

муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 376  
Тракторозаводского района Волгограда»

Согласовано

Педагогическим советом

Протокол № 1 от

«29» 08 2022 г.

Председатель Шатская Е.В. Шатская

Введено в действие приказом  
МОУ Детского сада № 376  
№ 60 от «29» 08 2022 г.  
Заведующий МОУ Д/с № 376  
Золотарева Е.С. Золотарева



**Рабочая программа кружка «В ритме танца»**

на 2022-2023 учебный год

Составлена на основе методического пособия А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»

Разработчик(и) программы: Примечаева Анна Олеговна, инструктор по ФК

2022 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность:** Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально - ритмическая гимнастика.

**Доступность** этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. **Эффективность** - в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную систему человека. **Эмоциональность** достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Программа дополнительного образования «В ритме танца» работает по методическому пособию А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика», направленной на развитие пластики для детей младшего возраста.

**Возраст детей и срок реализации программы.**

Курс программы рассчитан на 1 год - проведение занятий 2 раз в неделю (общий объём – 72 занятий в год).

Занятия проводятся в физкультурном зале два раза в неделю.

**Сроки реализации:** 02.09.2019 – 31.05.2020г.

**Режим занятий:**

Группа (дети от 2 до 3) - понедельник 15:00; среда 15:00.

**Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

В программу заложены требования, предъявляемые к танцевальным знаниям, умениям и навыкам обучающихся, которым дети должны научиться в течение учебного года и в течении всего курса обучения.

**Формы подведения итогов реализации.**

Итогом всего курса обучения служат открытые занятия перед родителями.

**Форма работы:** групповая, работа с подгруппой.

В соответствии с ФГОС Программа опирается на **научные принципы** ее построения, что учитывается при организации образовательного процесса:

- **принцип развивающего образования**, целью которого является развитие ребенка. Развивающий характер образования реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития;

- **сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости**. Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики;

- **соответствие критериям полноты**, необходимости и достаточности, то есть позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»;

- **единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса** образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;

- **принцип интеграции** образовательных областей (физическая культура, здоровье, безопасность, социализация, труд, познание, коммуникация, чтение художественной литературы, художественное творчество, музыка) в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;

- **принципы гуманизации**, дифференциации и индивидуализации, непрерывности и системности образования.

Отражение принципа гуманизации в образовательной программе означает:

- признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка;

- признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка;

- уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса.

- **дифференциация и индивидуализация** воспитания и обучения обеспечивает развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями. Осуществляется этот принцип учитывая индивидуальные особенности развития ребенка.

- **принцип последовательности и систематичности**. Последовательность при обучении детей движениям, подбор и сочетание нового материала с повторением и закреплением усвоенного, распределение физической нагрузки на детский организм на протяжении всего занятия. При подборе тех или иных упражнений следует не только учитывать достигнутый детьми уровень двигательных умений, но и предусматривать повышение требований к качественным показателям движений. Это необходимо для того, чтобы постоянно совершенствовать движения, не задерживать хода развития

двигательных функций. Каждое новое движение следует предлагать после достаточно прочного усвоения сходного с ним, но более простого.

**- принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей.**

При организации двигательной активности детей следует учитывать их возрастные особенности. Развитие двигательной активности детей обязательно требует индивидуального подхода. Педагог должен ориентироваться на состояние здоровья каждого ребёнка. В процессе выполнения упражнений необходимо наблюдать за самочувствием детей, варьировать содержание занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребёнка. Очень важно соблюдать баланс: так, более сложные упражнения следует чередовать с менее сложными.

**- принцип оздоровительной направленности,** обеспечивающий оптимизацию двигательной активности детей, укрепление здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

**- принцип - развивающий эффект.** Этот принцип требует соблюдения повторяемости и постепенности педагогических воздействий (многократное выполнение нагрузки как в рамках одного занятия, так и системы занятий; постепенное наращивание развивающе-тренирующих воздействий – планомерное увеличение и обновление заданий в сторону их усложнения, увеличения объема и интенсивности нагрузки по мере роста функциональных возможностей организма).

**- развитие двигательных качеств и умений:**

- развитие способности передавать в движениях музыкальный образ, используя следующие виды движений:

**основные:**

ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад, с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках;

бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки» «птички», «ручейки») прыжковые движения – на 2-х ногах, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», поскок.

**общеразвивающие движения:**

- на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность, которые даются, как правило на основе игрового образа)

**имитационные движения:**

- разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый или трусливый зайчик, хитрая лиса...)

**плясовые движения:**

- простейшие элементы народных плясок, доступных по координации – например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной или двумя ногами, пружинки.

**развитие умений ориентировки в пространстве:**

- самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом.

**Цель:** развитие творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области ритмики.

### **Задачи программы:**

#### **Приоритетные задачи:**

- воспитание интереса, потребности движения под музыку;
- развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
- обогащение слушательского и двигательного опыта, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом.

### **1. Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке в процессе совместных игр, движения под музыку со сверстниками, педагогами и родителями;
- обогащение слушательского опыта – узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен и выражение это в эмоциях, движениях;
- развитие умения передавать в движении характер музыки и ее настроение (контрастное: веселое – грустное, шаловливое – спокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно-быстрый – умеренно-медленный), динамику (громко – тихо), регистр (высоко – низко), ритм (сильную долю – как акцент, ритмическую пульсацию мелодии), различать 2-3-частную форму произведения (с контрастными по характеру частями).

### **2. Развитие умений ориентироваться в пространстве:**

Самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом.

### **3. Развитие творческих способностей:**

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и сверстниками.

#### **4. Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие умения начинать и заканчивать движение вместе с музыкой - развитие слухового внимания, способности координировать слуховые представления и двигательную реакцию;
- развитие умения выразить эмоции в мимике и пантомимике - радость, грусть, страх, и т.д., т.е. контрастные по характеру настроения, например: «Зайчик испугался», «Мишка радуется меду» и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов - умение изменять движения в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и умеренно медленным), формой (двухчастной) и ритмом музыки;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления - умение выполнять упражнения 1-го уровня сложности от начала до конца, не отвлекаясь - по показу взрослого или старшего ребенка.

#### **5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения чувствовать настроение музыки, понимать состояние образа, переданное в музыкальном произведении, и выражать это в пластике (контрастные эмоции, например, «грустный Чебурашка» - «веселый Чебурашка» и др.);
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место.

**Рекомендуемый репертуар** (из «Ритмической мозаики» - дополнительно к другим ритмическим упражнениям и пляскам под инструментальное сопровождение):

1-е полугодие: «Плюшевый медвежонок», «Веселые путешественники», «Рыбачок», «Чебурашка», «Маленький танец», игра «Птички и Ворона».

2-е полугодие: «Неваляшки», «Едем к бабушке в деревню», «Кузнечик», «Разноцветная игра», «Лошадки», «Белочка».

**Показатели развития.** Важнейшим показателем уровня музыкально-ритмического развития ребенка в этом возрасте является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ. При недостаточной координации, ловкости и точности движений (что в этом возрасте встречается довольно часто) выразительность пластики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность.

Разнообразие выполняемых движений, соответствие их темпу, ритму, форме музыкального произведения свидетельствуют о высоком уровне музыкального и двигательного развития ребенка.

**Календарно-тематическое планирование по платной образовательной услуге художественно-эстетической направленности «В ритме танца»**

*Группа (2-3 года) в количестве 72 часов*

**Вводное занятие.**

Познакомить детей с историей танца, его основными стилями и жанрами, рассказать о формах, правилах поведения на занятиях. (теор.) Развивать интерес к танцевальному искусству. Прививать любовь и уважения к танцу.

2

Танцевальная разминка на середине зала

- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра.

3

- Развитие чувства ритма: хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»)

Правильно занять место в строю.

- Содействовать умению расслабляться в игровой форме.

Игра «Найди свое место».

4

- Учить построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»)

- Развивать чувство ритма. Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»)

- Развивать умение выполнять основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку. Основные движения туловищем и головой.

5

- Обучать детей движениям: шаг с носка, на носках.

- Правильно занять место в строю.

- Содействовать умению расслабляться в игровой форме.

6 (2)

- Развитие чувства ритма: хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»)

- Закреплять движения шаг с носка, на носках.

- Развивать умение выполнять упражнения: полуприсед;

упоры: присев, лежа на согнутых руках, стоя на коленях; положение лежа.

- Учить выполнять группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках.

7

- Содействовать умению расслабляться в игровой форме.
  - Формировать умение ориентироваться в пространстве.
  - Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра.
  - Способствовать умению правильно дышать: поднимание рук – на вдохе. Свободное опускание рук – на выдохе
- Игра «Лиса», «Мышеловка» Учить импровизировать на заданную тему.

## **2. Связь музыки и движения на примерах игровых этюдов, образов.**

8

- Закреплять умение построения в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»).
- Построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях;
- Ориентиры вправо, влево, к центру, от центра.
- Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.

9

- Развивать умение ходьбы сидя на стуле.
- Закрепление комплекса общеразвивающих упражнений из пройденного материала, выполняемый под музыку.
- Учить выполнять группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках.

10

- Развивать умение выполнять полуприседы, подъемы на носки, держась за опору.
- Закреплять движения шаг с носка, на носках.
- Закреплять полуприсед на одной ноге, другую – вперед на пятку.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Способствовать умению использовать напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, сидя, стоя.

11

- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Закрепление комплекса ОРУ из пройденного материала, выполняемый под музыку.
- Закреплять умения выполнять группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках.
- Разучивание упражнений: стойка руки на пояс и за спину.
- Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору.



- Знакомство и разучивание движения: пружинные полуприседы.

12

- Разучивание комплекса упражнений с ускорением темпа. Важно сделать все движения точно, красиво и ничего не перепутать.

- Развитие чувства ритма, ходьба сидя на стуле. Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»)

- Закреплять умения построения в шеренгу («солдатики»), в круг. Передвижения по кругу в различных направлениях. Бег в рассыпную.

- Способствовать умению расслабляться.

Игра «Самолеты и бабочки».

13

- Учить перестроению из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам («Шишки, желуди, орехи» - образно-двигательные действия)

- Разучивание комплекса упражнений с погремушками, султанчиками, хлопками.

- Развитие чувства ритма, ходьба сидя на стуле. Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»).

14 (2)

- Разучивание упражнений: стойка руки на пояс и за спину.

- Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Свободные, плавные движения руками.

- Учить детей приставному шагу в сторону.

- Разучивание комплекса упражнений с ускорением темпа. Важно сделать все движения точно, красиво и ничего не перепутать.

- Развитие внимания.

- Способствовать умению расслабляться.

### **3. Набор танцевальных элементов.**

15

- Развитие чувства ритма: ходьба сидя на стуле.

- Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»)

- Закрепление умения перестроения из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам («Шишки, желуди, орехи» - образно-двигательные действия)

- Разучивание комплекса упражнений с погремушками, султанчиками, хлопками.

16

- Знакомство и разучивание движений танца: два пружинистых полуприседа с двумя ударами по коленям, с двумя хлопками перед собой, со скрестными движениями руками («ножницы»), с двумя ударами кулака о кулак («молоточки»).

Прыжком – стойка ноги врозь, руки в стороны – книзу ладонями вперед, прыжком – стойка ноги вместе, руки на пояс. Подскоки на месте с поворотом на 360\*.

- Учить детей перекатам в положении лежа, руки вверх («бревно») и в седее на пятках с опорой на предплечья.

- Развитие внимания.

- Обучение упражнениям на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.

## 17

- Закрепление умения построения в шеренгу, круг.

- Закрепление выполнения приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком.

- Способствовать развитию чувства ритма: акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле.

## 18

- Закрепление выполнения упражнений с погремушками, султанчиками или хлопками «У оленя дом большой». Построение лицом в круг, предмет в руках.

- Совершенствовать выполнение танца «Кузнечик».

- Развивать внимание.

- Развивать умение выполнять упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.

## 19

- Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях.

- Закрепить выполнение приставных шагов в сторону. Шаг с небольшим подскоком.

- Способствовать развитию чувства ритма: акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле.

Игра «Найди свое место».

## 20

- Закрепление выполнения упражнений с погремушками, султанчиками или хлопками «У оленя дом большой». Построение лицом в круг, предмет в руках.

- Совершенствовать выполнение танца «Кузнечик».

- Способствовать развитию ориентировки в пространстве, вниманию.

- Способствовать правильному выполнению полуприседов, подъемов на носки, держась за опору. Свободные, плавные движения руками.

- Развивать умение выполнять упражнения на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», «столбик»).

## 21

- Учить выполнять построения и ходьба в рассыпную.

- Способствовать развитию чувства ритма: акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, в положении стоя
- Совершенствовать выполнение танца «Кузнечик».
- Разучивание комбинаций в образно-двигательных действиях. Группировка лежа на спине («качалочка»); перекатом вперед сед на ноги врозь («Буратино»), лечь на спину, руки вверх («бревнышко») –перекаты вправо (влево).

#### **4. Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Ходьба в различных направлениях.**

22

- Закрепление выполнения упражнений с погремушками, султанчиками или хлопками «У оленя дом большой». Построение лицом в круг, предмет в руках.
- Развивать умение ориентироваться в пространстве, внимание.

23 (2)

- Закрепление умения строить круг.
  - Развивать чувство ритма: акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, в положении стоя.
  - Развитие мелкой моторики пальцев рук.
- Сед по кругу. Сгибание пальцев рук в кулак и разгибание—«фонарики»: правой, левой рукой, обеими руками и по очереди.
- Закрепление умения выполнять комбинации в образно-двигательных действиях. Группировка лежа на спине («качалочка»); перекатом вперед сед на ноги врозь («Буратино»), лечь на спину, руки вверх («бревнышко») –перекаты вправо (влево).

24

- Закреплять умение выполнять упражнения с погремушками, султанчиками или хлопками «У оленя дом большой». Построение лицом в круг, предмет в руках.
- Развитие воображения.
- Развивать умение выполнять упражнения на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», «столбик»)

25 (2)

- Совершенствовать выполнение танца «Кузнечик». Закрепить выполнение комплекса танцевально-ритмической гимнастики «У оленя дом большой».
- Содействовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве. Игра «У медведя во бору».

26

Открытое занятие для родителей

27

- Закреплять умение передвижения по кругу под музыку.
- Развитие чувства ритма: акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта.
- Разучивание различных танцевальных движений.
- Развитие мелкой моторики пальцев рук. Сед по кругу. Сгибание пальцев рук в кулак и разгибание–«фонарики»: правой, левой рукой, обеими руками и по очереди.

28

- Разучить специальные упражнения для развития силы мышц. Упор лежа прогнувшись («змея»). Лежа на спине, руки вверх–принять группировку «ежик».
- Развивать умение расслабляться, имитационно-образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление–поза «спящего».

**5. Ритмическая разминка на развитие групп мышц и подвижности суставов.**

29 (2)

- Обучение построению врассыпную.
- Развивать акцентированную ходьбу с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, в положении стоя.
- Закреплять ранее выученные танцевальные движения.
- Отрабатывать и закреплять ранее выученные танцевальные движения.
- Развивать силу мышц специально подобранным комплексом упражнений. Упор лежа прогнувшись («змея»). Лежа на спине, руки вверх – принять группировку «ежик».
- учить расслаблять тело. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего».

30

- Учить построению в круг
- Развивать умение различать динамику звука «громко-тихо».
- Обучение построению врассыпную.
- Разучить комбинации из танцевальных шагов: передвижение по кругу в сцеплении за руки, 8 шагов с носка по кругу вправо, с поворотом на лево 4 приставных шага вправо, полуприсед на правой ноге, левую вперед на пятку, 4 хлопка в ладоши.
- Отрабатывать и закреплять ранее выученные танцевальные движения. Воспитывать дисциплину, аккуратность.

31

- Закреплять ранее выученные танцевальные движения.

- Развитие мелкой моторики пальцев рук.
- Учить расслаблять тело. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук - воробушки полетели».

### 32

- Учить построению в круг.
- Развивать способность импровизации движений под песню.
- Развивать умение различать динамику звука «громко-тихо».
- Развивать ритмические способности.
- Закрепить комбинацию из танцевальных шагов:  
передвижение по кругу в сцеплении за руки, 8 шагов с носка по кругу вправо, с поворотом на лево 4 приставных шага вправо, полуприсед на правой ноге, левую вперед на пятку, 4 хлопка в ладоши.
- Закреплять построение лицом в круг с предметом в руках, отрабатывать и закреплять ранее выученные танцевальные движения.
- Развитие мелкой моторики пальцев рук.
- Учить расслаблять тело. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели».

### 33 (2)

- Учить построению в круг.
- Развивать способность импровизации движений под песню.
- Развивать умение различать динамику звука «громко-тихо».
- Развивать ритмические способности.
- Закрепить комбинацию из танцевальных шагов:  
передвижение по кругу в сцеплении за руки, 8 шагов с носка по кругу вправо, с поворотом на лево 4 приставных шага вправо, полуприсед на правой ноге, левую вперед на пятку, 4 хлопка в ладоши.
- Закреплять построение лицом в круг с предметом в руках, отрабатывать и закреплять ранее выученные танцевальные движения.
- Развитие мелкой моторики пальцев рук.
- Развивать умение правильно дышать.

### 34

- Научить детей различать динамические оттенки «громко-тихо».
- Совершенствовать выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «На крутом бережку».
- Повторить ритмический танец «Если весело живется...». Воспитывать организованность, дисциплинированность, доброту.

### 35

- Учить построению в круг
- Развивать умение поднимать и опускать руки на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет.

- Разучить комбинацию из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с не большим подскоком.

- Разучить движение «приставной шаг» по кругу,
- Закрепить движение «подскок» на месте.

## **6. Упражнения и танцы на развитие творческих способностей.**

36

- Развивать умение выполнять упражнения в седах и упорах.
- Развивать силу мышц специально подобранным комплексом упражнений, морские фигуры: «морская звезда», «морской конек», «краб», «дельфин».
- Развивать воображение и двигательную память.

37

- Развивать умение строиться в круг.
- Развивать умение поднимать и опускать руки на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет.
- Закреплять движения «приставной шаг» по кругу, «подскок» на месте.
- Развивать умение выполнять упражнения в седах и упорах.

38

- Развивать гибкость специально подобранным комплексом упражнений, морские фигуры: «улитка», «морской лев», «медуза», «уж», «морской червяк».
- Развивать воображение и двигательную память.

39

- Закреплять умение строится в круг.
- Закреплять умение поднимать и опускать руки на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет.
- Разучить комбинацию: И.П. стойка лицом к опоре, держась за нее: полуприсед, встать, встать на носки, И.П., руки на пояс, руки на опору, руки за спину, руки на опору.
- Закреплять движения «приставной шаг» по кругу, «подскок» на месте.

40

- Закреплять умение выполнять упражнения в седах и упорах.
- Развивать гибкость специально подобранным комплексом упражнений, морские фигуры: «улитка», «морской лев», «медуза», «уж», «морской червяк».
- Развивать воображение и двигательную память.

41

- Закреплять умение строится в круг.

- Закреплять умение поднимать и опускать руки на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет.
- Закреплять умение перестраиваться из одной шеренги в несколько по распоряжению педагога.
- Способствовать развитию быстроты и ловкости.
- Закреплять умение строиться в рассыпную.
- Повторить комплексы упражнений «Морские фигуры».

42

- Содействовать развитию пластической выразительности при создании образа.
  - Развивать умение правильно дышать.
- Воспитывать общую музыкальную культуру.

## **7. «Прогулка в зоопарк»**

43

- Закреплять умение строиться в круг.
- Способствовать развитию быстроты и ловкости.
- Учить детей перестроению из одной шеренги в несколько по распоряжению педагога.
- Содействовать развитию воображения и творческих способностей.
- Способствовать развитию координации движения, мышечной силы.

44

- Закрепить выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Муренка».
- Повторить ритмический танец «Галоп шестерками».
- Способствовать развитию ловкости, координации движений, мышечной силы и гибкости.
- Содействовать развитию воображения и творческих способностей.

45

- Закреплять умения строиться в круг и передвижение по кругу в сцеплении.
- Способствовать развитию различать динамику звука «громко-тихо».
- Знакомство и разучивание комплекса танцевальных элементов.

46

- Разучивание комбинаций акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.
- Развивать слуховое внимание.
- Содействовать умению расслабляться в игровой форме.

47

- Закреплять умения строиться в круг и передвижение по кругу в сцеплении.
- Развивать слуховое внимание.
- Разучивание комплекса танцевальных элементов.

48

- Разучивание комбинаций акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.
- Разучивание комплекса танцевальных элементов.
- Содействовать умению расслабляться в игровой форме.

49

- Закреплять умения строиться в круг и передвижение по кругу в сцеплении.
- Способствовать развитию различать динамику звука «громко-тихо».
- Закрепление комплекса танцевальных элементов.

## **8. Русский танцевальный фольклор на занятиях ритмикой.**

50

- Формировать умение ориентироваться в пространстве. Способствовать развитию быстроты и ловкости.
- Разучивание комплекса танцевальных элементов.
- Развитие мелкой моторики пальцев рук.
- Способствовать умению расслаблять руки с выдохом.

51

- Развивать умение построения в шеренгу и колонну по распоряжению педагога.
- Способствовать развитию различать динамику звука «громко-тихо».
- Закреплять умение перестроения из одной шеренги в несколько по команде и ориентирам.

52

- Формировать умение ориентироваться в пространстве. Способствовать развитию быстроты и ловкости.
- Развитие мелкой моторики пальцев рук.
- Способствовать умению расслаблять руки с выдохом.

53

- Развивать умение построения в шеренгу и колонну по распоряжению.
- Способствовать развитию различать динамику звука «громко-тихо».



- Формировать умение ориентироваться в пространстве. Способствовать развитию быстроты и ловкости.
  - Закреплять умение перестроения из одной шеренги в несколько по команде и ориентирам.
  - Содействовать развитию пластической выразительности при создании образа.
  - Способствовать умению расслаблять руки с выдохом.
- Игра «Карусель».

54

- Способствовать развитию творческих способностей, выдумки, фантазии.
- Закрепить выполнение упражнений танцевально-ритмической гимнастики «Хоровод». Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентировки в пространстве.

55 (2)

- Закреплять умение построения врассыпную.
- Развивать умение выполнять общеразвивающие упражнения под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения (наклона, приседа, маха и т.д.).
- Способствовать развитию умения исполнять движения как танцевальные, с фантазией. Правильность выполнения движений с ускорением темпа.

56

- Формировать умение ориентироваться в пространстве. Способствовать развитию быстроты и ловкости.
- Разучивание комплекса танцевальных элементов.
- Формировать умение напрягать и расслаблять положение рук и ног в И.П. сед и лежа на спине.

## 9. «Путешествие в лесу»

57

- Закреплять умение построения врассыпную.
- Развивать умение выполнять общеразвивающие упражнения под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения (наклона, приседа, маха и т.д.).
- Способствовать развитию умения исполнять движения как танцевальные, с фантазией. Правильность выполнения движений с ускорением темпа.

58

- Способствовать развитию быстроты, ловкости, звуковысотного слуха.
- Разучивание комплекса танцевальных элементов.

- Формировать умение напрягать и расслаблять положение рук и ног в И.П. сед и лежа на спине.

59

- Закреплять умение построения врассыпную.
- Способствовать умению выполнять общеразвивающие упражнения руками в различном темпе.
- Способствовать развитию умения исполнять движения не как спортивные, а как танцевальные, с фантазией. Правильность выполнения движений с ускорением темпа.
- Обучить детей комплексам упражнений на развитие силы мышц разгибателей спины и брюшного пресса.

60

- Способствовать развитию быстроты, ловкости, звуковысотного слуха.
- Закрепление комплекса танцевальных элементов.
- Развивать умение в положении лежа на спине вытягивать руки в стороны, вытягивание рук вверх, ног вниз.

61

Совершенствовать выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка». Закрепить выполнение группировки в положении лежа. Содействовать развитию танцевальности, координации движений.

62

- Закреплять умение строить круг.
- Способствовать развитию звуковысотного слуха.
- Развивать умение выполнять общеразвивающие упражнения под музыку, с акцентом на сильную долю такта—основного движения (наклона, приседа, маха и т.д.).
- Разучивание комплекса танцевальных элементов.

63 (2)

Повторить изученный материал по ритмическим танцам. Учить импровизировать под музыку.

Содействовать развитию танцевальности, музыкальности и координации движений, чувства ритма.

64

Генеральная репетиция концерта для родителей.

65

Отчетный концерт для родителей

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

1. Уметь в умеренном и быстром темпе переключаться с одного движения на другое в соответствии с заданной музыкой.
2. Уметь перестраиваться из круга в рассыпную и обратно.
3. Уметь в совершенстве выполнять простейшие образные движения.
4. Иметь представление о настроении и характере музыки.
5. Уметь владеть своим телом.

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ. СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

### **ТЕМА №1.**

Элементы музыкальной грамоты в передаче движениями. Определение характера музыки (веселый, грустный), темпа музыки (быстрый, медленный) и жанров музыки (марш, полька, вальс). Передача в движениях образов «снежинок», «бабочек», «солдат» и т.д., в соответствии с характером музыки.

### **ТЕМА №2.**

Связь музыки и движений на примерах игровых этюдов, образов. Практические занятия на разучивание ритмической разминки, этюдов «Зайка-попрыгайка», «Прогулка в лесу».

### **ТЕМА №3.**

Набор танцевальных элементов. Марш, бег, подскоки, галоп, виды хлопков, притопов.

### **ТЕМА №4.**

Упражнения и этюды на развитие ориентации в пространстве. Построение и перестроение в колонну, круг, линию. Этюды «Волшебный круг», «Во поле березка...», «Карусель».

### **ТЕМА №5.**

Упражнение на развитие групп мышц: «Куклы деревянные и тряпичные», «Колка дров», «Растяни резинку», «Ветер-ветерок», «Мельница», «Маятник», «Часики».

### **ТЕМА №6.**

Упражнения и танцы на развитие художественно-творческих способностей: «Кузнечик», «Антошка», «Зверобика», «Лошадки».

### **ТЕМА №7.**

Имитация движений зверей. Изобразить путем импровизации медведя, волка, лисичку, белочку, цаплю, павлина, обезьян и т.д.

### **ТЕМА №8.**

Русский танцевальный фольклор. Понятие о хороводе («Во поле береза стояла», «Каравай – каравай»).

### **ТЕМА № 9.**

«Путешествие в лесу». Дети представляют себя в лесу в различное время года. Зимой - в образе «снежинок», «елочек», осенью - «листочков», «дождя»,

летом - «ягод», «грибов», «кузнечиков», «лягушек», весной – «берез», «цветов».

#### **ТЕМА №10.**

Элементы музыкальной грамоты и передача их в движении. Определение характера музыки (спокойный, торжественный). Игры: «Самолетики», «Внимание – музыка», «Плетень», «Сороконожка», «Рыбачек».

#### **ТЕМА №11.**

Упражнение на развитие ориентации в пространстве. Положение в парах, свободное размещение в зале с возвратом в колонну, линию или круг. Движение в колонне, перестроение в парах. Этюды «Змейка», «Карусель», «Воротца».

#### **ТЕМА №12.**

Ритмическая разминка на развитие отдельных групп мышц: «Зверобика», «Азбука танцевальная» Напряжение и расслабление плечевого пояса: «Бокс», «Игра с мячом», «Поющие руки», «Пилка дров». Упражнение с использованием народных мелодий.

#### **ТЕМА №13.**

Упражнение на развитие мимики: «Просыпаемся, улыбаемся, умываемся, смотрим в бинокль, слушаем, грустим, плачем, стреляем» и т.д.

#### **ТЕМА №14.**

Упражнения, игры, активизирующие внимание: «Задом наперед», «Кот и мыши», «Игры с мячом», «Колобок».

#### **ТЕМА №15.**

Несюжетные и сюжетные подвижные игры, игры с элементами спорта: «Плетень», «Кот и воробьи», «Гуси, гуси», «Зайка не зевай».

#### **ТЕМА № 16.**

Танцы – игры на развитие творческих способностей: «Веселые барабанщики», «Конники», «Неуклюжий медведь», «Цирковые лошадки», «Лыжники», «Ковбой», «Топ и хлоп», «Скакалка».

#### **ТЕМА №17.**

Встреча с любимыми героями мультфильмов. Движения в образе Чебурашки, Буратино, Вини-пуха, Зайца, Волка, Кваки-задаваки, Львенка и черепахи, Кота Леопольда и т.д.

#### **ТЕМА № 18.**

«На птичьем дворе». Танцы «Гуси-гуси», «Вышла курочка-хохлатка», «Веселые петушки», «Утята». Игры «Кот и воробьи», «Волк и гуси».

#### **ТЕМА № 19.**

Куклы. Этюды «Ванька-встанька», «Восточные куколки», «Оловянные солдатики», «Матрешки», «Тряпичные куколки» и т.д.

#### **ТЕМА № 20.**

«В цирке». Этюды «Цирковые лошадки», «Собачки считают», «Наездницы», «Жонглеры», «Канатоходцы», «Силачи».

#### **ТЕМА № 21.**

«Здравствуй, весна!». Танцы – этюды «Подснежники», «Во поле береза стояла», «А я по лугу».

**ТЕМА № 22.**

Хороводы – игры «Светит месяц», «Тимоня».

**ТЕМА № 23.**

Элементы музыкальной грамоты и передача их в движениях. Определение характера, формы, сильных долей. Ритмическое разнообразие хлопков, притопов.

**ТЕМА № 24.**

Упражнения – этюды на развитие ориентировки детей в пространстве и координацию. Перемещение в парах, по кругу, смена партнеров.

**ТЕМА № 25.**

Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов, на напряжение и расслабление стопы, постановку осанки и гибкость. Партерная гимнастика для всех групп мышц. Разминка «Веселые человечки».

**ТЕМА № 26.**

Танцы – игры на развитие творческих способностей.

«Бульба», «Чунга – чанга», «Во кузнице», «Веселые лягушата», «Ну, погоди».

**ТЕМА № 27.**

Русский танцевальный фольклор. «Тимоня». Игра – хоровод «Веретенце».

**ТЕМА № 28.**

Образы русских народных сказок: «Баба – Яга», «Разбойники», «Василиса – Прекрасная», «Пираты».

**ТЕМА № 29.**

«В цирке». «Веселые наездники», «Канатоходцы», «Акробаты» и т.д.

**ТЕМА № 30.**

«Потешный городок». Игры, музыкальные считалки, забавы в танцах и мелодиях. «Задом – наперед», «Аты – баты», «Барыня», «Воевода приказал».

**ТЕМА № 31.**

«День на корабле». Предлагаются игры в моряков. Танец – игра «Яблочко». Перестроения.

**ТЕМА №32.**

Подвижные музыкальные игры с элементами спорта. «Кенгуру», «Кто быстрее», «Займи место первым».

**ТЕМА № 33.**

Упражнения на развитие мимики: «Спать хочется», «Радуемся солнышку», «На речке» и т.д.

**ТЕМА № 34.**

Встречи с героями мультфильмов. Танцы – игры «Ну, погоди», «Забавы кота Леопольда», «Буратино».

**ТЕМА № 35.**

Набор танцевальных элементов: «ножницы», «пружинки», «маятник», «ковырялочка». Комбинации на народном материале.

### **ТЕМА № 36.**

«У нас концерт». Итоговый концерт для родителей.

Разучивание танцев проводится в такой последовательности:

- вводное слово педагога (перед разучиванием танца педагог сообщает сведения об истории его возникновения), знакомит с темпом, характером, ритмическим рисунком танца.

- разучивание элементов танца, танцевальных движений, рисунка танца (педагог объясняет и сам показывает движения, затем ученики повторяют).

Дети повторяют движения вместе с педагогом, а затем самостоятельно; при этом педагог обращает внимание детей на ошибки и поправляет их.

Движения разучиваются под музыку или под счет.

Разучивая танец, мы работаем над движениями рук, ног, корпуса, головы, следя за соблюдением гармонии движения.

Когда основные движения, позы, рисунок разучены, приступаем к соединению их в танцевальную композицию; комбинации разучиваем и отрабатываем. Затем комбинации собираем в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и танец целиком многократно повторяются учащимися в целях запоминания и достижения грамотного и выразительного исполнения.

Важно сформировать у детей представление о танцевальном образе. Первое представление о танцевальном образе и, соответственно, о стиле исполнения мы получаем, прослушивая музыку.

Основная работа над танцевальным образом начинается с разучивания движений танца, отработки поз и положений рук. Показ педагога поможет ученикам увидеть типичные черты образа.

### **ДИДКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ**

Используемый в танцевально-ритмической гимнастике 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.
- Шнур яркий длиной 3-4 метра.
- Мячи среднего размера по числу детей в группе.
- Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).
- Гимнастические палки большие и маленькие.
- Куклы и мягкие игрушки.
- Скакалки.

- Фитболы.

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

### **ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ**

- Нетбук
- Колонки

### **ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

- Концертные номера
- Открытые занятия

По окончании образовательной деятельности каждого раздела программы в детском саду организуется отчетный концерт детских танцев, предназначенный для родителей детей, посещающих детский сад.

### **СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика 3: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — Издание переработанное и дополненное в соответствии с ФГТ — **СПб.: ЛОИРО, 2012.** - 220 с.

Дополнение:

2. «Практическое пособие по хореографии» для музыкальных руководителей дошкольных учреждений и начальной школы. Шалар Т.О.2004г.

3. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» книга для воспитателя и музыкального руководителя детского сада Раевская Е.П. 3 издание, дораб. – М.:»Просвещение»,1991г.

4. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» методическое пособие.

5.Интернет ресурсы.