

Комитет образования администрации муниципального образования
Тосненский район Ленинградской области
Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение № 2
«Детский сад комбинированного вида п. Ульяновка»

«ПРИНЯТА» Педагогическим советом МКДОУ № 2 п. Ульяновка ПРОТОКОЛ №5 от 28.05.2024 г.		«УТВЕРЖДЕНА» Заведующий МКДОУ № 2 п. Ульяновка _____ Бабура С.А. Приказ №16-од от 28.05.2024 г.
---	--	--

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Ритмопластика»**

Срок реализации: 2 года

Автор – составитель:
Татаренко Любовь Александровна,
музыкальный руководитель

пгт. Ульяновка
2024 год

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка.....	3
II. Учебно-тематическое планирование	5
III. Содержание программы.....	6
IV. Организационно - педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы	15
V. Планируемые результаты освоения образовательной программы.....	17
VI. Система оценки результатов освоения образовательной программы	18

I. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественно-эстетической направленности детей младшего и старшего дошкольного возраста «Ритмопластика» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р), Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 01 апреля 2015 года № 19-2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности».

При разработке дополнительной общеразвивающей программы художественно-эстетической направленности детей младшего и старшего дошкольного возраста «Ритмопластика» (далее Программа) были использованы:

- Типовая (Примерная) программа «Мир открытий» Науч.рук. Л.Г.Петерсон, под общ. ред.Л.Г.Петерсон, И.А. Лыковой.- М.: Цветной мир, 2012г. («Тутти» Программа музыкального воспитания детей дошкольного возраста. А.И.Буренина, Т.Э.Тютюнникова);
- «Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет» «Ритмическая мозаика» А.И.Буренина, СПб, 2014

Цель дополнительной общеразвивающей программы художественно-эстетической направленности детей младшего и старшего дошкольного возраста «Ритмопластика»:

- ознакомление с характером возможных движений, исходя из музыкального сопровождения, раскрытие перед детьми основных средств танцевальной выразительности, развитие интереса к танцевальной деятельности.

Задачи дополнительной общеразвивающей программы художественно-эстетической направленности детей младшего и старшего дошкольного возраста «Ритмопластика»:

1. Развитие музыкальности:

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

2. Развитие двигательных качеств и умений:

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

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

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации в движении;

4. Развитие и тренировка психических процессов:

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

5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы художественно-эстетической направленности детей младшего и старшего дошкольного возраста «Ритмопластика»:

В наше социально - ориентированное время, когда жизнь человека стала оцениваться мерой успеха, признания и достижения конкретных целей, всестороннее развитие ребенка средствами музыки и ритмических движений играет немаловажную роль в развитии творческой и гармонично-успешной личности ребёнка. Ребёнок учится предавать через пластику движений характер музыкального произведения, его образное содержание и таким образом у него развивается музыкальный слух и вкус, вырабатывается умение правильно и красиво двигаться, укрепляются различные группы мышц. Музыкально – ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональной окрашенностью, возможностью активно выразить отношение к музыке в движениях. Полученные от музыки впечатления помогают выразить в движениях личные эмоциональные переживания, создавать оригинальные двигательные образы.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых и общеразвивающих упражнениях. Эффективность на ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Главное, на что нацелена программа, это приобщение к движению под музыку всех детей- не только способных и одаренных в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них такого материала, в котором проявятся скрытые возможности ребенка, его "изюминка" и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы. Ведь доказано, что занятия движениями для детей с задержкой или патологией в развитии имеют особое значение, потому что двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов (исследования Н.А.Бернштейна, И.М.Сеченова, В.М.Бехтерева, методика М.Фильденкрайза и др.). В то же время, движение под музыку является для ребенка и одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию, поэтому оно в целом сказывается благотворно на его состоянии и воспитании.

Возраст обучающихся: 1-ый год обучения: 3-4 года; 2-ой год обучения: 4-6 лет.

Сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы художественно-эстетической направленности детей младшего и старшего дошкольного возраста «Ритмопластика» - 2 года.

**II. Учебно-тематическое планирование
1-год обучения**

№ п/п	Тема	Количество раз включения в занятие
1	Основные движения	3
2	Плясовые движения	8
3	Хореографические упражнения	3
4	Ритмическая гимнастика	16
5	Партерная гимнастика	3
6	Музыкально-ритмические игры и этюды	16
7	Театрализованная ритмопластика	6
8	Творчество в движении	4
9	Диагностика	2
10	Открытые занятия	1
Итого:		62

2- год обучения

№ п/п	Тема	Количество раз включения в занятие
1	Основные движения	4
2	Плясовые движения	6
3	Хореографические упражнения	4
4	Ритмическая гимнастика	16
5	Партерная гимнастика	3
6	Музыкально-ритмические игры и этюды	16
7	Театрализованная ритмопластика	2
8	Творчество в движении	6
9	Диагностика	2
10	Открытые занятия	1
Итого:		62

III. Содержание программы.

Основным содержанием ритмической гимнастики является сочетание общеразвивающих упражнений, бега, прыжков, танцевальных элементов, гармонично организованных эмоционально-ритмической музыкой и выполняемых поточным способом. Характерной особенностью комплексов является также, последовательное включение в работу всех мышечных групп и суставов, чередование различных темпов.

Для того чтобы научиться двигаться, необходимо особое внимание уделить выполнению упражнений, контролировать движения у зеркал. При подборе музыкального сопровождения необходимо учитывать его темп, ритм, характер, чтобы связь движений с музыкой была органичной. Таким образом, у детей любви и интереса к занятиям ритмикой, потребности движения под музыку является одной из центральных задач музыкально - ритмического воспитания.

Музыкально-ритмический репертуар представлен в учебно-тематическом плане и может дополняться, изменяться в соответствии с учетом интересов и возможностей детей.

Учебно-тематический план 1-ый год обучения

Название раздела (темы)	Содержание работы	Музыкально-ритмический репертуар (примерный)
Основные движения	Ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, бег лёгкий, передающий различные образы («птички», «бабочки» и т.д.), прямой галоп («лошадки»), прыжки на двух ногах на месте)	«Веселые путешественники», «Кузнечик», «Едем к бабушке в деревню», «Лошадка», «Марш», «Поезд»
Плясовые движения	Простейшие элементы народных плясок, доступные по координации (поочередное выставление ноги на пятку, притопы одной ногой, «пружинка» и др.)	«Маленький танец», «Куклы – неваляшки», «Две капельки», «Кнопочка», «Рожок», «Гармошка», «Оркестр», «Сапожки», «Танец с платочками», «Матрешки», «Делаем полочку», «Калинка»
Хореографические упражнения	Упражнения на плавность движений, пружинность (махи, наклоны, простейший поклон)	«Белочка», «Кошечка», «Петушок», «Гусь», «Лягушка»
Ритмическая гимнастика	Выполнение движений от начала до конца в соответствии с музыкальным образом	«Чебурашка», «Белые кораблики», «Мишка» «Поросята»
Партерная гимнастика	Выносливость при выполнении последовательности движений в различных темпах и ритмах	«Балалайка», «Плюшевый медвежонок», «Рыбачок», «Карнавал животных»,
Музыкально-ритмическая	Разнообразные образно-игровые движения (имитационные), раскрывающие понятный детям	«Воробушки и ворона», «Танец-игра с игрушками», игра «Делай, как я», «Машина»,

ие игры и этюды	образ, настроение или состояние	«Елочки», «Неваляшки», «Поросята», «Лошадки», «К бабушке в деревню», «Медвежонок», «Цыплята»
Театрализованная ритмопластика	Комплекс образно игровых движений, объединённый сюжетом (сказкой) и музыкальным оформлением	Занятия–сказки: «Маша-растеряша», «Репка», «Жадина», «Чьи башмачки?»
Творчество в движениях, музыкальные игры	Исполнение знакомых движений в игровых ситуациях	«Пляска зайчиков», «Разноцветная игра», «Козлята», «Снеговик», «Разноцветная игра», «В лесу», «Санки», «Лиса и зайцы», «Колпачок»

Учебно-тематический план 2-й год обучения

Название раздела (темы)	Содержание работы	Музыкально-ритмический репертуар (примерный)
Основные движения	Ходьба на носках, топающим шагом, прыжки на двух ногах спрдвижением вперед, легкий бег, передающий различный образ, прямой галоп.	«Марш», «Поросята», «Вместе весело шагать», «Салют», «Раз – два – три», «Самолёты – вертолёты», «Мячик»
Плясовые движения	Элементы народных и современных танцев (повороты, полуприседания, приставной шаг, хлопки, наклоны, махи, «тарелочки», «полочка» и др.)	«Калинка», «Маленькая полька», «Пони», «Танец малышек - почемучек», «Чик и Брик»
Хореографические упражнения	Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные)	«Волшебный цветок», «Упражнение с цветами», «Вальс», «Жаворонок»
Ритмическая гимнастика	Выносливость при выполнении последовательности движений в различных темпах и ритмах	«Красная Шапочка», «Кот Леопольд», «Танцуйте сидя» «В лесу», «Осенние листья»,
Партерная гимнастика	Выносливость при выполнении последовательности движений в различных темпах и ритмах	«Рыбачок», «Жаворонок», «Голубая вода», «Светит месяц»
Музыкально-ритмические игры и этюды	Разнообразные образно-игровые движения (имитационные), раскрывающие понятный детям образ предмета или явления	«Антошка», «Колыбельная», «Козочки и волк», «Хлопайте в ладоши»
Театрализованная	Создание музыкально-ритмических композиций в контексте	Занятия – сказки: «В стране загадок», «Добрая хозяйшка»,

ритмопластика	литературного текста (сказка, рассказ, загадки, потешки).	«Маша и медведь»
Творчество в движении	Исполнение знакомых движений под другую музыку, умение находить свои оригинальные движения	«Найди себе пару», «Четыре таракана и сверчок», «Разноцветная игра»

Календарный план (примерный) 1-й год обучения

Месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Октябрь	1. Музыкально-игровая гимнастика «Листики» 2. Музыкально-ритмические композиции «Вот как мы умеем», «Ладощечка»	1. Музыкально-игровая гимнастика «Листики» 2. Музыкально-ритмические композиции «Сапожки», «Ладошки», «Птички», Ноги и ножки», Устали наши ножки»	1. Музыкально-игровая гимнастика «В лесу»-2 2. Музыкально-ритмические композиции Вот как мы умеем», «Ладощечка», «Маленькая полечка»	1. Музыкально-игровая гимнастика «В лесу»-2 2. Музыкально-ритмические композиции «Сапожки», «Ладошки», «Ладощечка», Маленькая полечка»
Ноябрь	Музыкально-игровая гимнастика «Веселый мяч» Музыкально-ритмические композиции Вот как мы умеем», «Ладощечка», «Да-да-да», «Чок да чок», Маленькая полечка»	Музыкально-игровая гимнастика «Веселый мяч» Музыкально-ритмические композиции «Вот как мы умеем», «Ладощечка», «Да-да-да», «Маленька полечка», «Ноги и ножки», «Устали наши ножки»	Музыкально-игровая гимнастика «Котята»» Музыкально-ритмические композиции «Вот как мы умеем», «Ладощечка», «Да-да-да», «Прятки», «Ой, летали птички», «Чок да чок», «Ладушки-ладошки»	1. Музыкально-игровая гимнастика «Котята»» 2. Музыкально-ритмические композиции , «Ладощечка», «Да-да-да», «Прятки», «Чок да чок» «Ноги и ножки», «Устали наши ножки», «Ай-да!», «Кап-кап»
Декабрь	Музыкально-игровая гимнастика «Веселые ножки» Музыкально-ритмические композиции «Кошки-мышки», «Чок да чок» «Ноги и	Музыкально-игровая гимнастика «Веселые ножки» Музыкально-ритмические композиции «Кошки-мышки», «Елочки»,	1. Музыкально-игровая гимнастика «Котята»» 2. Музыкально-ритмические композиции «Кошки-мышки», «Елочки», «Поезд»,	Музыкально-игровая гимнастика «Котята»» Музыкально-ритмические композиции «Елочки», «Поезд», «Зайчики» «Ладушки-

	ножки», «Устали наши ножки», «Ай-да!», «Кап-кап»	«Поезд», «Зайчики» «Ладушки-ладошки»	«Зайчики» «Ладушки-ладошки», «Чок да чок»	ладошки», «Чок да чок», «Фонарики»
Январь		. Театрализованная ритмопластика «Елка» по мотивам рассказа В.Сутеева . Музыкально-ритмические композиции «Елочки», «Поезд», «Зайчики», «Фонарики» «Ладушки-ладошки»	1. Театрализованная ритмопластика «Волк и семеро козлят» русск. нар. сказка 2. . Музыкально-ритмические композиции «Марш», «Кулачки», «Поезд», «Елочки», «Зайчики» «Чок да чок»,	. Музыкально-игровая гимнастика «Веселые ножки» Музыкально-ритмические композиции «Елочки», «Поезд», «Зайчики» «Ладушки-ладошки», «Чок да чок», «Фонарики», «Разминка», «Санки»
Февраль	. Музыкально-игровая гимнастика «Котята» Музыкально-ритмические композиции «Елочки», «Поезд», «Кулачки», «Ходим-бегаем», «Повторяй за мной», «Веселая пляска»	. Музыкально-игровая гимнастика «Веселые ножки» Музыкально-ритмические композиции «Повторяй за мной», «Веселая пляска», «Разминка», «Пляска с погремушками», «Зайчики»	. Музыкально-игровая гимнастика «Поросята» Музыкально-ритмические композиции «Веселая пляска», «Разминка», «Пляска с погремушками», «Зайчики и лиса», «Поезд»	. Музыкально-игровая гимнастика «Поросята» Музыкально-ритмические композиции «Разминка», «Пляска с погремушками», «Зайчики», «Марш» «Спокойная пляска»
Март	. Музыкально-игровая гимнастика «Поросята» Музыкально-ритмические композиции «Спокойная пляска», «Едем на поезде», «Марш», «Лошадка», «Научились мы ходить», «Пезвые ножки»,	. Музыкально-игровая гимнастика «Веселые ножки» Музыкально-ритмические композиции «Лошадка», «Научились мы ходить», «Резвые ножки», «Русская», «Велосипед», «Тихо мы сидим»	. Музыкально-игровая гимнастика «Куклы» Музыкально-ритмические композиции, «Резвые ножки», «Русская», «Велосипед», «Тихо мы сидим», «Пляска с куклами», «Пляска с платочками»	. Музыкально-игровая гимнастика «Куклы» Музыкально-ритмические композиции, «Русская», «Велосипед», «Тихо мы сидим», «Пляска с куклами», «Пляска с платочками», «Приседай»,

	«Русская»			«Кошка»
Апрель	. Музыкально-игровая гимнастика «Куклы» Музыкально-ритмические композиции, «Велосипед», «Тихо мы сидим», «Пляска с куклами», «Пляска с платочками»,	Музыкально-игровая гимнастика «Веселые ножки» Музыкально-ритмические композиции «Лошадка», «Идем-прыгаем», «Топ-хлоп», «Лодочка»	. Музыкально-игровая гимнастика «Поросята» Музыкально-ритмические композиции «Пляска с платочками», «Приседай», «Кошка», «Веселые ладошки»	Музыкально-игровая гимнастика «Веселые ножки» Музыкально-ритмические композиции «Лошадка», «Идем-прыгаем», «Топ-хлоп», «Лодочка»
Май	1. Музыкально-игровая гимнастика «Поросята» 2.. Музыкально-ритмические композиции «Топ-хлоп», «Лодочка», «Полька», «Игра с бубном», «Дождик»	Музыкально-игровая гимнастика «Листики» Музыкально-ритмические композиции «Полька», «Игра с бубном», «Дождик», «Летняя», «Солнышко»	Музыкально-игровая гимнастика «Листики» Музыкально-ритмические композиции «Топ-хлоп», «Лодочка», «Веселые ладошки», Полька», «Дождик»	Музыкально-игровая гимнастика «Листики» Музыкально-ритмические композиции «Игра с бубном», «Дождик», «Летняя», «Солнышко»

Календарный план (примерный) 1-е полугодие, 2-й год обучения

Месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Октябрь	1. Комплекс ритмической гимнастики «В лесу», «Зверобика» 2. Ритмические композиции: «Рожок», «Гармошка», «Балалайка» «Марш» Г. Свиридова «Лищедеи» (творчество) 5. «Кошки-мышки» (игра) 6. «Веселые	1. Комплекс ритмической гимнастики «В лесу», «Зверобика», «Часики», «Стирка» 2. Ритмические композиции: «Рожок», «Гармошка», «Балалайка» 3. «Сапожки» (тренинг) 4. «Веселые дети» 5. «Марш»	Комплекс ритмической гимнастики «Игрушки», «В лесу», «33 коровы», «Стирка» Ритмические композиции «Матрешки» (тренинг), «Кузнечик», «Белочка» Игры «Буги-вуги», «Согревалки» 4. «Красная	Комплекс ритмической гимнастики «Мы-спортсмены», «Жуки» Ритмические композиции «Танец с платочками», «Танец с лентами», «Листики» (творчество) «Лищедеи» (творчество) 5. «Кошки-мышки» (игра)

	дети»	Г.Свиридова 6.Игра «Если нравится тебе» 7. «Листики»(творчество)	шапочка» 5. «Кукла» 6.Игра «Если нравится тебе»	«Веселые дети» Ритмические композиции «Матрешки» (тренинг), «Кузнечик», «Белочка»
Ноябрь	Комплекс ритмической гимнастики «Мы-спортсмены», «Раз-два-три», «Ритмическая разминка «Пата-пата» Ритмические композиции «Веселые дети», «Сапожки», «Кузнечик», «Белочка», «Сапожники» 3.»Светит месяц» тренинг, «Полька»(тренинг-кружение), «Эстрадный танец»-тренинг 4.»Если нравится тебе»-игра, «Зеркало»-игра, «Сова»-игра	Комплекс ритмической гимнастики «Стирка»,«Раз-два-три», «Ритмическая разминка «Пата-пата» Ритмические композиции: «Полька», «Заводные игрушки», «Кукла», «Веселые дети» .«Рок-ролл» - тренинг, «Вальс»(кружение варианты), «Полька» (переходы) 4.Ритмические композиции : «Красная шапочка», «Балалайка», «Гармошка» 5. «Найди пару»-игра, «Буги-вуги»-игра, «Лицедеи»-творчество	1. Комплекс ритмической гимнастики «В лесу», «Часики», «Звездная полька» 2.Ритмические композиции: «Рожок», «Гармошка», «Балалайка» 3.»Светит месяц» тренинг, «Полька»(тренинг-кружение), «Эстрадный танец»-тренинг, «Матрешки» (тренинг), 4.«Веселые дети», «Сапожники» 5. «Согревалки», «Сова и птицы» «Тико-тико» (творчество с султанчиками))	1.Комплекс ритмической гимнастики «Стирка» «Зверобика», «Пата-пата», «Раз, два, три» 2.Ритмические композиции: «Снеговики», «Медведи»(основные танц.движения) «Снежинки» (вальс) творчество с предметами, «Тико-тико» (творчество с султанчиками)) 4. Игры «Котята», «Сова и зайцы» Композиция танцевальная «Карнавал», «Пингины» «Клоуны» - творчество Игра «Если нравится тебе»
Декабрь	Комплекс ритмической гимнастики «», «Мячики» «В лесу», «Часики», «Звездная полька» «Танец шарфами», «Танец с лентами» -	Комплекс ритмической гимнастики «Раз-два-три», «Ритмическая разминка «Пата-пата» Ритмические композиции: «Рожок», «Гармошка»,	Комплекс ритмической гимнастики «Стирка» «Зверобика», «Пата-пата»,«Раз, два, три» Ритмические композиции «Красная	Комплекс ритмической гимнастики «Куклы», «Заводные игрушки», «Часики», «Звездная полька» Ритмические композиции

творчество 3. Танцевальные композиции: «Карнавал»,»Пингвины», «Снеговика», «Медведи» 4. Игра «Зеркало», «Найди пару»	«Балалайка» 3.«Эстрадный танец»-тренинг, «Рок-ролл» - тренинг, «Вальс»(кружение варианты), «Полька» (переходы) 4. «Найди пару», «Буги-вуги»	шапочка», «Гармошка» 3.Композиции танцевальные «Карнавал»,»Пингвины», «Медведи» «Озорники»-игра, «Зеркало» «Снежинки» (вальс) творчество с предметами, «Тико-тико» (творчество с султанчиками))	«Матрешки» (тренинг), «Рок-ролл» -тренинг, «Вальс»(кружение варианты), «Полька» (переходы) 3. 3.Композиции танцевальные «Карнавал», «Пингвины», «Медведи». «Снеговика»
--	---	--	---

Календарный план (примерный)2-е полугодие, 2-й год обучения

Месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Январь		1. Марш «Улыбка», «Аэробика», «Куклы», «Рожок», «Раз, два, три», «Мячик», «Пингвины», «Сицилийский вальс» 2. Марш «Улыбка», «Рожок», «Аэробика», «Мячик», «Балалайка», «Пингвины», «Точка-точка», «Раз, два, три», «Красная Шапочка»	1. «Аэробика», «Танцуйте сидя», «Рожок», «Балалайка», «Раз, два, три», «Точка-точка», «Красная Шапочка», «Мячик» 2. «Аэробика», «Танцуйте сидя», «Рожок», «Балалайка», «Точка-точка», «Танцкласс», «Красная шапочка», «Вудели ача», «Птичка-полька»	Марш «33 коровы», «Танцуйте сидя», «Танцкласс», «Птичка- полька», «Маляры», «Вудели ача», «Голубая вода», «Куклы», «Пингвины» Марш «33 коровы», «Танцуйте сидя», «Танцкласс», «Птичка-полька», «Маляры», «Птичий двор», «Голубая вода», «Джив миксер», «Мартышки»
Февраль	1. Марш «33 Коровы», «Танцуйте сидя», «Маляры», «Птичий двор», «Мартышки», «Полный вперед»,	1. Марш «33 коровы», «Танцуйте сидя», «Птичий двор», «Маляры», «Матрышки», «Полный вперед», «Кукляндия»,	1. «Спортивный марш», «Птичий двор», «Воздушная кукуруза», «Мельница», «Вудели ача», «Контрасты»,	1. Марш «Улыбка», «Красная шапочка», «Бабушки-старушки», «Сюрприз», «Цирковые

	<p>«Джив миксер», «Мячик», «Чунга-чанга»</p> <p>2. «Аэробика», «Раз, два, три», «Танцкласс», Танцуйте сидя», «Маляры», «Птичий двор», «Мартышки», «Джиф миксер», «Полный вперед»</p>	<p>«Птичка-полька»</p> <p>2.»Спортивный марш», «Воздушная кукуруза», «Мельница», «Голубая вода», «Мартышки», «Маляры», «Кукляндия», «Красная шапочка»</p>	<p>«Чунга-чанга», «Мартышки»</p> <p>2. «Спортивный марш», «Воздушная кукуруза», «Полный вперед», «Бабушки-старушки», «Цирковые лошадки», «Танец собачек», «Пингвины»</p>	<p>лошадки», «Танец собачек», «Мартышки»</p> <p>2. Марш «33 коровы», «Танцкласс», «Бабушки-старушки», «Сюрприз», «Цирковые лошадки», «Упражнения с обручами»</p>
Март	<p>1. «Аэробика», «Танцкласс», «Гармошка», «Гармошка», «Сюрприз», Цирковые лошадки», «Есаул», «Бабушки-старушки»</p> <p>2. «Аэробика», «Танцкласс», «Мельница», «Голубая вода», «Есаул», «Цирковые лошадки», «Кукляндия»</p>	<p>1. Марш «Улыбка», «Раз, два, три», «Мячик», «Поклоны», «Воздушная кукуруза», «Вудели-ача», «Контрасты», «Часики», Точка-точка», «Кукляндия»</p> <p>«Эстрадный марш», «Раз, два, три», «Поклоны», «Часики», «Контрасты», «Звездная полька», «Мячик»</p>	<p>1. «Улитка», «Озорные частушки», «Рожок», «Балалайка», «Гармошка», «Звездная полька», «Упражнение с обручами»</p> <p>2. «Улитка», «Озорные частушки», «Рожок», «Гармошка», «Звездная полька», «Контрасты»</p>	<p>«Спортивный марш», Раз, два, три», «Аэробика», «Мельница», «Упражнения с обручами», «Мячик»</p> <p>Марш «33 Коровы», «Птичий двор», «Маляры», «Кукляндия», «Птичка-полька», «Чарльстон», «Звездная полька»</p>
Апрель	<p>1. «Эстрадный марш», «Танцуйте сидя», Полный вперед», «Красная шапочка», «Чунга-чанга», «Мартышки», «Пингвины», «Рожок»</p> <p>«Спортивный марш», «Аэробика», «Упражнения с обручами», «Раз, два, три», «Мельница», «Голубая вода»</p>	<p>1. «Улитка», «Светит месяц», «Рожок», «Гармошка», Балалайка», «Звездная полька», «Контрасты»</p> <p>2. Марш «Улыбка», «Цирковые лошадки», «Танец собачек», «Мартышки», «Сицилийский вальс», «Куклы»</p>	<p>«Танцуйте сидя», «Точка-точка», «Мячик», «Сюрприз», «Красная шапочка», «Кукляндия», «Куклы», «Чарльстон»</p> <p>2. «Улитка», «Светит месяц», «Рожок», «Гармошка», Балалайка», «Звездная полька», «Контрасты»</p>	<p>1. «Улитка», «Озорные частушки», «Рожок», «Балалайка», «Гармошка», «Звездная полька», «Светит месяц»</p> <p>2. «Улитка», «Озорные частушки», «Рожок», «Гармошка», «Звездная полька», «Контрасты»</p>

Май	<p>1. Марш «Улыбка», «Раз, два, три», «Мячик», «Поклоны», «Воздушная кукуруза», «Вудели-ача», «Контрасты», «Часики», Точка-точка», «Кукляндия»</p> <p>«Эстрадный марш», «Раз, два, три», «Поклоны», «Часики», «Контрасты», «Звездная полька», «Мячик»</p>	<p>«Спортивный марш», Раз, два, три», «Аэробика», «Мельница», «Упражнения с обручами», «Мячик»</p> <p>«Эстрадный марш», «Раз, два, три», «Поклоны», «Часики», «Контрасты», «Звездная полька», «Вудели-ача», «Чарльстон»</p>	<p>1. «Улитка», «Озорные частушки», «Рожок», «Балалайка», «Гармошка», «Звездная полька», «Чарльстон»</p> <p>2. «Улитка», «Озорные частушки», «Рожок», «Гармошка», «Звездная полька», «Светит месяц»</p>	<p>1. «Спортивный марш», Раз, два, три», «Аэробика», «Мельница», «Упражнения с обручами», «Поклоны», «Голубая вода»</p> <p>1. «Улитка», «Светит месяц», «Рожок», «Гармошка», Балалайка», «Звездная полька», «Контрасты», «Джив-миксер»</p>
-----	---	---	---	--

IV. Организационно - педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы художественно-эстетической направленности детей дошкольного возраста «Ритмопластика»

Форма организации детей: групповые занятия, количественный состав — 10-12 человек **Форма обучения:** обучение детей проходит во второй половине дня по окончании основных режимных моментов.

Учебная неделя: 2 дня. Длительность занятий: 25-30 минут (вторая половина дня)

Формы подведения итогов реализации программы:

проведение открытых мероприятий:

- открытого занятия;
- участие в концертах для детей;
- участие в праздниках;
- диагностика.

Одежда: Форма для мальчиков: чешки, шорты и футболка; для девочек: чешки и гимнастический купальник.

Ожидаемый результат: Развитие интереса к процессу движения под музыку, освоение танцев с различными, раскрывающими образ движениями; знакомство с музыкально- ритмическими композициями, подвижными и музыкальными играми.

Структура занятия состоит из четырех частей:

I часть - включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/4 часть общего времени занятия.

II часть - упражнения с музыкально-ритмическими заданиями: гимнастические упражнения под музыку на хореографической основе (задания с большой двигательной активностью, изучение новых движений). По длительности – 2/4 общего времени занятия.

III часть - включает музыкально-ритмические композиции (освоение танцевальных движений, творческие задания)

IV часть - игровые действия (язык жестов), музыкальные игры, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 1/4 общего времени занятия.

Условия организации занятий:

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

Средства обучения

Перечень оборудования (инструменты, материалы и приспособления)

Наименование оборудования (инструментов, материалов и приспособлений)	Количество
Игрушки	15 шт
Ленты(50см)	40 шт
Ленты на палочке	20 шт

Флажки разноцветные	40 шт
Шарфы разноцветные	30 шт
Обручи	20 шт
Платочки разноцветные	40 шт
Султанчики разные	40 шт
Платковые куклы «бабочки»	20 шт
Перчаточные куклы «рыбки»	15 шт.
Мячи среднего размера	20 шт

Перечень технических средств обучения

Наименование технических средств обучения	Количество
Музыкальный центр	
Аудиоприложение «Ритмическая мозаика»	4 CD
Аудиоприложение «Танцевальная ритмика»	4 CD
Аудиоприложение «Учусь творить»	4CD
Аудиоприложение мастер-класса Л.Кустовой	4 CD
Аудиоприложение «КУ-КО-ША»	1CD
Аудиоприложение сб. «Танцуй, малыш» И.Суворова	1CD
Аудиоприложение сб.«Топ-хлоп, малыши» Т.Сауко, А.Буренина,	1CD
Аудиоприложение сб «Коммуникативные танцы-игры для детей» А.И.Буренина	1CD
Проектор	1
Ноутбук	1
Магнитола	1
Экран	1

Перечень учебно - методических материалов

Наименование учебно- методических материалов	Количество
«Ритмическая мозаика» А.И.Буренина Программа по ритмической пластике для детей, Спб, 2014г.	1
«Танцевальная ритмика для детей» (сб.1,2,3,4) Т. И.Суворова, Спб, 2006 г.	1
Материалы мастер-класса Л.Кустовой	1
Материалы семинара Т.Э.Тютюнниковой «Учусь творить»	3
Танцевально-игровое пособие «КУ-КО-ША» Е.Кутузова,С.Коваленко,И.Шарифуллина, Спб, 2009 г.	1
«Коммуникативные танцы-игры для детей» А.И.Буренина, СПб, 2008	1
Сборник музыкально-ритмических движений «Танцуй, малыш» И.Суворова, Спб, 2006 г.	1
Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей «Топ-хлоп, малыши» Т.Сауко, А.Буренина, 2002	1
Презентации и видеопрезентации	10
Иллюстративный материал	
Картотека музыкальных игр	

V. Планируемые результаты освоения образовательной программы

Развитие интереса к процессу движения под музыку, освоение танцев с различными раскрывающими образ движениями; знакомство с музыкально-ритмическими композициями, подвижными и музыкальными играми.

Первый год обучения (младшая подгруппа). После первого года обучения занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

Второй год обучения (средне-старшая подгруппа). По окончании обучения занимающиеся знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный запас движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и русские народные танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

VI. Система оценки результатов освоения программы

Уровень развития ребенка можно определить, воспользовавшись разработкой из программы «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной.

Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:

- выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы;
- оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, сравнивая их между собой, и условно ориентируется на лучшие показатели, выявленные для данного возраста (лучше — в данной группе).

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

Критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития в соответствии с уровнями: В-высокий, С-средний, Н-низкий.

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

Для каждого возраста педагог определяет разные критерии музыкальности в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка, ориентируясь на объем умений.

Оценки детей 4-го года жизни:

В-высокий: умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;

С-средний: в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

Н-низкий: движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Для детей 5-го года жизни:

В-высокий: передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения; различать 2-3 частную форму произведения

С-средний передается только контрастное настроение музыкального произведения.

Н-низкий: движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с настроением музыки.

Эмоциональность — выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства

не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям: В-высокий, С-средний, Н-низкий.

Творческие проявления — умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные "па". Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны выразить свое восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, в слове. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

Внимание — способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию (младшие дети — 1-го уровня сложности, старшие — 2-го и 3-го уровня сложности) от начала до конца самостоятельно — это высокий уровень. Если выполняет с некоторыми подсказками, то -С-средний в случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания — Н-низкий.

Память — способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму. Если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти (В). Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз) оценивается как низкий уровень (Н)

Подвижность (лабильность) нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон — это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д. (В-высокий, С-средний, Н-низкий) в зависимости от степени выраженности данного качества).

Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

Координация, ловкость движений — точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений). У детей 4-го года жизни оценивается правильное и точное исполнение ритмических композиций 1-го уровня сложности

У детей 4-6-го года жизни оценивается правильное и точное исполнение ритмических композиций 2-го уровня сложности.

Гибкость, пластичность — мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения ("рыбка", "полушпагат" и др. — В-высокий, С-средний, Н-низкий).

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении определенного периода

времени, выстроить диаграмму или график показателей развития

Критерии оценки параметров

№ п/п	Параметры	Критерии оценки
1	Интерес к движениям под музыку	Оценивается устойчивость и выраженность интереса ребёнка к музыкально-ритмическим движениям.
2	Музыкальность	Оценивается соответствие исполнения движений музыке (характеру и средствам выразительности)
3	Эмоциональность	Оценивается выразительность мимики и пантомимики.
4	Креативность	Оценивается умение импровизировать на основе усвоенных движений, а также придумывать собственные.
5	Развитие двигательных навыков	Оценивается качество и уверенность исполнения разнообразных видов движений (основные, имитационные, танцевальные и т.д.)
6	Формирование двигательных качеств	Оценивается координация, точность, лёгкость движений, гибкость и пластичность исполнения.
7	Подвижность, лабильность нервных процессов	Оценивается умение переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой, её темпом, ритмом, динамикой. Умение менять направление движения, перестраиваться.
8	Формирование навыков ориентировки в пространстве	Оценивается на основе наблюдений за исполнением различных перестроений в соответствии с возрастными возможностями, умением выполнять движения в нужном направлении, произвольностью выполнения движений правой и левой рукой.

