Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 2 п. Хвойная»

Рассмотрена:

На педагогическом совете

Протокол № 1 от 01.09.2023 г.

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ №2



Сажнева И.В.

Приказ № 27 от 01.09. 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«РИТМИКА»**

Срок реализации программы: 1 год

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Автор программы:

Старший воспитатель Павлова О.С.

Воспитатель Иванова Т.В.

п. Хвойная  
2023 год

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Цель и задачи программы
3. Планируемые результаты
4. Учебно-тематический план
5. Содержание программы
6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение
7. Материально-техническое обеспечение образовательной программы.
8. Список литературы
9. **Пояснительная записка**

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. Музыкально - ритмические движения, являются синтетическим видом деятельности, следовательно, эта

программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психологические процессы, которые лежат в их основе.

Направленность программы – художественная.

Вид образовательной программы - модифицированная на основе программы Елисеевой Е.И., Родионовой Ю.Н. «Ритмика в детском саду».

Новизна предлагаемой программы состоит в том, что предлагаемый материал можно использовать творчески, адаптируя к условиям работы. В качестве музыкального сопровождения предлагаются целостные произведения в аудио записи, а не отрывки, как это принято в традиционных музыкально- ритмических упражнениях. Данная программа соответствует принципу полифункционального подхода- одновременное решение нескольких задач в структуре одного ритмического занятия: образовательных, эстетических и воспитательных. Программа содержит нетрадиционные формы проведения занятий с использование музыки и игры. Отличительной чертой программы является дифференцированный подход к обучающимся.

Актуальность программы: 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. Музыкально - ритмические движения, являются синтетическим видом деятельности, следовательно, эта программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психологические процессы, которые лежат в их основе.

Педагогическая целесообразность: образовательной программы обусловлена тем, что в связи с удовлетворением возрастающих потребностей детей в сфере танцевально-двигательной активности, музыкально-ритмической творческой деятельности, а так же с изменением целевых ориентиров деятельности образовательных учреждений, направленных на внедрение здоровьесберегающих технологий, на физическое и творческое развитие детей назрела необходимость комплексного подхода к организации учебно-воспитательного процесса в рамках дополнительных занятий с детьми ритмикой.

1. **Цель и задачи программы**

**Основная цель программы**: содействовать всестороннему развитию личности дошкольника музыкально-ритмическими средствами (культура движения, музыкальность, координация) раскрывать индивидуальные особенности воспитанников и развивать их творческие способности.

**Задачи программы**:

Образовательные;

* Формирование двигательных умений и навыков;
* совершенствование основных психомоторных качеств (переключаемости движений и двигательной памяти);
* развитие ритмической способности;
* развитие пространственных представлений и координации движений.

Эстетические;

* воспитание музыкального вкуса, формирование умения понимать прекрасное;
* обучение движениям под музыку.

Воспитательные;

* развитие чувства взаимопомощи, внимательного отношения к другим;
* формирование самостоятельности;

-воспитание ответственного отношения к выполнению заданий, стремления доводить начатое до конца;

* повышение уровня самооценки детьми.

Рабочая программа рассчитана на 1 год обучения: год - старшая группа с 5 до 6 лет; Формы и режим занятий.

Содержание программы ориентировано на одновозрастную группу детей: наполняемость - 12 человек.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

* смена места жительства, противопоказания по состоянию здоровья и в других случаях.

Ведущей формой организации обучения является групповая и подгрупповая, индивидуальная.

Периодичность проведения занятий: 2 раза в неделю

Продолжительность занятия:

Старшая группа - 30 мин.

1. **Планируемые результаты**

Диагностические мероприятия по отслеживанию результатов усвоения программы позволяет проанализировать успехи дошкольников на каждом этапе обучения. Педагогический анализ знаний и умений детей проводится в 2 раза в год (сентябрь, май) в форме индивидуальной работы, методом наблюдения за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе подобранного репертуара).

Целевые ориентиры. *К концу года дети должны уметь:*

1. Выполнять основные виды движений: ходьба «торжественная», спокойная, «таинственная»; бег легкий и стремительный;
2. Выполнять основные танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, кружение по одному и в парах, движение в парах по кругу, выставление ноги на носок и на пятку, движения с предметами;
3. Ритмический компонент: ритмично хлопать в ладоши: выполнять движения, отвечающие характеру музыки; уметь выполнять танцевальные движения: пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружиться по одному и в парах; уметь выполнять движения с предметами (с куклами, ленточками)
4. Уметь перестраиваться: из круга врассыпную и обратно .

Цель диагностики: выявить уровень 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. Обследование проводится в ходе занятий.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы по ритмике предусмотрены в следующих мероприятиях : проведение открытых

компонентов непосредственно образовательной деятельности для родителей проведение показательных мероприятий в виде фольклорных праздников, утренников,

постановок музыкальных сказок и т.д. выступление на муниципальных конкурсах и фестивалях

**4. Учебный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Раздел, тема | Всего часов, в т.ч. | Теоретические занятия | Практические  занятия |
| 1. | Беседа о ритмике | 0,5 | 0,5 | - |
| 2. | Разучивание занятий | 71,5 | 71,5 | 72 |

**5**. **Учебно-тематический план**

Основу для ритмических композиций составляют простые, разнообразные движения (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и др.) позволяющие выразить различные по характеру эмоциональные состояния, сюжеты, образы и настроения музыкальных произведений.

Разнообразие композиций по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений, позволяют использовать их в любых формах организации работы с детьми (от утренней зарядки и физкультуры до праздничных утренников).

Органическое соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребенка, делают его поведение естественным и привлекательным. Приобщение к искусству танца в широком смысле включает ознакомление детей с источниками танцевальной культуры, музыкально - ритмическим складом мелодий.

Танец, волнуя исполнителей, вызывая яркие эмоциональные реакции, формирует способность чувствовать, сопереживать, проявлять свое отношение, отличать хорошее от плохого, доброе от злого. Все это создает необходимые условия для воспитания нравственных качеств личности ребенка.

Хореографическая деятельность является хорошей школой общения. Здесь закладываются основы дружбы, взаимопонимания, взаимовыручки, ответственности, умения сочетать общественные и личные интересы, испытывать радость от коллективного труда.

Совместно организованная деятельность в танцевальном коллективе учат детей отличать подлинное искусство от подделки, прививать с самых ранних лет хороший вкус, закладывать те добрые основы, которые помогут им вырасти настоящими людьми.

Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает не только разнообразными двигательными навыками и умениями, но также и опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно- творческих и спортивных видов деятельности: это может быть последующее обучение хореографии, гимнастике, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях и т.д. Поэтому программу можно рассматривать как своеобразный «донотный» период в процессе музыкальнодвигательного воспитания детей, который помогает «настроить инструмент» (тело), научить его слышать музыку и выражать свое «видение» музыкального произведения в пластической импровизации.

Организованная деятельность с детьми по ритмике и танцу содержат:

* Ходьба и маршировка в различных направлениях;
* Упражнения, регулирующие мышечный тонус и развивающие психомоторные качества;
* Ритмические упражнения, способствующих формированию ритмической способности;
* Упражнения на развитие дыхания;
* Упражнения на развитие ориентировки в пространстве;

• Игры и игровые упражнения без музыкального и с музыкальным сопровождением;

* Танец.

Организованная деятельность имеет свою структуру и включает в себя три части, направленные на решение задач и несущие определенную эмоционально- физическую нагрузку дошкольников.

1. часть занятия —подготовительная

Подготавливает двигательные аппарат, нервную систему, эмоциональное состояние детей к основной части занятия

1. часть — основная

Совершенствование ранее полученных навыков, применение их в творческой ситуации, работа с детьми над развернутыми композициями.

1. часть — заключительная. Снимает напряжение, излишнюю эмоциональность. Здесь используются игры, забавы, свободное действие под музыку.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Раздел, тема | Теоретические занятия | Практические  занятия | Всего часов, в т.ч. |
| 1 | Беседа о ритмике | 0,5 | - | 0,5 |
| 2 | Разучивание занятий 1-2 | 1 | 1 | 2 |
| 3 | Разучивание занятий 3-4 | 1 | 1 | 2 |
| 4 | Разучивание занятий 5-6 | 1 | 1 | 2 |
| 5 | Разучивание занятий 7-8 | 1 | 1 | 2 |
| 6 | Разучивание занятий 9-10 | 1 | 1 | 2 |
| 7 | Разучивание занятий 11-12 | 1 | 1 | 2 |
| 8 | Разучивание занятий 13-14 | 1 | 1 | 2 |
| 9 | Разучивание занятий 15-16 | 1 | 1 | 2 |
| 10 | Разучивание занятий 17-18 | 1 | 1 | 2 |
| 11 | Разучивание занятий 19-20 | 1 | 1 | 2 |
| 12 | Разучивание занятий 21-22 | 1 | 1 | 2 |
| 13 | Разучивание занятий 23-24 | 1 | 1 | 2 |
| 14 | Разучивание занятий 25-26 | 1 | 1 | 2 |
| 15 | Разучивание занятий 27-28 | 1 | 1 | 2 |
| 16 | Разучивание занятий 29-30 | 1 | 1 | 2 |
| 17 | Разучивание занятий 31-32 | 1 | 1 | 2 |
| 18 | Разучивание занятий 33-34 | 1 | 1 | 2 |
| 19 | Разучивание занятий 35-36 | 1 | 1 | 2 |
| 20 | Разучивание занятий 37-38 | 1 | 1 | 2 |
| 21 | Разучивание занятий 39-40 | 1 | 1 | 2 |
| 22 | Разучивание занятий 41-42 | 1 | 1 | 2 |
| 23 | Разучивание занятий 43-44 | 1 | 1 | 2 |
| 24 | Разучивание занятий 45-46 | 1 | 1 | 2 |
| 25 | Разучивание занятий 47-48 | 1 | 1 | 2 |
| 26 | Разучивание занятий 49-50 | 1 | 1 | 2 |
| 27 | Разучивание занятий 51-52 | 1 | 1 | 2 |
| 28 | Разучивание занятий 53-54 | 1 | 1 | 2 |
| 29 | Разучивание занятий 55-56 | 1 | 1 | 2 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Раздел, тема | Теоретические занятия | Практические  занятия | Всего часов, в т.ч. |
| 30 | Разучивание занятий 57-58 | 1 | 1 | 2 |
| 31 | Разучивание занятий 59-60 | 1 | 1 | 2 |
| 32 | Разучивание занятий 61-62 | 1 | 1 | 2 |
| 33 | Разучивание занятий 63-64 | 1 | 1 | 2 |
| 34 | Разучивание занятий 65-66 | 1 | 1 | 2 |
| 35 | Разучивание занятий 67-68 | 1 | 1 | 2 |
| 36 | Разучивание занятий 69-70 | 1 | 1 | 2 |
| 37 | Разучивание занятий 71-72 | 0,5 | 1 | 1,5 |
| 38 | ИТОГО | 36 | 36 | 72 |

**6.Содержание программы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Тема | Содержание | Методическое обеспечение |
| Сентябрь | Беседа о ритмике  Разучивание занятий 1-2 | *Теоретическая часть:*  Рассказать о музыкально-ритмических движениях  Объяснить, как строиться в колонну и шеренгу, улучшать качество шага и бега  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в шеренгу и колонну. Ходьба в колонне и врассыпную. Легкий танцевальный бег.  Игроритмика: хлопки на каждый счет различных вариантов («тарелочки», «блинчики», «ладушки», «комарики» и т.д.).  Хореографические упражнения: позиции ног (1; 4 -«домик», «дорожка»),  Танцевальные шаги: приставной шаг.  Игры со словом «Ежики», «Солдатик».  Музыкальная игра «Кто как ходит»  Упражнения на дыхание, расслабление мышц. Потряхивание кистями рук в положении сидя и стоя. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 3-4 | *Теоретическая часть:*  Беседа об ориентировке в пространстве, , Объяснить, как ходить по кругу и расширять круг.  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: ходьба и бег в колонне и врассыпную.  Игроритмика: «Охотники и звери» музыка Робера «Марш» (на громкую музыку - хлопки на каждый счет - «охотники стреляют», на тихую - присесть - «звери прячутся»),  Хореографические упражнения (повтор упражнения занятий 1-2) и позиции рук («поясок», «матрешка», «кулачки на бочок», «лапы»).  Игры со словом: «Вороны», «По ровненькой дорожке».  «Танец с музыкальными инструментами»  Упражнение на релаксацию. Пальчиковая игра «Сидит белка» | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 5-6 | *Теоретическая часть:*  Беседа о ритмичной ходьбе с правильной осанкой, объяснить, как сохранять ровный круг при движении за руки  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в шеренгу и круг. Ходьба и бег врассыпную.  Игра со словом «Муравьиная зарядка».  Игроритмика: хлопки и притопы через счет и на каждый счёт  Танец с музыкальными инструментами».  Музыкально-подвижная игра «Дождик»  Ритмическая игра «Не плачь» (с палочками, маракасами).  Игровой самомассаж | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 7-8 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, как ходить хороводным шагом «цепочкой»  *Практическая часть:*  Музыкально-подвижная игра: «Нитка-иголка».  Строевые упражнения: построение в круг, передвижения по кругу и в различных направлениях за педагогом.  Игроритмика: повторить хлопки (занятия 1-2).  Игры со словом: «Заинька», «Две тетери», «Солдатик».  Ритмический «Танец с кубиками»  Игра «Музыкальные загадки»  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Октябрь | Разучивание занятий 9-10 | *Теоретическая часть:*  Беседа о понятиях «колонна», «круг», «шеренга», приставной шаг.  *Практическая часть:*  Строевые упражнения (повторить предыдущие занятия).  Игры со словом «Между речек и полей».  Игроритмика «Веселые ножки», «Охотники и звери».  Игроритмика «Широкая и узкая дорожка» - подготовительное упражнение к приставному шагу.  Ритмический танец «Колобок»  Упражнения на релаксацию. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 11-12 | *Теоретическая часть:*  Беседа о высоком шаге, прямом галопе.  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в шеренгу, круг. Ходьба по кругу с хлопками.  Хореографические упражнения: позиции рук («поясок», «кулачки на бочок», «полочка», «лапы», «дощечки»).  Игроритмика: хлопки через счет и на каждый счет.  Ритмический танец «Колобок» (выполнение движений по показу педагога).  Игра со словом «Из-за леса».  Музыкально-подвижная игра «На лошадке»  Пальчиковая гимнастика. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 13-14 | *Теоретическая часть:*  Беседа о топающих и приставных шагами, подскоках  *Практическая часть:*  Хореографические упражнения: позиции ног («домик», «узкая и широкая дорожка»).  Игроритмика: «Иголочка-ниточка» (ходьба «цепочкой» за педагогом).  Ритмическая игра «Дождик»  «Танец с музыкальными инструментами».  Музыкально-подвижная игра «Колобок».  Подвижная игра «Кот и мыши»  Упражнения на дыхание, расслабление мышц. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 15-16 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, как согласованно двигаться в парах, кружиться парами, пополнять запас плясовых движений (хлопки).  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в две колонны, ходьба со сменой направлений.  Игроритмика «Найди пару и покружись».  Игры со словом «Две тетери», «Дорожка», «Заинька».  Танцевальная разминка: плясовые движения (притопы с хлопками, выставление ноги на пятку, «пружинка» с «фонариками»).  Музыкально-подвижная игра «Машинист»  Танцевальные шаги: топающий шаг («паровозик») и высокий шаг («лошадки»).  Игровой самомассаж. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Ноябрь | Разучивание занятий 17-18 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, что такое пружинные приседания  *Практическая часть:*  Игровые упражнения: построение в круг, продвижение по upyi у и разных направлениях за педагогом.  Игроритмика «Повтори за мной» (повторение хлопков, притопов, шлепков в разных ритмических рисунках по показу педагога).  Музыкально-подвижная игра «Отгадай, чей голосок?»  Игры со словом «У пруда», «Матрешка», «Заинька».  Ритмический танец «Полька» - в парах  Пальчиковая гимнастика «Трава-мурава».  Игровой самомассаж: поглаживание рук и ног в образно-игровой форме (ладошка - «мочалка», «омываем водичкой руки, ноги») | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий19-20 | *Теоретическая часть:*  Беседа о согласованных движениях в парах, сохранении ровного круга, выполнении движений в соответствии с текстом, выразительно предавая игровые образы, следить за осанкой детей.  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в пары, ходьба парами и по одному.  Хореографические упражнения: закрепить позиции ног (1; 6), позиции рук: «поясок», «полочка», «матрешка», «крылышки».  Ритмический танец: «Мы пойдем сначала вправо».  Игры со словом «Зайка, поскачи», «Петушок»  Танцевальные шаги: высокий ( «идут лошадки»), пружинный («кошечка»),  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 21-22 | *Теоретическая часть:*  Объяснять, как выполняются пружинные движения  Беседа о важности соблюдать правила игры  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение колонны, шеренги, круга.  Хореографические упражнения: закреплять танцевальные позиции рук и ног.  Игры со словом: «Мы шагаем по сугробам», «Лисичка».  Игроритмика: хлопки и притопы через счет и на каждый счет.  Ритмический танец «Если нравится тебе»  Повторить «Маленькая полька» - в парах.  Музыкально-подвижная игра «Зайцы и волк»  Пальчиковая игра «Жук».  Упражнения на дыхание и расслабление мышц. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 23-24 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, как перестраиваться из круга врассыпную, менять движения со сменой музыкальных фраз  *Практическая часть:*  Игроритмика: хлопки и притопы (повторить упражнения предыдущего занятия).  Хореографические упражнения: закрепление позиций рук и ног.  Парная полька «Дружные пары» муз. эстонская песня «Рыбачок»  Игры со словом: «Игра в снежки», «По сугробам», «Петушок».  «Игра с мячом» (на определение тембра голоса).  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Декабрь | Разучивание занятий 25-26 | *Теоретическая часть:*  Беседа о важности правильной осанки во время ходьбы, о танцевальном беге в парах  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в две колонны (по ориентирам).  Игроритмика «Охотники и звери», «Веселые ладоши».  Игры со словом «Солдатик», «Мы шагаем по сугробам», «Зайчики и вол к».  Ритмический танец «Петушок»  Музыкально-подвижная игра «На велосипеде»  Креативная гимнастика: «Лесные загадки».  Упражнения на релаксацию. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 27-28 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, как скакать с ноги на ногу, двигаться в соответствии с музыкой и текстом потешки  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в круг, ходьба маршевым и хороводным шагом.  Игроритмика: хлопки, выставленные ноги на пятку, притопы.  Игры со словом: «Вороны», «Две тетери».  Ритмические танцы: «Давайте все делать, как я», «Петушок»  Музыкально - подвижная игра «Зайцы и волк»  Пальчиковая гимнастика: «Тили - бом».  Упражнения на релаксацию. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 29-30 | *Теоретическая часть:*  Беседа о хороводе, поскоке  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: подвижная игра «У ребят порядок строгий» (построение круга, шеренги, колонны). Ходьба по кругу вправо-влево, сужение и расширение круга.  Игроритмика: поднимание и опускание под музыку сцепленных в шеренгах рук.  Игра со словом «Золотые ворота».  Ритмический танец «Маленькая полька»  Музыкально-подвижные игры «Кот и мыши», «Зайчики и волк»  Игровой самомассаж. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 31-32 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, как менять движения в соответствии с музыкой и текстом потешки  *Практическая часть:*  Хореографические упражнения: позиции рук и ног.  Танцевальные шаги: высокий шаг, поскок.  Игры со словом «Солдатик», «Гуси», «Зайки, поскачи».  Игроритмика «Иголка-нитка».  Повторить ритмический танец «Кузнечик»  Музыкально-подвижные игры: «Машинист», «Музыканты»  Пальчиковая гимнастика «Сидит белка на тележке».  Упражнения на релаксацию и гибкость | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Январь | Разучивание занятий 33-34 | *Теоретическая часть:*  Беседа об ориентировке в пространстве, ходьбе по кругу, сужении и расширении круга. Как с помощью движений передавать различные образы.  *Практическая часть:*  Игроритмика: хлопки, притопы. Музыкальная игра «Охотники и тори» (на различение динамики).  Игры со словом «Девочки и мальчики», «Мы шагаем по сугробам».  Ритмический танец «Зверобика»  Хореографические упражнения; закрепление позиций ноги рук, полуприсяды, выставление ног на носок  Музыкально-подвижная игра «Иголка-нитка».  Игровой самомассаж. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 35-36 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, какперестраиваться из круга врассыпную, беседа о смене музыкальных фраз  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в круг, ходьба по кругу и врассыпную.  Игроритмика «Тихо-громко» (увеличение и уменьшение круга в соответствии с динамикой музыки).  Ритмический танец «В траве сидел кузнечик».  Хореографические упражнения (повторить упражнения занятия 1-2)  Пальчиковая гимнастика: выполнение фигурок из пальцев («бинокль», «лодочка», «цепочка»).  Игра со словом «Игра в снежки».  Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки. Потряхивание кистями рук («воробушки полетели»). | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 37-38 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, как ходить «цепочкой», держась за руки, беседа о совершенствовать топающем и приставном шаге, поскоке;  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построения в шеренгу и колонну. Ходьба в сцеплении рук «гусеница».  Игроритмика: поднимание и опускание рук на два счета и на четыре счета.  Ритмический танец «В траве сидел кузнечик»  Музыкально-подвижная игра «Кот и мыши»  Пальчиковая гимнастика: (повторить упражнения занятия 3-4).  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 39-40 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, как согласованно выполнять движения в парах  Беседа о важности соблюдения правила игры  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в пары, ходьба парами.  Игроритмика: плясовые движения с платочками (под русскую народную музыку).  Игра со словом «Матрешка».  Ритмический танец «Матрешки»  Музыкально-подвижная игра «Зайчики»  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Февраль | Разучивание занятий 41-42 | *Теоретическая часть:*  Беседа о выразительных движениях, об ориентировке в пространстве  *Практическая часть:*  Игроритмика «Громко - тихо» (ходьба, акцентируя шаг и в полуприсяде, крадучись), хлопки (образные: «ладушки», «блинчики», «тарелочки», «комарики», «солнышко», «коленочки»).  Хореографические упражнения: движения руками на плавную музыку.  Ритмический танец «Матрешка».  Музыкально - подвижная игра «Зайчики».  Пальчиковая гимнастика: музыкальная игра «Пальчики»  Упражнения на расслабление мышц и дыхание («насос» — на вдохе через нос руки поднять до уровня груди, ладонями вниз, на выдохе — руки вниз, ладонями вниз). | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 43-44 | *Теоретическая часть:*  Беседа о правильном движении в парах, сохранении ровного круга, объяснить, как правильно делать прямой галоп.  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в пары, ходьба парами и по одному, бег врассыпную.  Игроритмика (повторить упражнения занятия 1—2).  Хореографические упражнения  Музыкально-подвижная игра «Карусели»  Пальчиковая игра: «Цок-цок».  Игровой самомассаж: | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятия 45-46 | *Теоретическая часть:*  Беседа о важности правильной осанки во время ходьбы, объяснить, как правильно выполнять танцевальный бега в парах  *Практическая часть:*  Музыкально-подвижная игра «У ребят порядок строгий». Построение в колонну и шеренгу по ориентирам.  Игроритмика: плясовые движения с платочками.  Повторить ритмический танец «Колобок», муз. Т. Морозовой  Игра со словом «Вороны», «Ежики».  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятия 47-48 | *Теоретическая часть:*  Объяснить, как начинать и заканчивать движение с музыкой, что такое топающий шаг.  *Практическая часть:*  Музыкально-подвижная игра «У ребят порядок строгий».  Креативная гимнастика «Создай образ» (пройти по камешкам через ручей в качестве любого персонажа сказки (фонограмма «Звуки природы»),  Ритмический танец «Манечки-Ванечки», русская нар. муз.  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Март | Разучивание занятий 49-50 | *Теоретическая часть:*  Беседа о хороводном, топающем шаге, поскоке  *Практическая часть:*  Строевые движения; построение в круг, «хоровод» (ходьба в разных направлениях, сужение и расширение круга).  Ритмический танец «Манечки-Ванечки»  Игроритмика: хлопки и притопы на каждый счет и через счет.  Игра со словом «Петух».  Музыкально-подвижная ифа по ритмике «Эхо» (повторение движений по показу педагога).  Пальчиковая гимнастика: музыкальная игра «Пальчики».  Игровой самомассаж. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 51-52 | *Теоретическая часть:*  Беседа о движении в соответствии с изменением динамики музыки, выразительных движениях  *Практическая часть:*  Строевые упражнения (повторить упражнения занятия 1-2).  Ритмический танец с лентами «Облака»  Хореографические упражнения: полуприсяды, подъем на носки.  Упражнения на укрепление осанки (у стены).  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 53-54 | *Теоретическая часть:*  Беседа о важности соблюдать правила игры, объяснить, как двигаться небольшими группами со сменой направления.  *Практическая часть:*  Танцевальные шаги: высокий шаг и на носках, приставной шаг, шаге подскоком.  Игроритмика: хлопки и притопы.  Музыкально-подвижная игра «Веселые погремушки»,  Ритмический танец с лентами «Облака»  Игра со словом «Поезд».  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Разучивание занятий 55-56 | *Теоретическая часть:*  Беседа о важности соблюдать последовательность игровых и танцевальных движений и самостоятельно менять движения.  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в круг, повторить танцевальные шаги (повторить строевые упражнения занятия 5—6).  Игра со словом «Поезд».  Повторить ритмический танец«Матрешки»  Креативная гимнастика «Кто я?» (передать игровой образ в движении и позах).  Пальчиковая игра «Сидит белка».  Игровой самомассаж. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |
| Апрель | Разучивание занятий 57-58 | *Теоретическая часть:*  Бесед о ритме, ориентировке в пространстве  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу и круг, продвижение по кругу в сцеплении «гусеница».  Танцевальные шаги: шаг с носка, высокий шаг.  Креативная гимнастика игра «Кто я?».  Ритмический танец с лентами «Облака»  Музыкально-подвижные игры: «Угадай, чей голосок?», «Пройдем в воротики», «Хоровод»  Упражнения на расслабление мышц, дыхание. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 59-60 | *Теоретическая часть:*  Беседа о ритме, о дружелюбных отношениях  Объяснить, как выполняется приставной шаг.  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в крут, ходьба и бег по кругу и врассыпную с лентами.  Ритмический танец «Облака»  Игроритмика: повторить хлопки и притопы на каждый счет и через счет.  Игра со словом «Положили через речку».  Креативная гимнастика «Кто я?» (изобразить птичку, бабочку, лягушку)  Музыкально-подвижная игра «Паровозик»  Упражнения на релаксацию. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 61-62 | *Теоретическая часть:*  Беседа о том, как выразительно передавать игровые образы  *Практическая часть:*  Креативная гимнастика «Кто я?» (образные движения: бабочка, птичка, лягушка, зайчик).  Ритмический «Танец с игрушками» белорусская полька «Янка»  Музыкально-подвижная игра «Солнышко и дождик»  Пальчиковая гимнастика: выполнение фигурок из пальцев: «бинокль»,  «лодочка», «цепочка».  Упражнения на релаксацию. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 63-64 | *Теоретическая часть:*  Беседа о приставном шаге, важности дружелюбных отношений  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в круг, ходьба парами. Музыкальноподвижная игра «Паровозик»  Танец-игра с игрушками бел. полька «Янка»  Пальчиковая игра (повторить упражнения занятия 3-4).  Игра со словом «Золотые ворота».  Дыхательные упражнения и упражнения на укрепление осанки. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Май | Разучивание занятий 65-66 | *Теоретическая часть:*  Беседа об ориентировке в пространстве, о важности выразительно передавать игровые образы, выполнять правила игры  *Практическая часть:*  Танцевальные шаги: шаг с носка, высокий шаг, на носках.  Т Музыкально-подвижная игра «Мыши»  Ритмический танец «Кузнечик».  Игра «Найди себе пару».  Игра со словом «Положили через речку».  Упражнения на релаксацию. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 67-68 | *Теоретическая часть:*  Беседа о ритме, объяснить, как выполнять танцевальные движения с платочками  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в круг, ходьба по кругу, сужение и расширение круга.  Игроритмика: хлопки и притопы. Игра «Охотники и звери» под «Марш» М. Робера.  Креативная гимнастика: игровые задания «Магазин игрушек»  Танцевальные движения с платочками.  Музыкально-подвижная игра «Садовники»  Пальчиковая гимнастика. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 69-70 | *Теоретическая часть:*  Беседа о важности правильной осанки во время ходьбы, о танцевальном беге в парах, о важности соблюдения правил игры  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в пары, ходьба с погремушками.  Ритмические движения с погремушками.  Музыкально-подвижная игра «Садовники».  Танцевальные шаги: приставной, высокий шаг.  Ритмический танец «Маленькая полька».  Упражнения на релаксацию и расслабление мышц. | Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. |
| Разучивание занятий 71-72 | *Теоретическая часть:*  Беседа о движениях под музыку.  *Практическая часть:*  Строевые упражнения: построение в шеренгу, колонну, в круг.  Ходьба по кругу, врассыпную, парами.  Игроритмика «Иголка и нитка» — ходить «цепочкой» в свободном направлении без помощи педагога.  Креативная гимнастика «Магазин игрушек».  Повторить2-3 знакомых танца по желанию детей.  Музыкально-подвижная игра по желанию детей.  Упражнения на релаксацию. | Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ |

**Итоговая диагностика**

Выполнять основные виды движений: ходьба «торжественная», спокойная, «таинственная»; бег легкий и стремительный;

1. Выполнять основные танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, кружение по одному и в парах, движение в парах по кругу, выставление ноги на носок и на пятку, движения с предметами;
2. Ритмический компонент: ритмично хлопать в ладоши: выполнять движения, отвечающие характеру музыки; уметь выполнять танцевальные движения: пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружиться по одному и в парах; уметь выполнять движения с предметами (с куклами, ленточками)
3. Уметь перестраиваться: из круга врассыпную и обратно .

**7.Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение**

**образовательной программы.**

1. Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ
2. Буренина А. И. Римическая мозаика. Музыкальное приложение. Комплект из 4 дисков
3. Каплунова И., Новосельцева И. «Ладушки. Левой-правой. Марши в детском саду»
4. Каплунова И., Новосельцева И. «Потанцуй со мной дружок» из серии «Ладушки»
5. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей.
6. Суворова Т.И «Танцевальная ритмика».
7. Серия «Детский праздник». Музыкальное приложение. Комплект из 4 дисков
8. Наглядно - иллюстративный материал:

* сюжетные картины;
* пейзажи (времена года);

1. Музыкальный ценр
2. Кубики - 22 штуки.
3. Набор детских музыкальных инструментов .
4. Маски-шапочки: лягушка, волк, лиса, коза, кошка, мышка, заяц, собака, медведь, белка, петух.
5. Платочки - 11 штук.
6. Ленты - 11 штук.
7. Погремушки - 11 штук.