

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 № 1
от «31» августа 2022г.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад № 29
«Даренка» Ю.В.Рябцун
№ 272 -ОД от «31» августа 2022 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Ритмика»**

(для детей дошкольного возраста 4-5 лет)

Составитель:

Инструктор по физической культуре
Татьяна Михайловна Шеметова

г. Лесной

ание:

Паспорт программы	3
1. Пояснительная записка	4
1.1. Актуальность программы.....	4
1.2. Цели и задачи программы.....	4
1.3. Ожидаемые результаты	5
2. Содержательная часть программы «Ритмика»	6
2.1. Методы и формы образовательной деятельности	6
2.2. Структура занятий по ритмике и направленность каждой части... ..6	
2.3. Этапы работы и формы работы	7
2.4. Учебный план программы «Ритмика»	8
2.5. Содержание программы «Ритмика» (по возрастам)	8
2.6. Календарный учебный график.....	12
3. Организационная часть.....	12
3.1. Календарно-тематическое планирование по возрастам	12
3.2. Оценочные материалы	30
3.3. Методические материалы	32
3.4. Техническое оснащение занятий	35
3.5. Требования к подбору музыки	36
Заключение	37
Список используемой литературы.....	38

Паспорт программы

1	Полное название	Ритмика
2	Характеристика программы	<p>Программа предусматривает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ритмопластика (разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве); - Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов); - Разучивание танца (композиция); -Игровой танец; <p>Музыкально – двигательный этюд.</p>
3	Направление деятельности	Физкультурно-спортивная
4	Сроки реализации	2 года
5	Возраст дошкольников	3-5 лет
6	Цель программы	<p>Содействие всестороннему развитию личности дошкольника, средствами танцевально-игровой гимнастики.</p> <p>Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки у детей младшего дошкольного возраста.</p>
7	Краткое содержание программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отбор и начальная подготовка 2. Начальная специализированная подготовка. 3. Совершенствование и творческое самовыражение.
8	Прогнозируемые результаты	<p>Формирование эмоциональной отзывчивости на музыку, Лёгкости, пластичности, выразительности движений; умения выражать в танце, музыкальном движении динамику развития музыкального образа.</p>
9	Перспективы развития	<p>Занятия в хореографических студиях, участие в городских мероприятиях, концертная деятельность.</p>

1. Пояснительная записка.

1.1. Актуальность программы.

Данная программа предназначена для работы с детьми дошкольного возраста. Рассчитана программа для детей в возрасте от 3 до 5 лет (вторая младшая и средняя группа). Обучение реализуется в режиме совместной деятельности ребенка и педагога. Продолжительность: для детей от 3-4 года 15 мин. в неделю (1 занятие), для детей от 4-5 лет 30 мин. в неделю (1 занятие).

Ритмика - это гимнастика с оздоровительной направленностью, основным средством которой являются комплексы гимнастических упражнений, различные по своему характеру, выполняемые под ритмичную музыку и оформленные танцевальными движениями.

Достоинства ритмической гимнастики известны как средства воздействия на психическое и физическое состояние ребенка. Такие занятия воздействуют на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма.

Ритмика базируется на огромном арсенале разнообразных движений и упражнений. Умение передать свои чувства и переживания с помощью красивых жестов, движений, поз, мимики без излишнего напряжения и составляет двигательную культуру человека. Основой ее является мышечное чувство, которое и вырабатывается в ходе занятий ритмической гимнастикой. Правильная постановка рук и ног, удержание прямой осанки, правильная линия поз, оттянутые носочки, собранные кисти - вот неполная характеристика красивого движения. Занимаясь ритмической гимнастикой, дети получают представление о разнообразном мире движений, который, особенно на первых порах, является для них новым и необычным. В данной программе используются не только музыкально-ритмические движения, но и акробатические упражнения. В процессе обучения акробатическим упражнениям каждый ребенок прогибается в меру своих физических возможностей, без посторонней помощи, но при систематических упражнениях, наглядности и поощрениях повышает свои возможности.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика, игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями.

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

1.2. Цели и задачи программы.

Цель программы по ритмике – содействие гармоничному развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

На занятиях по ритмике работа с детьми ведется по следующим направлениям, которые решают следующие задачи:

Развитие музыкальности.

- Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;
- Развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- Развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

- Развитие ловкости, точности, координации движений;
- Развитие гибкости и пластичности;
- Формирование правильной осанки, красивой походки;
- Воспитание выносливости, развитие силы;
- Развитие умения ориентироваться в пространстве;
- Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- Развитие творческого воображения и фантазии;
- Развитие способности к импровизации в движении.

Развитие и тренировка психических процессов:

- Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- Тренировка подвижности нервных процессов;
- Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности:

- Воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- Воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

1.3. Ожидаемые результаты.

Основные показатели развития детей 3 – 4 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.

Основные показатели развития детей 4-5 лет, прошедших курс обучения по программе:

1. К концу года дети должны уметь выполнять более сложные комбинации, построения и перестроения;
2. Уметь быстро переключаться с одного движения на другое, с одной фигуры на другую.
3. Уметь выполнять более сложные комбинации гимнастических упражнений;
4. Уметь анализировать, давать самооценку при выполнении ритмических упражнений и акробатических этюдов.
5. Уметь уважать друг друга, иметь желание объединяться для коллективных композиций.
6. Уметь владеть своим телом.

2. Содержательная часть программы «Ритмика»

2.1. Методы и формы образовательной деятельности.

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

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

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

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

2.2. Структура занятий по ритмике и направленность каждой части.

- 1) *Вводная (разминка).*
 - разогревание организма.
- 2) *Основная (упражнения в исходном положении стоя).*
 - последовательная «проработка» мышц шеи, рук, туловища, ног.
- 3) *Бег и прыжки.*
 - максимальная нагрузка.
- 4) *Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа.*
 - комплексная проработка всех групп мышц.
- 5) *Заключительная.*
 - восстановление, упражнения на гибкость и расслабление.

- подготовительная часть, или разминка, обеспечивает разогревание организма, подготовку его к основной физической нагрузке. Вводную часть составляют упражнения, непосредственно воздействующие на весь организм ребёнка. Это движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки, упражнения на коррекцию свода стопы, общеразвивающие упражнения.

- в начале основной части следует серия упражнений различного характера: поднятие рук вверх, в стороны, упражнения для мышц шеи. Следующая серия упражнений – нагрузочная. Здесь предлагаются упражнения интенсивного характера: различные наклоны, раскачивания туловища, выпады, приседания. Подбираются они с таким расчётом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела. Эта серия упражнений проходит в быстром темпе.

- заканчивается основная часть танцевально-беговой серией упражнений. Она проходит в интенсивном темпе, одно упражнение быстро сменяется другим. Здесь не предусмотрено, какие виды прыжков вы будете делать. Главное – добиться высокой интенсивности в этой части комплекса. Затем предусмотрены 1-2 дыхательных упражнения, позволяющих немного отдохнуть и восстановить свои силы.

- затем следует партерная серия из исходных положений лёжа и сидя. Эта группа упражнений предназначена для развития гибкости позвоночника, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног. Все упражнения рекомендуется выполнять в умеренном темпе, так как они требуют наибольшей затраты энергии. Заканчивается комплекс упражнениями на дыхание, расслабление, гибкость, выполняемыми в медленном темпе. Упражнения на гибкость очень эффективны в конце комплекса, так как хорошо разогретые мышцы наиболее эластичны.

- завершается ритмическая гимнастика упражнениями на расслабление. Цель которых – обеспечить максимальный отдых детей в короткий промежуток времени. Это могут быть упражнения из исходных положений стоя, сидя, лёжа. Они способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности.

2.3. Этапы работы и формы обучения.

1 этап - отбор и начальная подготовка.

Основные задачи:

Изучение задатков и способностей детей. Общая физическая подготовка. Привитие навыков гимнастической школы. Воспитание устойчивого интереса и любви к занятиям ритмопластикой.

На начальном этапе применяются разнообразные ОРУ с целью развития опорно-двигательного аппарата занимающихся. Используются подвижные игры с элементами бега, прыжков, метания, лазанья. Постепенно вводятся элементы на точность и координацию движений. Закладывается фундамент технической подготовки – осваиваются элементы ритмопластики.

2 этап - начальная специализированная подготовка.

Основные задачи:

Всесторонняя физическая подготовка.

Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность).

Обучение основам техники гимнастических упражнений и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям.

Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.

Для этого этапа характерно углубленное освоение гимнастической школы.

Специализированная подготовка связана с большим объемом впервые осваиваемых элементов. Базовые элементы формируются в базовые комбинации. Широко используются средства специальной и общефизической подготовки с целью воспитания основных

двигательных качеств. Для преимущественного развития того или иного качества (быстроты, гибкости, выносливости и др.) используются специальные подготовительные и подводящие упражнения.

3 этап - совершенствование и творческое самовыражение.

Основные задачи:

Развитие специальных физических качеств.

Стабилизация и совершенствование техники упражнений.

Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.

Совершенствование хореографической подготовленности, "школы" движений, выработка выразительности и артистичности.

Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.

Приобретение опыта выступлений на праздниках.

Форма обучения.

Обучение детей проходит на специально организованной деятельности во второй половине дня. Способ организации – группа, количественный состав до 10 человек. Деятельность проводится 1 раз в неделю продолжительностью 15-20 минут (в зависимости от возраста детей)

2.4. Учебный план программы «Ритмика»

№ п/п	тема (раздел)	Первый год обучения (младшая группа 3-4 года). 1 занятие = 15 мин.	Второй год обучения (средняя группа 4-5 лет). 1 занятие = 20 мин.
1.	Вводное занятие	1	1
2.	Мониторинг, диагностика (тестирование)	2	2
3.	Игроритмика	5	4
4.	Игрогимнастика	5	5
5.	Игротанцы	5	5
6.	Танцевально-ритмическая гимнастика	5	6
7.	Игропластика	4	3
8.	Пальчиковая гимнастика	2	1
9.	Игровой самомассаж.	2	2
10.	Музыкально-подвижные игры.	3	3
11.	Креативная гимнастика	2	4
Итого		36 занятий =540 мин.	36 анятий = 720 мин.

2.5. Содержание программы «Ритмика» (по возрастам)

Первый год обучения.

1. Игроритмика. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко – тихо». Выполнение упражнений под музыку.

2. Игrogимнастика.

2.1 Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение врассыпную, бег врассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.

2.2 Общеразвивающие упражнения.

Упражнения без предмета. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений.

Упражнения с предметами. Упражнения с погремушками, султанчиками (хлопками).

2.3 Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положение рук, ног. Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку. Имитационные, образные упражнения.

2.4 Акробатические упражнения. Группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках. Перекаты в положении лежа, руки вверх и в седе на пятках с опорой на предплечья. Равновесие на носках с опорой и без нее. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

3. Игротанцы.

3.1 Хореографические упражнения. Полуприседы, подъемы на носки. Стойка руки на поясе и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений.

3.2 Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов.

3.3 Ритмические танцы. «Хоровод», «Мы пойдем сначала вправо», «Танец сидя», «Если весело живется», «Кузнечик», «Плюшевый медвежонок», «Галоп шестерками», «Качели», «Веселые зверята», «Сова».

4. Танцевально-ритмическая гимнастика.

Специальные композиции и комплексы упражнений: «У оленя дом большой», «На крутом берегу», «Мууренка», «Волшебный цветок», «Я танцую», «Чебурашка», «От улыбки».

5. Игрoпластика. Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

6. Пальчиковая гимнастика. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: сгибание и разгибание, приведение и отведение,

противопоставление пальцев рук при работе двумя руками и одной рукой. Игры-потешки. Выполнение фигурок из пальцев.

7. Игровой самомассаж. Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме.

8. Музыкально-подвижные игры. «Отгадай», «Чей голосок», «Найди свое место», «Нитка – иголка», «Попрыгунчики-воробышки», «Мы – веселые ребята», «Совушка», «Цапля и лягушки», «У медведя во бору», «Масленица». Музыкально-подвижные игры по ритмике. Подвижные, образные игры для строевых и общеразвивающих упражнений.

9. Креативная гимнастика. Музыкально-творческие игры «Кто я?», «Море волнуется». Специальные задания. «Создай образ», «Импровизация под песню».

Второй год обучения.

1. Игроритмика. Специальные упражнения для согласования движения с музыкой . хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет, только на первый счет. Выполнение простейших движений руками в различном темпе.

2. Игрогимнастика.

2.1 Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну. Повороты переступанием по команде. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога. Передвижение в обход шагом и бегом.

2.2 Общеразвивающие упражнения.

Упражнения без предмета. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Сочетание основных движений прямыми или согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой. Сочетание упоров с движениями ногами.

Упражнения с предметами. Упражнения с платочками, шарфиками, косынками.

2.3 Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Потряхивание кистями и предплечьями. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Расслабление рук в положении лежа на спине. Посегментное свободное расслабление рук в положении лежа на спине, потряхивание ногами из положения лежа на спине. Лежа на спине при напряжении мышц – выдох; при расслаблении мышц – вдох. Упражнения на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей. Имитационные, образные упражнения.

2.4 Акробатические упражнения.

Группировка в положениях лежа и сидя, перекаты в ней вперед – назад. Из упора присев переход в положение лежа на спине. Сед ноги врозь широко.

Равновесие на одной ноге с опорой и без опоры. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

3. Игротанцы.

3.1 Хореографические упражнения. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Выставление ноги в сторону на носок. Повороты направо\налево, переступая на носках. Полуприседы, стоя боком к опоре. Комбинации хореографических упражнений.

3.2 Танцевальные шаги. Мягкий, высокий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги. Прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же – с поворотом на 360 градусов. Поворот на 360 на шагах. Комбинации из изученных танцевальных шагов.

3.3 Ритмические и бальные танцы «Разноцветная игра», полька «Старый жук», «Стирка», «Полька-хлопушка», «Снежный танец», «Волшебный цветок», «Трактористы», «Ромашки и букашки», «Веселая уборка», «Черепашка».

4. Танцевально-ритмическая гимнастика.

(медиальные композиции и комплексы упражнений) «Осень», «Карусельные лошадки», «Гусеница», «Песня короля», «Кузничик», «Воробьиная дискотека», «Салют», «Упражнение с платочками», «Барбарики».

5. Игропластика. Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

6. Пальчиковая гимнастика.

Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: поочередное сгибание и разгибание пальцев, работа одним пальцем, круговые движения кистью и пальцами, выставление одного, двух и т.д. пальцев, «сцепление», соединение большого пальца с другими, касание пальцев одной руки с другой рукой («здороваются»), движение пальцев по различным частям тела и поверхности стола. Упражнение пальчиками с речитативом.

7. Игровой самомассаж. Поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно-игровой форме.

8. Музыкально-подвижные игры «Карлики и великаны», «Найди предмет», «Два Мороза», «Автомобили», «Воробушек», «Космонавты», «Усни-трава», «Поезд», «Музыкальные стулья»; музыкально-подвижные игры по ритмике и с использованием строевых и общеразвивающих упражнений.

9. Креативная гимнастика. Музыкально-творческие игры «Ай да я!», «Творческая импровизация». Специальные задания «Художественная галерея», «Выставка картин», «На космических просторах».

2.6. Календарный учебный график

Режим работы учреждения: 12 часов (с 7.00 до 19.00)		
Продолжительность рабочей недели	5 дней (с понедельника по пятницу)	
Выходные дни	суббота, воскресенье и государственные праздники	
Продолжительность учебного года		
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
Каникулы	зимние с 30.12.2019 г. по 10.01.2020г.	летние с 01.06.2020 г. по 31.08.2020 г.
Педагогическая диагностика достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы кружка		
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.	

3. Организационная часть.

3.1. Календарно-тематическое планирование по возрастам.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Задачи:

1. Учить детей в умеренном и быстром темпе переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой.
2. Учить перестраиваться из круга в рассыпную и обратно.
3. Совершенствовать умение выполнять образные движения.
4. Развивать зрительную память, наблюдательность, мышечную силу, гибкость, выносливость, координацию.
5. Формировать умение понимать настроение и характер музыки, повышать эмоциональный настрой детей.
6. Воспитывать силу воли, самостоятельность.

№ занятия	Тема	Цели, задачи	Программное содержание
сентябрь			
1	«Давайте знакомиться» (диагностическое)	Создать благоприятный эмоциональный фон, заложить основу для плодотворной, творческой работы с группой. Развивать чувство ритма, внимание, память, совершенствовать умение	- Строевые упражнения (построения в шеренгу и колонну по команде); - Игроритмика (хлопки в такт музыки); - Общеразвивающие упражнения без предмета; - Танцевальные шаги (с носка, на носках); - Музыкально-подвижная игра «Найди свое место»; - Игровой самомассаж

		выполнять различные виды ходьбы.	
2	«Кто такой Чевостик?» (диагностическое)	Стимулировать эмоциональное восприятие веселого приветствия детей в песенке. Воспитывать коммуникативные качества. Развивать двигательную активность детей в соответствии с характером музыки.	-Строевые упражнения (построения в шеренгу и колонну по команде, передвижения в сцеплении за руки); - Игроритмика (хлопки в такт музыки); - Общеразвивающие упражнения без предмета; - Танцевальные шаги (с носка, на носках); - Музыкально-подвижная игра «Найди свое место»; - Игровой самомассаж
3	«Где ты был, Чевостик?»	Развивать эмоционально-образное восприятие музыкальных произведений, различных по характеру. Учить эмоционально исполнять песню шутливого характера.	-Строевые упражнения (построения в круг с передвижениями в различных направлениях, построения в шеренгу и колонну по команде, передвижения в сцеплении за руки); - Игроритмика (хлопки в такт музыки); - Общеразвивающие упражнения без предмета (полуприсед, упоры); - Танцевальные шаги (с носка, на носках); - Музыкально-подвижная игра «Нитка – иголка»; - Акробатические упражнения. Группировки; - Игровой самомассаж; - Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки.
4	«Осенние звуки»	Развивать чувство ритма, ориентацию в пространстве, коммуникативные качества, внимание и выразительность движений в танце и игре.	-Строевые упражнения (построения в круг с передвижениями в различных направлениях, построения в шеренгу и колонну по команде, передвижения в сцеплении за руки); - Игроритмика (хлопки в такт музыки, ходьба сидя на стуле); - Общеразвивающие упражнения без предмета (полуприсед; упоры); - Танцевальные шаги (с носка, на носках, полуприсед на одной ноге); - Музыкально-подвижная игра «Нитка – иголка»; - Акробатические упражнения. Группировки; - Танцевальная импровизация с осенними листочками; - Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки.
Октябрь			
1	«Музыка осеннего леса»	Помочь детям найти средства выражения образа в движениях, мимике, жестах. Развитие образного восприятия музыки, умения передавать в движениях контрастный игровой образ (Мишка, Белочка, Кошечка, Зайчик, Лисичка).	- Игроритмика (ходьба, сидя на стуле, хлопки в такт музыки); - Строевые упражнения (построение в шеренгу, круг, передвижение по кругу в различных направлениях, бег враспынную); - Общеразвивающие упражнения без предмета (комплекс ОРУ из пройденного материала); - Акробатические упражнения (сед ноги врозь, сед на пятки); - Танцевальные шаги (пружинные полуприседы, полуприсед на одной ноге с выставление другой на

			<p>пятку);</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ритмический танец «Танец сидя», танец с осенними листочками; - Музыкально-подвижная игра «Найди свое место», «Зайцы и медведь»; - Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки.
2	«Первые снежинки»	<p>Закреплять знания об окружающем мире. Учить сочетать движения с характером музыки. Исполнение ритмической пульсации в музыкально-ритмических играх и упражнениях.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Игроритмика (ходьба, сидя на стуле, хлопки в такт музыки); - Строевые упражнения (перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам: «шишки, желуди, орехи» - образно-двигательные действия); - Общеразвивающие упражнения с предметом (погремушки, султанчики, хлопки); - Акробатические упражнения (перекаты в положении лежа, руки вверх «бревно» и в седее на пятках с опорой на предплечья); - Танцевальные шаги (пружинные полуприседы, полуприсед на одной ноге с выставление другой на пятку, приставной шаг); - Ритмический танец «Танец сидя», музыкально-ритмическая композиция «Плюшевый медвежонок»; - Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки»; - Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки. Расслабление с выдохом.
3	«Зимний лес»	<p>Побуждать детей к восприятию песен, вызывая желание вслушиваться в настроение. Учить передавать характерные особенности музыкального образа в движениях.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Игроритмика (ходьба, сидя на стуле, хлопки в такт музыки); - Строевые упражнения (перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам: «шишки, желуди, орехи» - образно-двигательные действия); - Общеразвивающие упражнения с предметом (погремушки, султанчики, хлопки); - Ритмический танец «Кузнечик», «Плюшевый медвежонок»; - Акробатические упражнения (перекаты в положении лежа, руки вверх «бревно» и в седее на пятках с опорой на предплечья); - Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки»; - Сказкатерапия. «Зимний лес». - Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки лежа на полу. Расслабление с выдохом.
4	«Зимний теремок»	<p>Развивать творческую активность детей в игре на музыкальных инструментах. Выявить уровень продуктивного компонента у детей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построения в шеренгу, круг); - Танцевальные шаги (приставной шаг в сторону, шаг с небольшим подскоком); - Игроритмика (акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле); - Танцевально-ритмическая гимнастика (упражнение с погремушками, султанчиками или хлопками «У оленя дом большой»); - Ритмический танец «Кузнечик», «Плюшевый медвежонок»;

			<ul style="list-style-type: none"> - Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки»; - Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки лежа на полу. Расслабление с выдохом.
Ноябрь			
1	«Музыка для елочки»	<p>Познакомить с историей возникновения песни «В лесу родилась елочка». Развивать координацию речи и движений. Развивать фантазию и воображение, учить высказываться о музыке.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом); - Танцевальные шаги (приставной шаг в сторону, шаг с небольшим подскоком); - Игроритмика (акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле); - Танцевально-ритмическая гимнастика «У оленя дом большой»; - Ритмический танец «Кузнечик», «Плюшевый медвежонок»; - Подвижная игра «У медведя во бору»; - Хореографические упражнения (полуприседы, подъемы на носки, свободные плавные движения руками); - Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки лежа на полу. Имитационно-образные упражнения на осанку.
2	«Поезд из Куролесья»	<p>Ввести в сказочно-игровую ситуацию, развивать воображение, тембровый слух. Продолжать развитие выразительности эмоций. Учить выполнять хороводный шаг, притопы, поскоки в соответствии с характером музыки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение по ориентирам-«цветочкам»); - Игроритмика (акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, в положении лежа); - Ритмический танец «Кузнечик», «Плюшевый медвежонок»; - Акробатические упражнения (комбинация в образно-двигательных действиях: группировка лежа на спине «качалочка» перекатом вперед сед на ноги врозь «Буратино»); - Танцевально-ритмическая гимнастика «У оленя дом большой»; - Подвижная игра «У медведя во бору»; - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на осанку. Сед ноги врозь – «Буратино».
3	«Зимние подарки»	<p>Помочь войти в игровую ситуацию. Развивать внимание, звуковысотный слух, выразительность жеста. Работа над дикцией, проговаривание текста на распев.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построения в кругу); - Игроритмика (акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, в положении лежа); - Пальчиковая гимнастика (общеразвивающие упражнения пальчиками); - Акробатические упражнения (комбинация в образно-двигательных действиях: группировка лежа на спине «качалочка» перекатом вперед сед на ноги врозь «Буратино»); - Танцевально-ритмическая гимнастика «У оленя

			дом большой»; - Креативная гимнастика (творческая игра «Кто я?»); - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на осанку. Сед ноги врозь – «Буратино».
4	«Дед Мороз, приходи» или «На лесной опушке» Новогодний праздник (сюжетный урок)	Доставить детям эстетическое наслаждение. Развивать воображение, умение входить в сказочно-игровую ситуацию. Содействовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве.	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Поход» - различные элементы движений, выполняемые под слова стихотворения. 2. Танцевально-ритмическая гимнастика «У оленя дом большой». 3. Комплекс общеразвивающих упражнений типа зарядки. 4. Игра «Цапля и лягушки». 5. Танец «Кузнечик», «Плюшевый медвежонок». 6. Игра «У медведя во бору».
Декабрь			
1	«Волшебная шкатулка»	Поддерживать интерес к участию в праздничных представлениях, используя приобретенные навыки и умения. Развивать музыкальную память. Воспитывать желание исполнять любимые танцы и песни.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (музыкально-подвижная игра «Быстро по местам!»); - Игроритмика (акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта); - Ритмический танец «Если весело живется»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом берегу»; - Пальчиковая гимнастика (общеразвивающие упражнения пальчиками); - Игропластика (упражнения для развития силы мышц); - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на осанку.
2	«Зимние забавы»	Воспитывать познавательный интерес к зимующим птицам. Учить расслаблять мышцы тела, развивать выразительность движений.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в круг); - Игроритмика (акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта и сужение-расширение круга, ориентируясь на динамику); - Музыкально-подвижная игра по ритмике; - Танцевальные шаги (комбинации из танцевальных шагов); - Ритмический танец «Если весело живется»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом берегу»; - Пальчиковая гимнастика (общеразвивающие упражнения пальчиками); - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на осанку
3	«Цветик-семицветик»	Развивать координацию движений и речи. Развивать чувство ритма, тембровый слух. Развивать двигательное творчество, музыкальную память.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в круг); - Креативная гимнастика (импровизация движений с цветами); - Игроритмика (акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта и сужение-расширение круга, ориентируясь на динамику);

			<ul style="list-style-type: none"> - музыкально-подвижная игра по ритмике («Эхо»); - Танцевальные шаги (комбинации из танцевальных шагов); - Ритмический танец «Если весело живется»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом берегу», «Волшебный цветок»; - Пальчиковая гимнастика (выполнение фигурок пальчиками); - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук.
4	«Цветик-семицветик»	Развивать координацию движений и речи. Развивать чувство ритма, тембровый слух. Развивать двигательное творчество, музыкальную память.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в круг); - Креативная гимнастика (импровизация движений с цветами); - Игроритмика (акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта и сужение-расширение круга, ориентируясь на динамику); - музыкально-подвижная игра по ритмике («Эхо»); - Танцевальные шаги (комбинации из танцевальных шагов); - Ритмический танец «Если весело живется»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом берегу», «Волшебный цветок». - Пальчиковая гимнастика (выполнение фигурок пальчиками); - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук.
Январь			
1	«Будем в армии служить»	Развивать внимание, организацию. Работа над ансамблем в игре на музыкальных инструментах и в пении: формировать умение вместе начинать и заканчивать.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построения в кругу); - Игроритмика (поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 и на каждый счет; игра на музыкальных инструментах под счет); - Танцевальные шаги (сочетание танцевальных шагов с носка, шагов с небольшим подскоком и приставных шагов); - Ритмический танец «Галоп шестерками» на приставном шаге; - Танцевально-ритмическая гимнастика (упражнение в седах и упорах. «Песня Муренки»); - Игропластика (специальные упражнения на развитие силы мышц «Морские фигуры»); - Креативная гимнастика («Море волнуется»).
2	«Наша служба и опасна, и трудна».	Способствовать воспитанию чувства организованности. Развивать координацию речи и движения. Работать над эмоциональностью исполнения танцевальных	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построения в кругу); - Игроритмика (поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 и на каждый счет; игра на музыкальных инструментах под счет); - Ритмический танец «Галоп шестерками» на приставном шаге; - Танцевально-ритмическая гимнастика (упражнение в седах и упорах. «Песня Муренки»); - Игропластика (специальные упражнения на

		движений.	развитие гибкости - «Морские фигуры»); - Креативная гимнастика («Море волнуется»).
3	«Космическое путешествие»	Учить различать характер музыки. Развивать умение высказываться о музыке. Работать над ансамблем исполнения песен и танцев.	- Строевые упражнения (построения в кругу. Игра «У ребят порядок строгий»); - Игроритмика (поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 и на каждый счет; игра на музыкальных инструментах под счет); - Хореографические упражнения (комбинации партерной гимнастики); - Ритмический танец «Галоп шестерками» на приставном шаге; - Танцевально-ритмическая гимнастика (упражнение в седах и упорах. «Песня Мууренки»); - Игропластика (повторение упражнений - «Морские фигуры»); - Креативная гимнастика (импровизация движений инопланетян).
4	«Масленица дорогая»	Работа над целостностью исполнения песен. Учить детей самостоятельно определять характер исполнения новых песен.	- Строевые упражнения (построения в кругу. Игра «У ребят порядок строгий»); - Игроритмика (поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 и на каждый счет; игра на музыкальных инструментах под счет); - Танцевально-ритмическая гимнастика («У оленя дом большой», «На крутом берегу», «Волшебный цветок», «Песня Мууренки»); - Музыкально-подвижная игра «Масленица»; - Игропластика (повторение упражнений - «Морские фигуры»); - Креативная гимнастика («Создай образ»); - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук.
Февраль			
1	«Весны улыбки теплые» (подготовка к 8 марта)	Создание праздничного настроения. Работать над выразительным исполнением концертных номеров. Воспитывать желание участвовать в исполнительской деятельности.	- Строевые упражнения (построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении); - Игроритмика (выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта, ориентировка на динамику); - Ритмический танец «Качели»; - Акробатика (комбинация акробатических упражнений в образно-двигательных действиях – «Ванька-встанька», «Мальвина-балерина», «Солдатик»); - Музыкально-подвижная игра «Отгадай, чей голосок?»; - Игровой самомассаж («Ладошки-мочалка», «Смываем водичкой руки, ноги»)
2	«Весенняя история»	Развивать воображение, фантазию, умение связно высказывать свои мысли. Развивать умение подбирать танцевальные движения к веселому характеру музыки.	- Строевые упражнения (построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении); - Музыкально-подвижная игра «Отгадай, чей голосок?»; - Игроритмика (выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта, ориентировка на динамику); - Танцевально-ритмическая гимнастика (упражнение «От улыбки»); - Акробатика (комбинация акробатических упражнений)

			<p>в образно-двигательных действиях – «Ванька-встанька», «Мальвина-балерина», «Солдатик»);</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ритмический танец «Качели»; - Игровой самомассаж («Ладочки-мочалка», «Смываем водичкой руки, ноги»).
3	«Затейники»	<p>Развивать танцевальное творчество, помочь найти движения, соответствующие веселому, легкому характеру польки, закрепить умение выполнения поскоков, галопа.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в круг и передвижение по кругу); - Игроритмика (различие динамики звука «громко-тихо»); - Ритмический танец «Качели»; - Музыкально-подвижная игра «Попрыгунчики-воробышки»; - Танцевально-ритмическая гимнастика (упражнение «От улыбки»); - Пальчиковая гимнастика «Сорока-белобока»; - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук.
4	«Найди свою пару»	<p>Учить преодолевать двигательный автоматизм. Формировать умение изменять движения в соответствии с двухчастным строением мелодии. Развивать скорость реакции.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в шеренгу и колонну по распоряжению); - Игроритмика (различие динамики звука «громко-тихо»); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Разноцветная игра», «Найди свою пару»; - Музыкально-подвижная игра «Попрыгунчики-воробышки»; - Пальчиковая гимнастика (общеразвивающие упражнения пальчиками); - Ритмический танец «Веселые зверята», «Качели»; - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук.
Март			
1	«Сказки-шумелки»	<p>Расширять знания о различных видах музыкальных инструментов (струнные, ударные, клавишные). Развивать тембровый и звуковысотный слух. Формировать умение различать звучание различных инструментов в оркестре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в шеренгу и колонну по распоряжению); - Игроритмика (различие динамики звука «громко-тихо»); - Музыкально-подвижная игра «Мы – веселые ребята»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Разноцветная игра», «Найди свою пару»; - Креативная гимнастика (специальные задания «Создай образ»); - Сказкотерапия «В детском клубе»; - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук.
2	«Сказки-шумелки»	<p>Расширять знания о различных видах музыкальных инструментов (струнные, ударные, клавишные). Развивать</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в шеренгу и колонну по распоряжению); - Игропластика (комплекс упражнений «Зоопарк»); - Общеразвивающие упражнения на полу под песню «Я на солнышке лежу»;

		тембровый и звуковысотный слух. Формировать умение различать звучание различных инструментов в оркестре.	<ul style="list-style-type: none"> - Музыкально-подвижная игра «Попрыгунчики-воробышки»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Разноцветная игра», «От улыбки»; - Ритмический танец «Веселые зверята»; - Сказкотерапия «Магазин игрушек»; - Музыкально-подвижная игра «Ленточки-хвосты».
3	«Весенние звуки»	Закрепить знания детей об инструментах симфонического оркестра. Помочь детям войти в образ и проявить себя в игровой, танцевальной, изобразительной импровизации. Воспитывать интерес к творчеству композиторов-классиков.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение врассыпную); - Игроритмика (Выполнение основных движений (наклона, приседа, маха и т.д.) на сильную долю такта); - Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо»; - Музыкально-подвижная игра «Мы – веселые ребята»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Найди свою пару», «Чебурашка»; - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук.
4	«Весенние звуки»	Закрепить знания детей об инструментах симфонического оркестра. Помочь детям войти в образ и проявить себя в игровой, танцевальной, изобразительной импровизации. Воспитывать интерес к творчеству композиторов-классиков.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение врассыпную); - Игроритмика (Выполнение основных движений (наклона, приседа, маха и т.д.) на сильную долю такта); - Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо»; - Музыкально-подвижная игра «Совушка»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка»; - Ритмический танец «Сова»; - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук
Апрель			
1	«Весенний симфонический оркестр»	Закрепить знания о различных видах музыкальных инструментов (струнные, ударные, клавишные). Воспитывать интерес к творчеству композиторов-классиков.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение врассыпную); - Игроритмика (выполнение ОРУ руками в различном темпе); - Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо», «Сова»; - Игропластика (комплексы упражнений на силу мышц разгибателей спины и брюшного пресса); - Музыкально-подвижная игра «Совушка»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка». «Разноцветная игра»; - Сказкотерапия «Оркестр»; - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук.
2	«Музыкальные загадки»	Выявить уровень тембрового слуха, уровень развития музыкальной памяти.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения «Сказочный лес»; - Игроритмика «Сказочная зарядка» (перестроение, потягивание, наклоны, упражнения: «Дровосек», «Царь горох», «Выпады», «Прыжки», «Потопаем»);

			<ul style="list-style-type: none"> - Ритмический танец «Сова», «Мы пойдем сначала вправо»; - Акробатические упражнения (различные виды группировок); - Музыкально-подвижная игра «Совушка»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка». «Разноцветная игра».
3	«Юные солисты»	<p>Выявить уровень звуковысотного слуха. Выявить уровень репродуктивного компонента у детей. Поощрять самостоятельное творческое проявление детей в разных видах музыкальной деятельности. Помочь психологически раскрепоститься детям. Обогатить творческий потенциал ребенка, чтобы он осознал собственную уникальность, неповторимость, единственность в своем роде.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построения в кругу); - Музыкально-подвижная игра по ритмике «Найди предмет». - Игроритмика (выполнение общеразвивающих упражнений под музыку); - Ритмический танец «Лавота», «Каравай»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую»; - Хореографические упражнения на укрепление осанки; - Пальчиковая гимнастика (игры пальчиками. «Игра на рояле»); - Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения на расслабление рук и ног.
4	«Вот и стали мы большим и» (праздник)	<p>Доставить детям радость. Обогащать музыкально-ритмический опыт.</p>	<p>Закрепление пройденного материала в форме конкурса танцев. Ритмические танцы: «Кузнечик», «Качели», «Каравай», «Сова», «Разноцветная игра», «Мы пойдем сначала вправо» и др.</p>

Средняя группа (от 4 до 5 лет).

Задачи:

1. Учить детей выполнять более сложные комбинации, построения и перестроения.
2. Учить быстро переключаться с одного движения на другое, с одной фигуры на другую.
3. Формировать умение выполнять более сложные комбинации ритмических упражнений.
4. Продолжать развивать зрительную память, наблюдательность, мышечную силу, гибкость, выносливость.
5. Развивать способность к анализу, самооценке при выполнении ритмических упражнений и акробатических этюдов.
6. Воспитывать организованность, уважение друг к другу, желание объединяться для коллективных композиций.
7. Совершенствовать чувства ритма, музыкальность.

№ занятия	Тема	Цели, задачи	Программное содержание
-----------	------	--------------	------------------------

ОКТАБРЬ

1	«Давайте знакомиться» (диагностическое)	Создать благоприятный эмоциональный фон, заложить основу для плодотворной, творческой работы с группой. Развивать чувство ритма, внимание, память, совершенствовать умение выполнять различные виды ходьбы.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в шеренгу и колонну, построение в круг, разные виды ходьбы); - Игроритмика (хлопки на каждый счет и через счет); - Общеразвивающие упражнения без предмета (сочетание движений прямыми и согнутыми руками); - Хореографические упражнения (Танцевальные позиции ног и рук); - Ритмический танец «Полька-хлопушка»; - Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.
2	«Кто такой Чевостик?» (диагностическое)	Стимулировать эмоциональное восприятие веселого приветствия детей в песенке. Воспитывать коммуникативные качества. Развивать двигательную активность детей в соответствии с характером музыки.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по ориентирам); - Игроритмика (удары ногой на каждый счет и через счет); - Общеразвивающие упражнения без предмета (стойки на прямых и согнутых ногах в сочетании с движениями руками, туловищем, головой); - Хореографические упражнения (Танцевальные позиции ног и рук); - Танцевальные шаги (приставной и скрестный шаг в сторону); - Ритмический танец «Полька-хлопушка»; - Танец «Разноцветная игра»; - Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (раскачивание руками в различных исходных положениях).
3	«Где ты был, Чевостик?»	Развивать эмоционально-образное восприятие музыкальных произведений, различных по характеру. Учить эмоционально исполнять песню шуточного характера.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по ориентирам, перестроение из одной колонны в несколько); - Игроритмика (шаги на каждый счет и через счет); - Общеразвивающие упражнения без предмета (стойки на прямых и согнутых ногах в сочетании с движениями руками, туловищем, головой. Сочетание упоров с движениями ногами); - Хореографические упражнения (Танцевальные позиции ног и рук); - Танцевальные шаги (приставной и скрестный шаг в сторону); - Танец «Разноцветная игра»; - Музыкально-подвижная игра «Космонавты»; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (раскачивание руками в различных исходных положениях, упражнения на осанку).
4	«Осенние звуки»	Развивать чувство ритма, ориентацию в пространстве, коммуникативные качества, внимание и	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по ориентирам, перестроение из одной колонны в несколько); - Игроритмика (шаги на каждый счет и через счет); - Общеразвивающие упражнения без предмета

		выразительность движений в танце и игре.	(стойки на прямых и согнутых ногах в сочетании с движениями руками, туловищем, головой. Сочетание упоров с движениями ногами); - Танцевальные шаги (приставной и скрестный шаг в сторону); - Танец «Разноцветная игра»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Осень» (композиция с осенними листьями); - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (раскачивание руками в различных исходных положениях, упражнения на осанку).
НОЯБРЬ			
1	«Музыка осеннего леса»	Помочь детям найти средства выражения образа в движениях, мимике, жестах. Развитие образного восприятия музыки, умения передавать в движениях контрастный игровой образ (Мишка, Белочка, Кошечка, Зайчик, Лисичка).	- Строевые упражнения (построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению. Перестроение в круг); - Игроритмика (хлопки на сильную долю); - Ритмический танец «Старый жук»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Осень» (композиция с осенними листьями); - Музыкально-подвижная игра «Ракеты», «Поезд». - Пальчиковая гимнастика (поочередное сгибание и разгибание пальцев рук); - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (наклоны, приседы, повороты туловища с сцепленными руками за спиной).
2	«Первые снежинки»	Закреплять знания об окружающем мире. Учить сочетать движения с характером музыки. Исполнение ритмической пульсации в музыкально-ритмических играх и упражнениях.	- Строевые упражнения (построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению в образно-двигательных действиях); - Игроритмика (притоп на сильную долю); - Ритмический танец «Старый жук»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Осень» (композиция с осенними листьями); - Музыкально-подвижная игра «Поезд»; - Игропластика (упражнения для развития гибкости); - Игровой самомассаж.
3	«Зимний лес»	Побуждать детей к восприятию песен, вызывая желание вслушиваться в настроение. Учить передавать характерные особенности музыкального образа в движениях.	- Строевые упражнения (построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению в образно-двигательных действиях); - Игроритмика (чередование хлопков и притопов на сильную долю такта); - Ритмический танец «Старый жук»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки»; - Музыкально-подвижная игра «Поезд»; - Игропластика (упражнения для развития мышечной силы в заданиях по станциям); - Пальчиковая гимнастика; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (наклоны, приседы, повороты туловища с сцепленными руками за спиной).
4		Развивать творческую	- Строевые упражнения (перестроение в шеренгу и

	«Зимний теремок»	активность детей в игре на музыкальных инструментах. Выявить уровень продуктивного компонента у детей.	колонну); - Музыкально-подвижная игра «Конники-спортсмены»; - Ритмический танец «Снежный танец»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки»; - Пальчиковая гимнастика; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (контрастные движения руками на напряжение и расслабление).
ДЕКАБРЬ			
1	«Музыка для елочки»	Познакомить с историей возникновения песни «В лесу родилась елочка». Развивать координацию речи и движений. Развивать фантазию и воображение, учить высказываться о музыке.	- Строевые упражнения (бег по кругу и ориентирам); - Музыкально-подвижная игра «Конники-спортсмены»; - Танцевальные шаги (сочетание приставных и скрестных шагов в сторону); - Ритмический танец «Снежный танец»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки»; - Пальчиковая гимнастика; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (контрастные движения руками на напряжение и расслабление).
2	«Поезд из Куролесья»	Ввести в сказочно-игровую ситуацию, развивать воображение, тембровый слух. Продолжать развитие выразительности эмоций. Учить выполнять хороводный шаг, притопы, поскоки в соответствии с характером музыки.	- Строевые упражнения (бег по кругу и ориентирам); - Танцевальные шаги (сочетание приставных и скрестных шагов в сторону); - Ритмический танец «Снежный танец». - Танцевально-ритмическая гимнастика «Гусеница», «Карусельные лошадки»; - Акробатические упражнения (равновесие на одной ноге с опорой и без нее); - Игропластика (упражнения для развития мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях и заданиях); - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (контрастные движения руками на напряжение и расслабление).
3	«Зимние подарки»	Помочь войти в игровую ситуацию. Развивать внимание, звуковысотный слух, выразительность жеста. Работа над дикцией, проговаривание текста на распев.	- Строевые упражнения (построение в круг); - Игроритмика (поднимание и опускание рук на счет); - танцевальные шаги (мягкий высокий шаг на носках, поворот на 360 градусов на шагах); - Хореографические упражнения (полуприседы, выставление ноги в сторону, повороты направо-налево); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Гусеница», «Песня Короля»; - Музыкально-подвижная игра «Найди предмет»
4	«Дед Мороз, приходи» или «На лесной»	Доставить детям эстетическое наслаждение. Развивать воображение, умение входить в сказочно-игровую ситуацию.	- Строевые упражнения (построение в круг); - Игроритмика (хлопки в ладоши на каждый счет); - Танцевальные шаги (сочетание приставных и скрестных шагов в сторону); - Хореографические упражнения (полуприседы,

	опушке» Новогодн ий праздник (сюжетны й урок)	Содействовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве.	выставление ноги в сторону, повороты направо-налево); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Гусеница», «Песня Короля»; - Ритмический танец «Снежный танец». - Игропластика (упражнения для развития мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях и заданиях); - Музыкально-подвижная игра «Найди предмет»
ЯНВАРЬ			
1	«Волшебная шкатулка»	Поддерживать интерес к участию в праздничных представлениях, используя приобретенные навыки и умения. Развивать музыкальную память. Воспитывать желание исполнять любимые танцы и песни.	- Строевые упражнения (передвижение шагом и бегом. Построение в круг); - Игроритмика (хлопки в ладоши на каждый счет); - Ритмический танец «Стирка»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня Короля», «Карусельные лошадки», «Гусеница»; - Музыкально-подвижная игра «Музыкальные стульчики»; - Игровой самомассаж.
2	«Зимние забавы»	Воспитывать познавательный интерес к зимующим птицам. Учить расслаблять мышцы тела, развивать выразительность движений.	- Строевые упражнения (передвижение шагом и бегом. Построение в круг); - Игроритмика (расширение и сужение круга ориентируясь на динамику); - Ритмический танец «Стирка»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Кузнечик»; - Музыкально-подвижная игра «Музыкальные стульчики»; - Игровой самомассаж; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа).
3	«Цветик-семицветик»	Развивать координацию движений и речи. Развивать чувство ритма, тембровый слух. Развивать двигательное творчество, музыкальную память.	- Строевые упражнения (построение в шеренгу); - Игроритмика (выполнение различных простых движений руками в различном темпе); - Хореографические упражнения (комбинации из различных позиций рук); - Танцевальные шаги (комбинация на изученных танцевальных шагах. Построение в круг); - Ритмический танец «Стирка», «Волшебный цветок»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Кузнечик»; - Музыкально-подвижная игра «Музыкальные стульчики»; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа).
4	«Цветик-семицветик»	Развивать координацию движений и речи. Развивать чувство ритма, тембровый слух. Развивать двигательное творчество, музыкальную память.	- Строевые упражнения (построение в шеренгу, сцепление за руки); - Игроритмика (выполнение различных простых движений руками в различном темпе); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Кузнечик»; - Ритмический танец «Волшебный цветок»; - Музыкально-подвижная игра «Автомобили»;

			<ul style="list-style-type: none"> - Игропластика (упражнение на развитие мышечной силы в заданиях); - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (имитационные, образные упражнения на дыхание в положении стоя).
ФЕВРАЛЬ			
1	«Будем в армии служить»	Развивать внимание, организацию. Работа над ансамблем в игре на музыкальных инструментах и в пении: формировать умение вместе начинать и заканчивать.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в рассыпную); - Общеразвивающие упражнения без предметов (сочетание упоров с движениями ногами); - Акробатические упражнения (группировки в положении сидя, лежа); - Танцевальные шаги (прыжки с ноги на ногу, повороты на 360 градусов); - Ритмический танец «Волшебный цветок», «Трактористы»; - Музыкально-подвижная игра «Воробушки»; - Пальчиковая гимнастика; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (упражнения на укреплении осанки в стойке с захватом локтей за спиной).
2	«Наша служба и опасна, и трудна».	Способствовать воспитанию чувства организованности. Развивать координацию речи и движения. Работать над эмоциональностью исполнения танцевальных движений.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в шеренгу, сцепление за руки); - Игроритмика (выполнение простых движений руками в различном темпе); - Ритмический танец «Трактористы». - Акробатические упражнения (комбинация упражнений в образно-двигательных действиях); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Кузнечик», «Воробьиная дискотека»; - Музыкально-подвижная игра «Воробушки»; - Пальчиковая гимнастика; - Игровой самомассаж.
3	«Космическое путешествие»	Учить различать характер музыки. Развивать умение высказываться о музыке. Работать над ансамблем исполнения песен и танцев.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в шеренгу, колонну, круг по звуковому сигналу); - Ритмический танец «Трактористы», «Волшебный цветок»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Кузнечик», «Воробьиная дискотека», «Карусельные лошадки», «Песня Короля»; - Креативная гимнастика (специальные игровые задания «На космических просторах»); - Музыкально-подвижная игра «Ракеты».
4	«Масленица дорогая»	Работа над целостностью исполнения песен. Учить детей самостоятельно определять характер исполнения новых песен.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в шеренгу, колонну, круг по звуковому сигналу); - Танцевальные шаги (приставной и скрестный шаг в сторону. Переменный и русский хороводный шаг. Комбинации на изученных шагах в сцеплении за руки в кругу); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Кузнечик», «Барбарики»; - Музыкально-подвижная игра «Усни-трава»; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и

			на укрепление осанки (упражнения на расслабление рук и ног в положении лежа на спине).
МАРТ			
1	«Весны улыбки теплые» (подготовка к 8 марта)	Создание праздничного настроения. Работать над выразительным исполнением концертных номеров. Воспитывать желание участвовать в исполнительской деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в круг); - Игроритмика (выполнение простейших движений руками в различном темпе); - Танцевальные шаги (приставной и скрестный шаг в сторону. Переменный и русский хороводный шаги. Комбинации на изученных шагах в сцеплении за руки в кругу); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Кузнечик», «Барбарики»; - Музыкально-подвижная игра «Усни-трава»; - Ритмический танец «Трактористы», «Волшебный цветок»; - Креативная гимнастика (специальные игроздания «Магазин игрушек»).
2	«Весенняя история»	Развивать воображение, фантазию, умение связно высказывать свои мысли. Развивать умение подбирать танцевальные движения к веселому характеру музыки.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в круг); - Игроритмика (выполнение простейших движений руками в различном темпе); - Акробатические упражнения (комбинация упражнений в образно-двигательных действиях); - Танцевальные шаги (приставной и скрестный шаг в сторону. Переменный и русский хороводный шаги. Комбинации на изученных шагах в сцеплении за руки в кругу); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Барбарики»; - Креативная гимнастика (специальные игроздания «Выставка картин»); - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (упражнения на расслабление рук и ног в положении лежа на спине).
3	«Затейники»	Развивать танцевальное творчество, помочь найти движения, соответствующие веселому, легкому характеру польки, закрепить умение выполнения поскоков, галопа.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в круг); - Игроритмика (выполнение простейших движений руками в различном темпе); - Танцевальные шаги (комбинация на изученных танцевальных шагах); - Хореографические упражнения (упражнения из пройденных элементов); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Барбарики»; - Ритмический танец «Ромашки и букашки»; - Креативная гимнастика (специальные игроздания «Выставка картин»); - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (упражнения на расслабление рук и ног в положении лежа на спине).
4	«Найди свою пару»	Учить преодолевать двигательный автоматизм. Формировать умение изменять движения в соответствии с двухчастным строением	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в круг); - Игроритмика (выполнение простейших движений руками в различном темпе); - Танцевальные шаги (комбинация на изученных танцевальных шагах); - Хореографические упражнения (упражнения из

		мелодии. Развивать скорость реакции.	<p>пройденных элементов);</p> <ul style="list-style-type: none"> - Акробатические упражнения (комбинация упражнений в образно-двигательных действиях); - Танцевально-ритмическая гимнастика «Барбарика», «Салют»; - Музыкально-подвижная игра «Найди свою пару»; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (упражнения на расслабление рук и ног в положении лежа на спине).
АПРЕЛЬ			
1	«Сказки-шумелки»	Расширять знания о различных видах музыкальных инструментов (струнные, ударные, клавишные). Развивать тембровый и звуковысотный слух. Формировать умение различать звучание различных инструментов в оркестре.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в шеренгу); - Игроритмика (выполнение простейших движений руками в различном темпе); - Ритмический танец «Ромашки и букашки»; - Музыкально-подвижная игра «Два Мороза»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Барбарика», «Салют»; - Игропластика (упражнение на развитие мышечной силы в заданиях); - Сказкотерапия «Яблочный пирог»; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (упражнения на расслабление рук и ног в положении лежа на спине).
2	«Сказки-шумелки»	Расширять знания о различных видах музыкальных инструментов (струнные, ударные, клавишные). Развивать тембровый и звуковысотный слух. Формировать умение различать звучание различных инструментов в оркестре.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в шеренгу); - Игроритмика (выполнение простейших движений руками в различном темпе); - Ритмический танец «Ромашки и букашки»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Салют»; - Музыкально-подвижная игра «Два Мороза»; - Сказкотерапия «Слоненок»; - Игровой самомассаж (поглаживание отдельных частей тела в определённом порядке в образно-игровой форме).
3	«Весенние звуки»	Закрепить знания детей об инструментах симфонического оркестра. Помочь детям войти в образ и проявить себя в игровой, танцевальной, изобразительной импровизации. Воспитывать интерес к творчеству композиторов-классиков.	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (построение в две шеренги напротив друг друга); - Игроритмика (выполнение простейших движений руками в различном темпе); - Общеразвивающие упражнения с платочками; - Акробатические упражнения (равновесие на одной ноге с опорой и без нее); - Ритмический танец «Веселая уборка»; - Пальчиковая гимнастика (работа пальцами по различным частям тела); - Игровой самомассаж (поглаживание отдельных частей тела в определённом порядке в образно-игровой форме).
4	«Весенние звуки»	Закрепить знания детей об инструментах симфонического оркестра. Помочь детям войти в образ и проявить себя в игровой,	<ul style="list-style-type: none"> - Строевые упражнения (музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг); - Общеразвивающие упражнения с платочками; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Салют»;

		танцевальной, изобразительной импровизации. Воспитывать интерес к творчеству композиторов-классиков.	«Упражнение с платочками»; - Ритмический танец «Веселая уборка»; - Акробатические упражнения (комбинации акробатических упражнений); - Пальчиковая гимнастика (работа пальцами по различным частям тела); - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (посегментное свободное расслабление рук из стойки ноги врозь руки вверх).
Апрель			
1	«Весенний симфонический оркестр»	Закрепить знания о различных видах музыкальных инструментов (струнные, ударные, клавишные). Воспитывать интерес к творчеству композиторов-классиков.	- Строевые упражнения (музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг); - Хореографические упражнения (упражнения из пройденных элементов); - Ритмический танец «Веселая уборка», «Черепашка»; - Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнение с платочками»; - Пальчиковая гимнастика (на поочередное сгибание и разгибание пальцев в кулак); - Игровой самомассаж (поглаживание отдельных частей тела в определённом порядке в образно-игровой форме).
2	«Музыкальные загадки»	Выявить уровень тембрового слуха, уровень развития музыкальной памяти.	- Строевые упражнения (построение в круг); - Музыкально-подвижная игра «Карлики и великаны»; - Ритмический танец «Веселая уборка», «Черепашка»; - Танцевально-ритмическая гимнастика. Повторить весь комплекс упражнений «Карусельные лошадки», «Кузнечик», «Осень», «Песня Короля», «Салют», «Упражнение с платочками»; - Пальчиковая гимнастика (на поочередное сгибание и разгибание пальцев в кулак);
3	«Юные солисты»	Выявить уровень звуковысотного слуха. Выявить уровень репродуктивного компонента у детей. Поощрять самостоятельное творческое проявление детей в разных видах музыкальной деятельности. Помочь психологически раскрепоститься детям. Обогащать творческий потенциал ребенка, чтобы он осознал собственную уникальность, неповторимость, единственность в своем роде.	- Строевые упражнения (построение в круг); - Музыкально-подвижная игра «Карлики и великаны»; - Хореографические упражнения (упражнения из пройденных элементов); - Танцевально-ритмическая гимнастика. Повторить весь комплекс упражнений «Карусельные лошадки», «Кузнечик», «Осень», «Песня Короля», «Салют», «Упражнение с платочками», «Воробьиная дискотека»; - Креативная гимнастика (музыкально-творческая игра «Ай да я!»); - Ритмический танец «Барбарики», «Черепашка»; - Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки (имитационно-образные упражнения на расслабление рук и ног).
4	«Вот и	Доставить детям радость.	- Строевые упражнения (музыкально-подвижная игра

<p>стали мы большим и» (праздник)</p>	<p>Обогащать музыкально-ритмический опыт.</p>	<p>на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг); - Ритмический танец «Барбарики», «Черепашка», «Веселая уборка»; - Танцевально-ритмическая гимнастика. Повторить весь комплекс упражнений «Карусельные лошадки», «Кузнечик», «Осень», «Песня Короля», «Салют», «Упражнение с платочками», «Воробьиная дискотека»; - Креативная гимнастика (музыкально-творческая игра «Творческая импровизация»);</p>
--	---	---

3.2. Оценочные материалы

Основные показатели развития детей прошедших программу «Ритмика»:

1. Повышение физической выносливости.
2. Улучшение осанки, гибкости суставов.
3. Совершенствование чувства ритма, музыкальности, двигательной культуры.
4. Развитие чувства самостраховки.

Ребенок знает и умеет:

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

Контроль за самочувствием детей

Во время музыкально-ритмических занятий необходимо руководствоваться общей заповедью "Не навреди!", поэтому:

1. Постоянно следим за состоянием детей на занятиях.
2. Дозировку физической нагрузки, а также характер двигательных упражнений согласовываем с предписаниями врача.
3. Проверяем вместе с медицинским персоналом по внешнему виду детей и изменениями их ЧСС (частоты сердечных сокращений) нагрузку на занятиях.

4. Прислушиваемся внимательно к жалобам детей, не заставляем их заниматься, если они не хотят двигаться (это может быть не проявлением лени, а началом заболевания).

4. В беседах с воспитателями и родителями выясняю все данные о здоровье ребенка, его индивидуальных особенностях.

В общении с детьми использую личностно-ориентированный подход.

Для педагога важно иметь объективную картину развития каждого ребенка, поскольку на основе диагностических данных выстраивается индивидуальный образовательный маршрут, корректируется содержание работы, подбирается и адаптируется музыкально-ритмический материал.

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

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

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

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Карта диагностики уровня музыкального и психомоторного развития ребенка				
<i>Ф. И. ребенка</i>			<i>Год рождения</i>	
№ п/п	Параметры		Начало года	Конец года
1	Интерес и потребность в музыкальном движении			
2	Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности)			
3	Эмоциональность, выразительность исполнения (выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позах, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции)			
4	Креативность (способность к импровизации в движении под музыку: оригинальность, разнообразие используемых движений)			
5	Развитие двигательных навыков:	Строевые упражнения		
		Общеразвивающие упражнения без предмета		
		Общеразвивающие упражнения с предметом		
		Акробатические упражнения		
		Хореографические упражнения		
		Танцевальные шаги, ритмические и бальные танцы		
		Игроритмика		
6	Формирование двигательных	Координация, точность, плавность		

	качеств:	движений		
		Гибкость, пластичность		
7	Подвижность (лабильность) нервных процессов (умение переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой. Менять направление движения, перестраиваться)			
8	Формирование правильной осанки			
9	Формирование навыков ориентировки в пространстве			

Для оценки используется 3-х бальная шкала, где 1 – высокий уровень, 2 – средний, 3 – низкий уровень освоения программы.

3.3. Методические материалы.

В ритмической пластике движения должны соответствовать музыке, а также быть:

- доступными двигательным возможностям детей (с точки зрения координации движений, ловкости, точности, пластичности);
- понятными по содержанию игрового образа (например, для младших — мир игрушек, окружающей природы, персонажи популярных мультфильмов; для старших — герои волшебных сказок, переживаниями различных состояний и т.д.);
- разнообразными, нестандартными, включающими различные исходные положения: стоя, сидя, лежа, на четвереньках, на коленках и пр.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Для подбора упражнений соответствующие темпу музыке предлагаются следующие критерии:

- Быстрый бег – 160 акцентов в минуту;
- Подскоки, галоп – 120-150 акцентов в минуту;
- Маховые движения – 80-90 акцентов в минуту;
- Наклоны – 70 акцентов в минуту;
- Повороты, наклоны головы, растягивания – 40-60 акцентов в минуту.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

Критерии определения доступности музыкально-ритмических упражнений

Обобщая вышеизложенные требования к подбору музыки и движений, мы определили следующие критерии доступности композиций в соответствии с 1, 2 и 3 уровнями сложности, а именно:

1. Доступность музыкально-игрового (понятные и близкие детям образы игрушек, домашних животных и т.д. в соответствии с возможностями младшего, среднего и старшего дошкольного возраста, а также представлениями об окружающем младших школьников).

2. Доступность музыки: по объему (продолжительность звучания до 2,5 минут в композициях 1-го уровня сложности и до 3,5 минут — 3-го уровня сложности);

- по темпу (умеренно быстрый — умеренно медленный для 1-го уровня, быстрый для 2-го и разнообразный — с ускорениями и замедлениями — для 3-го уровня сложности);

- по форме (2-3-частная форма с контрастными по звучанию частями для 1-го уровня, с менее контрастными по звучанию частями для 2-го уровня и сложная по структуре форма — вариации, рондо, и т.д. — для 3-го уровня сложности);

- по характеру ритмического рисунка (от воспроизведения ритмической пульсации и сильной доли — для 1-го уровня к воспроизведению несложных ритмических рисунков (ти-ти-та) — для 2-го уровня и к разнообразным пунктирным и синкопированным ритмам — для 3-го уровня сложности).

3. Доступность движений

- : по объему (4-5 двигательных элементов для 1-го уровня сложности, 6-8 элементов — для 2-го уровня и многообразие двигательных элементов — для 3-го уровня); по интенсивности (нагрузочности) движений:

1-й уровень — небольшая,

2-й уровень — средняя,

3-й уровень — высокая нагрузка;

- по сложности для исполнения с точки зрения координации, ловкости, точности или гибкости, пластичности движений.

Принципы и методы обучения

Принцип доступности и индивидуализации, предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка

Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки малыша.

Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

Обязательным условием успешного обучения также является чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.

Принцип систематичности – один из ведущих.

Имеются в виду непрерывность и регулярность занятий. Ребенок должен знать, что каждое занятие обязательно, что пропускать можно только из – за болезни или если в семье какое-то непредвиденное событие. В процессе занятий у него должно выработаться понимание того, что любое дело нужно выполнять добросовестно и доводить до конца.

Привычка бросать начатое на полдороги вообще свойственна детям. Некоторая рассредоточенность и склонность хвататься за новые занятия, не доводя до конца прежние дела, в дальнейшем обернутся несобранностью, которая будет мешать полноценной деятельности взрослого человека. Систематические занятия, дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.

Принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для успешного достижения цели ребенку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе.

Принцип повторяемости материала занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнении вносятся какие – то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

Принцип наглядности в обучении хореографии понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

При разучивании новых движений наглядность – это безукоризненный практический показ движений педагогом.

Но если в начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, то в заключительной части эта роль переходит к двигательному.

Кроме того, большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

Все вышеизложенные принципы отражают определенные стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются в отдельности. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи.

Организация занятий основами хореографии обеспечивается рядом **методических приемов**, которые вызывают у детей желание творчества.

Воспитатель для каждого упражнения, игры, танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного музыкально – двигательного задания.

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

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

Музыкальное сопровождение как методический прием. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой.

Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.

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

Целесообразно выделить в этом методе несколько важных приемов, которые используются на танцевальных занятиях:

- считывание с губ, которые должны быть ярко выделены;
- использование дактиля – азбука языка глухих;
- жестовая речь;
- прием глобального чтения (*показ табличек*)

- показ педагогом.

Игровой метод. Крупнейший ученый – педагог, доктор медицины П.Ф. Лесгафт еще в конце XIX века разработал теорию и методику подвижных игр.

У детей четырех–шести лет игровой рефлекс доминирует, малыш лучше все воспринимает через игру, поэтому игровой метод в обучении так близок к ведущей деятельности дошкольника.

Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся.

Игра всегда вызывает у ребят веселое настроение. И интерес у них не снижается, даже если по ходу игры преподаватель вносит те или иные изменения, усложняя или облегчая задание. Именно в игре легче всего корректировать поведение воспитанников.

Правильно подобранные методы приводят к тому, что дети с нарушениями слуха занимаются с удовольствием, уходят с занятия счастливыми и с нетерпением ждут новой встречи с музыкой и танцем.

3.4. Техническое оснащение занятий

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

- Флажки 3 – 4 -х цветов по числу детей в группе.
- Ленты разных цветов по 2 на ребенка.
- Платочки разных цветов (размер 20-25 см).
- Погремушки по числу детей в группе.
- Цветы небольшие нежных оттенков.
- Обручи легкие пластмассовые.
- Мячи среднего размера по числу детей в группе.
- Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).
- Гимнастические палки большие и маленькие.
- Куклы и мягкие игрушки.
- Скакалки.
- Ребристые доски
- Мячики «ежики»
- Коврики для занятий на полу
- Карточки дыхательной и пальчиковой гимнастике
- Карточка физминуток
- Аудио материал

Предлагаемый материал дает возможность проводить занятия в интересной, увлекательной форме.

Занятия по ритмике имеют свою специфику. Каждое из них – это определенная «оздоровительная доза» (в виде движений физической нагрузки), направленная на укрепление здоровья ребенка, его правильное физическое развитие и физическую подготовленность. Это и активный отдых. Где движение, физическая нагрузка воспринимаются организмом как «мышечная радость». На занятиях по ритмике ребенок учится определять меру своих сил и возможностей, развивает осторожность, подготавливает себя для успешного овладения сложными двигательными навыками. Крепнут мышцы пальцев, кистей, плеч, спины и брюшного пресса, ребенок становится гибким, ловким, находчивым, здоровым и сильным, уверенным в себе. Физически развитому

малышу хочется двигаться все больше и больше, и надо эту потребность в движении развивать дальше, предоставляя ребенку возможность для выполнения все более сложных гимнастических упражнений. Именно поэтому необходимо включать ритмику в проведение занятий с детьми, удовлетворяющую специфическим потребностям детей в разнообразных движениях.

Кроме того, занятия дают ребенку возможность общения со сверстниками и педагогом, то есть социальный комфорт, а освоение двигательных умений – возможность самовыражения.

Детям дошкольного возраста легче выразить свои чувства и эмоции через пластику своего тела.

Мною собрана фонотека с записями зарубежной, современной и мультипликационной музыки. Музыкальное сопровождение на занятиях по ритмике способствует развитию чувства ритма, позволяет целенаправленно развивать умение детей совмещать свои движения с музыкой.

Осуществлен подбор упражнений и заданий развивающего характера. Занятия по ритмике стараюсь наполнить интересным и современным содержанием.

Основной акцент в своей педагогической деятельности делаю на то, чтобы дети осмысленно выполняли упражнения, пытаюсь их словесно опосредовать, проанализировать, осуществляя регуляцию темпа, ритма, координации движений и других двигательных характеристик. Формирую у детей способы контроля и самоконтроля за движениями, используя мотивационные факторы в достижении целей и задач физического воспитания.

Использую системный подход к применению разнообразных форм, средств, методов физического воспитания, которые имеют единую целевую направленность.

3.5. Требования к подбору музыки

Подбирая музыку, необходимо стремиться к тому, чтобы она отвечала требованиям высокой художественности, воспитывала вкус ребенка, обогащала его разнообразными музыкальными впечатлениями и при этом вызывала моторную реакцию, была удобной для двигательных упражнений.

С точки зрения доступности музыка для движения должна быть:

небольшой по объему (от 1,5 минут для младших до 3-4-х минут для старших);

умеренной по темпу (умеренно быстрая или умеренно медленная) для младших дошкольников и разнообразной (быстрой, медленной, с ускорениями и замедлениями) для старших;

2-х или 3-частной (каждая часть музыки — контрастная по звучанию), с четкой, ясной фразировкой для младших дошкольников и разнообразной по форме (вариации, рондо и т.д.) для старших детей;

музыкальный образ, характер, настроение музыкального произведения должны быть понятны детям (например, музыка изобразительного характера — "дождик", "ветер качает листики", "зайчик прыгает" и т.д. — для малышей и более сложная по художественному образу, настроению — в соответствии с музыкой — для старших).

Желательно, чтобы музыкальные произведения были достаточно разнообразными по жанру (плясовые, колыбельные, песни, маршевые мелодии) и по характеру (веселые, задорные, спокойные, грустные, шутливые, торжественные, изящные и т.д.).

Заключение

1. Сущность танцевально-ритмической гимнастики заключается в восприятии детьми музыки через движения, с целью укрепления здоровья, развития музыкально-эстетических чувств, двигательных качеств и умений, познавательного интереса, творческого воображения, психических процессов.

2. Современные методики к организации занятий с дошкольниками предполагают:

- Включение в занятия по ритмике нетрадиционных средств физического воспитания;
- Использование интенсивных методов обучения – выполнения большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка;

- Обеспечение психологического комфорта детей в процессе выполнения движений под музыку;

- Выбор оптимальной системы занятий;

3. Образовательная работа по программе «Веселая ритмика» позволяет добиваться следующих результатов:

- Укрепления здоровья;
- Развития музыкальности;
- Развития двигательных качеств и умений;
- Развития творческих и созидательных способностей;
- Развития и тренировки психических процессов;
- Развития нравственно-коммуникативных качеств личности;

4. Развиваются:

- Музыкальность
- Координация движений
- Эмоциональность
- Творческие проявления
- Развитие чувства ритма
- Гибкость

Вывод:

1. Движение под музыку – универсальное средство целостного развития личности ребенка.

2. Ритмические задания могут решать несколько задач одновременно.

3. Движения на ритмических занятиях могут применяться самые разнообразные: гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные.

4. Музыкально-ритмические упражнения дают простор для фантазии педагога и ребенка.

5. Необходимость внедрения занятий по ритмике с детьми дошкольного возраста, как вспомогательной дисциплины.

6. Ритмика способствует укреплению физического и психического здоровья, гармоничному развитию силы и духа.

Список используемой литературы:

1. Н. А. Фомина, Г. А. Зайцева, Е. Н. Игнатьева, С. С. Чернякина «Сказочный театр физической культуры». Издательство «Учитель» Волгоград 2002.
2. А. В. Иваницкий, В. В. Матов, О. А. Иванова, И. Н. Шарабарова «Ритмическая гимнастика на ТВ». Москва «Советский спорт» 1989.
3. О. Н. Моргунова «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ». Практическое пособие. Воронеж 2007.
4. Л. Г. Горькова, Л. А. Обухова «Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий». Москва 2007.
5. И. М. Воротилкина «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ». Методическое пособие. «Издательство НЦ ЭНАС» Москва 2004.
6. Е. Н. Вареник «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет». «Творческий центр» Москва 2006.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 90968971127139709201549797461453131823202372996

Владелец Рябцун Юлия Викторовна

Действителен с 01.08.2022 по 01.08.2023