. Музыкально - ритмическая деятельность *направлена на* воспитание у каждого ребенка эстетических, физических, нравственных и умственных качеств. Все это возможно только при правильной организации этого процесса, умелом планировании и целесообразном подборе художественного, доступного (для раннего возраста) и педагогически оправданного репертуара.

**Новизна** предлагаемого методического сопровождения в том, что в нём собраны воедино игровые упражнения, систематизированные в строгой методической последовательности и адаптированные для работы с детьми 2-3 лет. А также в использовании на занятии игровых музыкально - двигательных упражнений для детей раннего возраста, которые имеют особую значимость, поскольку являются не только универсальным средством всестороннего гармоничного развития ребенка, но и служат незаменимым инструментом общения детей и взрослых, инструментом их эмоционального взаимодействия.

**Актуальность данного опыта** состоит в реализации системы работы по музыкально-ритмическому развитию детей, позволяющей через занятия ритмической пластикой (движения под музыку) –

- приобщать малышей к здоровому образу жизни,
- развивать эмоциональную, двигательную, коммуникативную сферу, тренировать отдельные виды психомоторных качеств: координацию движений, мелкую моторику и чувство ритма,
- способствовать раскрепощению мышечного аппарата, общему укреплению и оздоровлению организма.

Регулярные занятия — это хорошая профилактика таких проблем, как вялая осанка, сколиоз и плоскостопие. У ребенка формируется правильная походка, развивается координация и пластика тела.

В программе учтены и представлены все ее необходимые составляющие:

- оздоровительный компонент: содержание программы сориентировано на создание психологического комфорта и эмоционального благополучия каждого ребенка.
- здоровьесберегающий фактор: музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

### **Цели и задачи программы.**

*Цели программы «Топ-хлоп, малыши»:*

- Формирование интереса к музыкально – ритмическим движениям, эмоциональной отзывчивости на музыку.

Содействие умственному, физическому, социальному и эстетическому развитию детей раннего, всестороннему развитию личности детей раннего возраста средствами ритмической гимнастики.

- Создания условий для укрепления физического и психического здоровья детей, улучшения их двигательного статуса, формирования морально-этических качеств личности через двигательно-игровую деятельность.

- Приобщение детей к нормам здорового образа жизни.

Исходя из целей программы, предусматривается решение следующих основных педагогических задач: оздоровительных, образовательных, воспитательных.

*Оздоровительные задачи:*

- профилактика простудных заболеваний и травматизма.
- формировать правильную осанку.

*Образовательные задачи:*

- содействовать развитию чувства ритма, умения согласовывать движения с музыкой;
- обучать детей основным двигательным навыкам и умениям ходьбы, бега, прыжков, пружинным и маховым движениям, выразительным жестам, элементам плясовых движений («фонарики», топающий шаг и др.); развить выразительность движений, умение передавать в мимике и пантомимике образы знакомых животных и персонажей (Зайчиков, Мишек, Птичек и пр.);

- развивать психологические процессы (память двигательная, слуховая, образная);
- развить элементарные умения пространственных ориентировок: умение становиться друг за другом, двигаться «стайкой» за ведущим, по кругу, вперед и назад,
- развивать двигательные качества (гибкость, координация, выносливость) и умений;
- развивать музыкальные сенсорные способности: выполнять движения в соответствии с текстом песен и потешек, способствующих развитию речи.
- развивать творческие способности;
- развивать мелкую моторику.

*Воспитательные задачи:*

- воспитывать нравственные качества (уважительное отношение ко взрослым и к сверстникам).
- воспитывать умения эмоционального выражения, творчества в движениях;
- воспитывать общительность, умение контактировать со сверстниками и взрослыми;

- воспитывать умение видеть прекрасное.
- воспитывать личностные качества детей.
- воспитать интерес к музыкально-ритмическим движениям.

**Отличительная особенность** данной программы, от уже существующих в этой области, заключается в тщательном подборе музыки, специально подготовленных фонограммах с точно выверенным темпом звучания. Технология физического обучения и воспитания базируется на игровых методах и сочетании музыкальной деятельности с другими направлениями воспитательной работы с детьми.

Срок реализации программы 1 год. Программа составлена для детей раннего возраста (2-3 года). Учитывая особенности детей, занятия проводятся в группе в количестве до 10 человек.

**Направлениями работы по программе являются:**

- 1 Хороводные игры и танцы
- 2 Пальчиковые и жестовые игры
- 3 Игры с предметами
- 4 Игры с подражательными движениями
- 5 Игры с ловлей
- 6 Игровая гимнастика
- 7 Развитие речи (в процессе логоритмических игр)
- 8 Игра на шумовых инструментах
- 9 Ритмические игры и танцы
- 10 Танцевальные движения
- 11 Музыкально-подвижные игры

Поскольку программа рассчитана для детей раннего возраста и имеет общекультурный уровень усвоения, а дети в этом возрасте непоседливы и любознательны, поэтому, чтобы сохранить интерес к занятиям применяются различные **методы и формы обучения:**

- объяснение - позволяет добиться грамотного исполнения элементарных танцевальных движений;
- репродуктивный метод - наглядная демонстрация,
- игрового метода заключается в доступности и последовательности деятельности в процессе игры, в непринужденном усвоении учебного материала, закреплении знаний и применения их в жизни,
- упражнения – многократное повторение,
- групповая форма – важно обеспечить взаимодействие между детьми,
- индивидуальная форма – (индивидуализировать) взаимодействие с одним или двумя детьми.

**Ожидаемые результаты освоения программы.**

1. Улучшится общее физическое развитие, сформируется осанка.
2. Сформируется готовность и умение действовать в коллективе.
3. Сформируются навыки вербального и невербального общения.
4. Ребёнок развивается эмоционально.
5. Развиваются навыки мелкой и крупной моторики, а также слуховые, зрительные, тактильные способности к восприятию.

#### 6. Дети научатся:

- ритмично ходить под музыку, бегать, двигаться парами.
- бегать не шаркая ногами, врассыпную, не наталкиваясь друг на друга;
- собираться в круг в играх, хороводах, двигаться по кругу, взявшись за руки; - поднимать флажки, платочки, погремушки, помахивать ими.
- хлопать в ладоши, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться как в одну, так и в другую сторону;
- исполнять пружинящее качание на двух ногах; помахивать одной, двумя руками, легко прыгать на двух ногах, притопывая одной ногой.
- выполнять образные движения: «зайчики прыгают», «птички летают», «машина едет», «лисичка (мишка) ходит», инсценировать в играх простые песни.

#### **Оценочные материалы:**

- Открытые занятия для родителей (1 раз в квартал).
- Видеоматериалы с занятий.
- Выступления детей на открытых мероприятиях.

## Содержание программы «Топ-хлоп, малыши»

**Осенний период** - один из самых сложных для ребенка, его родителей и педагогов, так как именно в этом возрасте (на 3-м году жизни) детей чаще всего впервые приводят в детский сад. Адаптация малышей к жизни в группе детей часто проходит очень напряженно, иногда болезненно. Отсюда главная задача музыкально-ритмического воспитания - использование игровых двигательных упражнений как средства эмоционального взаимодействия ребенка и взрослого. В этот период самым необходимым является создание для малышей психологического комфорта. Вызвать у ребенка радостные эмоции, интерес к играм-забавам, музыке, увлечь и занять его значительно важнее, чем обучить каким-либо движениям и умениям.

**В зимний период** развитие детей в музыкально-ритмической деятельности происходит более интенсивно: меньше времени тратится на установление контакта, у детей уже вырабатывается своеобразный рефлекс на музыкальный зал. Появляется возможность больше внимания уделить качеству движения и при этом добиваясь более четких, ритмичных и уверенных движений.

К концу зимы движения детей становятся заметно более уверенными и координированными. Исполнение упражнений по показу педагога отличается слаженностью и синхронностью (чего трудно было добиться в начале года).

**В третьем квартале** детям предлагаются музыкально-ритмические упражнения, включающие новые, более сложные движения.

Задачи музыкально-ритмического воспитания детей по сути те же, что и в предыдущем квартале, однако нагрузка на занятиях немного увеличивается, предлагается исполнять большее количество упражнений подряд (на 1-2 композиции).

## Учебный план программы «Топ-хлоп, малыши»

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Теоретич. занятия, (мин.)	Практич. занятия, (мин.)	Всего, (мин.)
1.	Диагностика, знакомство	5	10	15
2.	Давайте поздороваемся!	5	10	15
3.	Где же, наши ручки	3	12	15
4.	Мишка в осеннем лесу	3	12	15
5.	Встреча с белочкой в лесу	3	12	15
6.	К нам пришла собачка	3	12	15
7.	Мы с лисичкой поиграем	3	12	15
8.	Зайка в гости к нам пришел	3	12	15
9.	Кто грибок найдет?	3	12	15
10.	Верные друзья	3	12	15
11.	Паровозики	3	12	15
12.	По стихам А.Барто	3	12	15
13.	Зимушка-зима пришла!	3	12	15
14.	Выпал беленький снежок	3	12	15
15.	Зайчики	3	12	15
16.	Чудо елка	3	12	15



17.	Прятки	3	12	15
18.	Тук, тук молоточки	3	12	15
19.	Снежинки	3	12	15
20.	Мороз и птички	3	12	15
21.	Метелица	3	12	15
22.	Саночки	3	12	15
23.	Учим мишку танцевать	3	12	15
24.	Пирожки	3	12	15
25.	<b>Весна-красна!</b>	3	12	15
26.	Есть у солнышка друзья	3	12	15
27.	Мамины помощники	3	12	15
28.	Вкусная каша	3	12	15
29.	Червячки пошли гулять	3	12	15
30.	Прятки	3	12	15
31.	Паучки	3	12	15
32.	Лошадки	3	12	15
33.	Солнышко и цветочки	3	12	15
34.	Птички	3	12	15
35.	Вот что мы умеем	3	12	15
36.	Итоговая диагностика, мониторинг	3	12	15
<b>Итого: 36 занятий в год</b>				<b>540 мин = 9 часов</b>

### Календарный учебный график

<b>Режим работы учреждения: 12 часов (с 7.00 до 19.00)</b>		
Продолжительность рабочей недели	5 дней (с понедельника по пятницу)	
Выходные дни	суббота, воскресенье и государственные праздники	
<b>Продолжительность учебного года</b>		
Начало учебного года	02.09.2019 г.	
Окончание учебного года	29.05.2020 г.	
Продолжительность учебного года	36 учебных недель	1 полугодие - 16 недель 2 полугодие - 20 недель
<b>Каникулы</b>	<b>зимние</b> с 30.12.2019 г. по 10.01.2020г.	<b>летние</b> с 01.06.2020 г. по 31.08.2020 г.
<b>Педагогическая диагностика достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы кружка</b>		
На начало учебного года, основная, вводная	с 02.09.2019г. по 13.09.2019г.;	
На конец учебного года, основная, итоговая	с 25.05.2020г. по 29.05.2020г.	

## Перспективное планирование на год (по месяцам)

Задачи:

1. Учить детей в умеренном темпе переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой.
2. Учить перестраиваться в круг.
3. Формировать умение выполнять образные движения.
4. Формировать умение понимать настроение и характер музыки, повышать эмоциональный настрой детей.
5. Развивать зрительную память, наблюдательность, мышечную силу, гибкость, выносливость, координацию.
6. Развивать личностные качества.
7. Воспитывать силу воли, самостоятельность.
8. Воспитывать интерес к музыкально-ритмическим движениям.

Месяц	Виды деятельности	Задачи
Сентябрь Октябрь Ноябрь	Ходьба, бег, приседание (пружинка)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить детей ритмично ходить под музыку, бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга, не шаркая ногами;</li> <li>• Учить слышать 2-частную форму произведения, приучать двигаться в соответствии с маршевым, спокойным и плясовым характером музыки.</li> </ul>
	Музыкально – ритмические движения.	Развивать выразительные образно-игровые движения.
	Упражнения для развития творчества.	Учить детей передавать простейшие игровые действия (язык жестов) по показу педагога.
	Примерный репертуар.	«Ножками затопали», «Ноги и ножки», «Гуляем и пляшем», «Веселые ладошки», «Пляска с листочками», «Птички летают», «Где же наши ручки?», Пляска «Маленькая полечка».
	Релаксация	«Улыбнись» Музыка природы для детей. Упражнение выполняется в лежа на коврик.

<b>Декабрь, январь, февраль.</b>	Музыкально – ритмические движения.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить двигаться ритмично, реагировать сменой движений на изменение силы звучания (громко — тихо).</li> <li>Развивать навыки выразительного движения:</li> <li>• собираться в круг в играх, хороводах, двигаться по кругу взявшись за руки, на шаге;</li> <li>• легко бегать врассыпную;</li> <li>• помахивать одной и двумя руками;</li> <li>• легко подпрыгивать на двух ногах;</li> <li>• вращать кистями;</li> <li>• продолжать работать над пружинящим движением;</li> <li>• учить двигаться парами.</li> </ul>
	Упражнения для развития творчества.	Развивать выразительные образно-игровые движения.
	Примерный репертуар	«Марш и бег» Е. Тиличевой, «Марш» Ю. Соколовского, «Пружинка» р.н.м, «Зимняя пляска», упражнение «Топающий шаг», «Пляска с погремушками», Игра «Зайчики и лисичка», «Большие и маленькие ноги», «Веселая пляска», «Пляска с погремушками», игры: «Зайчики и лисичка», «Саночки».
	Релаксация Дыхательные упражнения Игровой самомассаж,	<p>Музыка дыхательной гимнастики для детей</p> <p>1. Ленивая кошечка. Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук «а».</p> <p>2. Задуй свечу. Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дую на свечу, при этом длительно произносить звук «у».</p>
<b>Март, Апрель, Май.</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить детей ритмичной ходьбе, ходьбе топающим шагом вперед и назад (спиной), ходьбе с высоким подниманием колена (высокий шаг).</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Продолжать работать над ритмичностью движений, самостоятельно менять движения со сменой характера музыки, переходя от одного вида движений к другому без помощи педагога.</li> </ul>
	Музыкально – ритмические движения.	Продолжать развивать навыки выразительного движения: <ul style="list-style-type: none"> <li>• кружиться на беге по одному и парами;</li> <li>• использовать разученные танцевальные движения в свободных плясках;</li> </ul>
	Упражнения для развития творчества.	Продолжать учить детей разнообразным образно-игровым упражнениям с предметами, образно-игровым выразительным движениям. Приставной шаг в вперед, наклон руки в стороны, назад, прыжки влево, вправо.
	Примерный репертуар	«Марш» Е. Тиличевой, «Бег и подпрыгивание», «Побегали-потопали», упражнение «Бег с платочками», упражнение «Сапожки», упражнение «Кошечка», «Пляска с платочками», пляска «Поссорились-помирились», игра «Солнышко и дождик», игра «Ловишки».
	Игровой самомассаж, релаксация или малоподвижная игра.	Музыка для релаксации (звуки природы) Массаж ног

### Методические материалы.

Основным содержанием «Топ-хлоп, малыши» являются общеразвивающие упражнения для всех частей тела. Маховые и круговые движения руками, ногами, наклоны и повороты туловища, головы, приседания и выпады, упражнения в различных стойках, седах и положениях лежа. Эти упражнения сочетаются с разновидностями ходьбы, прыжков, бега, танцевальными упражнениями, упражнения на формирование осанки. Целостность и динамичность этих упражнений при органической связи с музыкой создают своеобразный стиль упражнения, которые воспринимаются как танцевальные движения.

Поточный или индивидуальный методы упражнения являются обязательным условием эффективного воздействия упражнения на разные системы организма человека.

В содержание программы «Топ, хлоп малыши» входят так же следующие разделы:

*Образно-игровые упражнения* представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей, сказочных героев и т. д. Использование приемов имитации и подражания, образных сравнений соответствует психологическим особенностям дошкольников, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения, творческих способностей, познавательной активности.

*Пальчиковая гимнастика* в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают мир внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Очень важным фактором, необходимым для развития речи, является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами.

Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются.

*Дыхательная гимнастика.* От правильного дыхания во многом зависит здоровье человека, его физическая и умственная деятельность. Например, специальные дыхательные упражнения, выполненные через левую или правую ноздрю, влияют на функционирование мозга. Для того чтобы правильно дышать, нужно научиться управлять дыхательными мышцами, всячески их укреплять. У детей дошкольного возраста дыхательные мышцы еще слабые, поэтому им нужно специальные дыхательные упражнения.

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

Учитывая возрастные психологические особенности детей раннего возраста, каждый разработанный комплекс «Топ, хлоп малыши» входят подвижные игры (сопровождаются музыкальной композицией).

Так же в раздел программы входят релаксация в конце занятия, что помогает детям расслабиться, мысленно погрузиться в заданную ситуацию, она проходит под релаксирующую музыку природы.

В свою очередь, каждое упражнение комплекса имеет название и выполняется под музыку. При этом у ребенка возникают определенные моторные ассоциации на конкретную фразу из текста песни, мелодию, и он быстрее запоминает порядок выполнения движений.

Музыка используется из любимых мультфильмов и сказок. Подобранные музыкальное сопровождение способствует развитию мышления, воображения, повышает эмоциональный фон, так как превращает занятия в своеобразную познавательную игру.

Возраст детей: 2-3 года (ранний возраст)

Продолжительность занятия «Топ, хлоп малыши» составляет 15 мин.

Количество занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю.

Срок реализации 1 учебный год.

### **Содержание изучаемого курса**

#### ***Построение занятия***

*Подготовительная часть (2-3 минут)*

Цель раздела: собрать внимание детей и настроить их на занятие, скоординировать движения.

Содержание раздела:

- песенки-приветствия

- песенки-разминки

*Основная часть (10 минут)*

Цель раздела: развитие основных двигательных и речевых умений в музыкально-ритмической деятельности, развитие музыкальных способностей (чувство ритма), координации речи, движений (под музыкальное сопровождение и без него), развитие коммуникативных навыков.

Содержание раздела:

- пальчиковые и жестовые игры
- с подражательными движениями
- хороводные игры
- танцевальные движения
- игра на музыкальных инструментах
- озвучивание и инсценировка сказок

*Заключительная часть (2-3 минуты)*

Цель раздела: Подведение итогов занятия. Формирование спокойного психоэмоционального состояния. Используются песенки-прощания, также проводятся релаксационные упражнения и игры.

Содержание раздела:

- заключительные упражнения
- песенки-прощания

#### **Этапы работы с репертуаром на занятии**

**На первом занятии:**

1 Знакомство детей с действиями игры и/или ее сюжетом

- используем наглядные и словесные методы;
- при знакомстве с действием сначала показываем движение сами (на игрушке или с предметом).

2 Знакомство детей с текстом игры:

- читаем, как стихотворение или поем;
- побуждаем детей к повторению движений.

3 Проводится игра под фонограмму (один раз)

**На следующих занятиях:**

1 Напомнить детям сюжет и основные действия игры.

2 Повторить игру, показывая движения в удобном для детей темпе (без фонограммы)

3 Провести игру под фонограмму (один-два раза)

Постепенно следует добиваться:

1 Самостоятельности выполнения движений.

2 Ритмичного выполнения движений.

3 Умения слышать текст песенки или смену музыкального раздела и менять движения в соответствии с текстом-подсказки (музыкой).

#### **Содержание разделов**

*Раздел «Песенка-Приветствие»*

Является началом активной части занятия, создает необходимый положительный и добрый настрой у детей. Не меняется в течение всего курса занятий.

*Раздел «Песенки-разминки»*

Настраивают на занятие, помогают скоординировать движения, легкие в исполнении.

*Раздел «Пальчиковые и жестовые игры»* - служит основой для развития ручной умелости, мелкой и крупной моторики, координации движений рук. Упражнения обогащают

внутренний мира ребёнка. Оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии. Польза пальчиковой гимнастики не только в развитии мелкой

моторики. Развивается еще и речь, и творческие способности, и внимание, и скорость реакции. Кроме огромной пользы для развития познавательных способностей ребенка, пальчиковые игры также помогают наладить с ребенком доброжелательные отношения. А еще для ребенка они - интересный мостик между ним и окружающим миром. Ведь в пальчиковой гимнастике, по обыкновению, отображается мир реальный - люди, животные, явления природы.

Основная часть: Детская исполнительская деятельность. Это музыкально - ритмические упражнения, игра, парные танцы, хороводы и музыкальные игры (3-6 упражнений). В этой части решаются основные задачи, формируются умения и навыки овладения ребенком всеми видами основных движений.

*Раздел «Игры с движениями»* является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, 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.

*Раздел «Музыкально-подвижные игры»* является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

Раздел «Танцевальные движения и композиции» направлен на формирование у детей танцевальных движений. Доставляет эстетическую радость занимающимся детям. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического. Виды упражнений: шаг с носка, на носках; приставной шаг в сторону с приседанием, с хлопком; шаг с подскоком; русский хороводный; галоп прямой и боковой; шаг с притопом; «гармошка»; «ковырялочка»; комбинации из танцевальных шагов.

*Раздел «Игры с предметами»* Предметы, с которыми предлагается двигаться под то или иное музыкальное произведение, позволяют подчеркнуть характер, настроение музыки, поддерживают интерес к музыкальному произведению и помогают перевести любое упражнение в статус игры. *Раздел «Хороводные игры»* дают возможность осуществлять двигательную нагрузку и снять напряжение.

Игры развивают коммуникативность, хорошо сплачивают детский коллектив, учат согласованности движений.

*Раздел «Игры для завершения занятия»* Спокойные и неспешные игры и упражнения снимают перевозбуждение, благотворно и успокаивающе действуют на детскую психику. С их помощью можно прекрасно увлечь ребенка и одновременно собрать всех маленьких непосед.

*Раздел «Песенка-прощание»* как и приветственная песенка, является неизменной частью всех занятий, обозначая их четкую границу.

### **Подбор и смена репертуара на занятиях**

Песенка-приветствие и песенка-прощание используются в течение всего учебного года.

Песенка-разминка и песенка для завершения занятия используются в течение 2-4 месяцев, игры и упражнения из основной части проводятся в течении 4-5 занятий. В каждой группе

выбирается свой период времени, необходимый для разучивания игр и закреплении в них ситуации успеха. Это дает возможность детям запомнить движения, стараться их выполнять

самостоятельно, согласовывать движения с музыкой.

Дети раннего возраста любят повторения и с большим интересом и радостью принимают участие в выполнении уже знакомых им песенок-игр.

**На конец учебного года основные показатели развития детей 2 – 3 лет, прошедших курс обучения по программе:**

1. Уметь в умеренном и быстром темпе переключаться с одного движения на другое в соответствии с заданной музыкой.
2. Уметь перестраиваться из круга в рассыпную и обратно.
3. Уметь в совершенстве выполнять простейшие образные движения.
4. Иметь представление о настроении и характере музыки.
5. Уметь владеть своим телом.
6. У детей появится желание сохранять и укреплять своё здоровье.
7. Снизится заболеваемость детей.

#### **Материально-техническое оснащение**

Реализация программы предполагает работу в просторном помещении (**спортивный зал**), с хорошей вентиляцией и освещением, возможностью использовать звуковоспроизводящую технику (музыкальный центр, CD- проигрыватель, компьютер) и мультимедийный проектор.

#### **Гимнастическое оборудование:**

Гимнастические палки, обручи, мячи средних размеров резиновые, массажные мячи.

#### **Игровое оборудование:**

Игрушки: куклы, мишки, лисички, зайки. сюжетные игрушки.

#### **Дополнительная оборудование и атрибутика:**

Платочки, погремушки, султанчики, флажки, «Сюжетные» шапочки», детали (хвосты, уши, крылья...)

Научно-методическая литература.



## Список литературы:

1. Сауко Т.Н., Буренина А.И. «Топ-хлоп, малыши»: программа музыкально-ритмического воспитания детей 2-3 лет. - СПб.,: Ленинградский обл. институт Развития образования, 2001. [Электронный ресурс]. <https://sauko-t-n-top-hlop-malyshi.html>
2. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике». - 2-е изд., испр. и доп. — СПб.:ЛОИРО, 2000. [Электронный ресурс]. [https://o\\_formah\\_obucheniya.docx](https://o_formah_obucheniya.docx)
3. Елисеева, Е. И. Ритмика в детском саду / Е. И. Елисеев, Ю. Н. Родионова. – М.: Перспектива, 2012. -104 с.
4. Колодницкий, Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: практическое пособие / Г. А. Голодицкий. – М.: Гном-пресс, 2001. – 64 с.
5. Корнева, Т. Ф. Музыкально-ритмические движения для детей младшего школьного возраста: практическре пособие/ Т. Ф. Корнева. – М. :Гном-пресс, 2001 – 72с.
6. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», авт.-сост. Моргунова О.Н., Воронеж, 2007.
7. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Программа «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. — СПб.: «Детство-пресс», 2000-352 с. [Электронный ресурс]. <https://drive.google.com/usp=sharing> (дата обращения 27.03.19г).

### **Аннотация к дополнительной образовательной программе «Топ-хлоп, малыши!»**

Ранний возраст – это период, который является одним из наиболее ответственных периодов жизни человека, в формировании физического здоровья и навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем. И это возраст, когда через двигательную деятельность ребенок познает мир, развиваются его психические процессы, воля, самостоятельность.

Основная задача педагога – это поддержание в игре достаточной активности всех детей, постепенное усложнение движений в соответствии с особенностями детей.

Дополнительная программа «Топ-хлоп, малыши!» направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей раннего возраста. Программа составлена на основе программы «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, рекомендованной Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста. При составлении программы учтены нормы и требования к нагрузке детей в течение недели. Программа составлена в соответствии с инструктивно – методическим письмом Министерства образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16, а также СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях».

В основу программы положена двигательно - игровая деятельность детей, являющаяся ведущей в воспитании и образовании малышей. Приобщение детей раннего возраста к физической культуре идет различным путем. В сфере музыкально - ритмической деятельности, оно происходит посредством доступных и интересных упражнений, музыкальных игр, танцев, хороводов.

Ритмика — вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ. Она доступна детям, начиная с раннего возраста, и даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, создаёт ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, даёт детям творческий импульс, возможность высвободить их энергию, умения контролировать своё тело, положительно влияет не только на физическую подготовку ребенка, но и развивает у него восприятие музыки и основные психологические функции детей (память, внимание, мышление, речь и воображение). Занятия ритмикой дарят ребенку радость движения, общения, обогащают его внутренний мир и помогают познать себя. А так же совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус, что создает у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии организма в целом.

**Актуальность данного опыта** состоит в реализации системы работы по музыкально-ритмическому развитию детей, позволяющей через занятия ритмической пластикой (движения под музыку)

- приобщать малышей к здоровому образу жизни,
- развивать эмоциональную, двигательную, коммуникативную сферу, тренировать отдельные виды психомоторных качеств: координацию движений, мелкую моторику и чувство ритма,
- способствовать раскрепощению мышечного аппарата, общему укреплению и оздоровлению организма.

Регулярные занятия — это хорошая профилактика таких проблем, как вялая осанка, сколиоз и плоскостопие. У ребенка формируется правильная походка, развивается координация и пластика тела.

В программе учтены и представлены все ее необходимые составляющие:

- оздоровительный компонент: содержание программы сориентировано на создание психологического комфорта и эмоционального благополучия каждого ребенка.
- здоровьесберегающий фактор: музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

#### **Цели и задачи программы «Топ-хлоп, малыши»:**

- Формирование интереса к музыкально – ритмическим движениям, эмоциональной отзывчивости на музыку.

Содействие умственному, физическому, социальному и эстетическому развитию детей раннего, всестороннему развитию личности детей раннего возраста средствами ритмической гимнастики.

- Создания условий для укрепления физического и психического здоровья детей, улучшения их двигательного статуса, формирования морально-этических качеств личности через двигательно-игровую деятельность.

- Приобщение детей к нормам здорового образа жизни.

Исходя из целей программы, предусматривается решение следующих основных педагогических задач: оздоровительных, образовательных, воспитательных.

#### *Оздоровительные задачи:*

- профилактика простудных заболеваний и травматизма.
- формировать правильную осанку.

#### *Образовательные задачи:*

- содействовать развитию чувства ритма, умения согласовывать движения с музыкой;
- обучать детей основным двигательным навыкам и умениям ходьбы, бега, прыжков, пружинным и маховым движениям, выразительным жестам, элементам плясовых движений («фонарики», топающий шаг и др.); развить выразительность движений, умение передавать в мимике и пантомимике образы знакомых животных и персонажей (Зайчиков, Мишек, Птичек и пр.);

- развивать психологические процессы (память двигательная, слуховая, образная);
- развить элементарные умения пространственных ориентировок: умение становиться друг за другом, двигаться «стайкой» за ведущим, по кругу, вперед и назад,
- развивать двигательные качества (гибкость, координация, выносливость) и умений;
- развивать музыкальные сенсорные способности: выполнять движения в соответствии с текстом песен и потешек, способствующих развитию речи.
- развивать творческие способности;
- развивать мелкую моторику.

#### *Воспитательные задачи:*

- воспитывать нравственные качества (уважительное отношение ко взрослым и к сверстникам).
- воспитывать умения эмоционального выражения, творчества в движениях;
- воспитывать общительность, умение контактировать со сверстниками и взрослыми;
- воспитывать умение видеть прекрасное.

- воспитывать личностные качества детей.
- воспитать интерес к музыкально-ритмическим движениям.

**Отличительная особенность** данной программы, от уже существующих в этой области, заключается в тщательном подборе музыки, специально подготовленных фонограммах с точно выверенным темпом звучания. Технология физического обучения и воспитания базируется на игровых методах и сочетании музыкальной деятельности с другими направлениями воспитательной работы с детьми.

Срок реализации программы 1 год. Программа составлена для детей раннего возраста (2-3 года). Учитывая особенности детей, занятия проводятся в группе в количестве до 10 человек.

#### **Ожидаемые результаты освоения программы.**

1. Улучшится общее физическое развитие, сформируется осанка.
2. Сформируется готовность и умение действовать в коллективе.
3. Сформируются навыки вербального и невербального общения.
4. Ребёнок развивается эмоционально.
5. Развиваются навыки мелкой и крупной моторики, а также слуховые, зрительные, тактильные способности к восприятию.
6. Дети научатся:
  - ритмично ходить под музыку, бегать, двигаться парами.
  - бегать не шаркая ногами, врасыпную, не наталкиваясь друг на друга;
  - собираться в круг в играх, хороводах, двигаться по кругу, взявшись за руки; - поднимать флажки, платочки, погремушки, помахивать ими.
  - хлопать в ладоши, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться как в одну, так и в другую сторону;
  - исполнять пружинящее качание на двух ногах; помахивать одной, двумя руками, легко прыгать на двух ногах, притопывая одной ногой.
  - выполнять образные движения: «зайчики прыгают», «птички летают», «машина едет», «лисичка (мишка) ходит», инсценировать в играх простые песни.

#### **Оценочные материалы:**

- Открытые занятия для родителей (1 раз в квартал).
- Видеоматериалы с занятий.
- Выступления детей на открытых мероприятиях.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 90968971127139709201549797461453131823202372996

Владелец Рябцун Юлия Викторовна

Действителен с 01.08.2022 по 01.08.2023