

УТВЕРЖДЕНА  
решением педагогического совета  
муниципального  
дошкольного образовательного  
учреждения «Детского сада № 347  
Тракторозаводского района Волгограда»  
протокол от 01.09.2022. № 01

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий муниципального  
дошкольного образовательного  
учреждения «Детского сада № 347  
Тракторозаводского района Волгограда»  
О.И. Железнякова  
приказ № 01 от 01.09.2022.



# **Рабочая программа дополнительных платных образовательных услуг для детей 4-5 лет "Капитошка"**

## **на 2022- 2023 учебный год**

Разработчик программы:  
Беркова Сусанна Генриковна, педагог  
дополнительного образования

## Содержание

I. Пояснительная записка	3
II. Учебный план	5
III. Содержание программы	5
IV. Организационно-педагогические условия.	7

## **I. Пояснительная записка.**

### **Направленность программы.**

Название кружка - "Капитошка". Рабочая программа имеет социально-гуманитарную направленность и нацелена на художественно-эстетическое и творческое развитие детей.

### **Новизна программы.**

Ориентация программы не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности и, в связи с этим коррекция содержания работы "на себя", "на себя во взаимодействии с детьми" - вот первая отличительная особенность данной программы.

Вторая особенность — это использование в качестве музыкального сопровождения, как правило, целостных произведений - в записи и при непосредственном, "живом" исполнении. Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки. Идя от простого к сложному, от детских песен к симфоническим произведениям композиторов-классиков (М. Мусоргского, П. Чайковского, Э. Грига, К. Сен-Санса и др.), ребенок постепенно приобщается к миру прекрасного, пропуская как бы "через себя" музыку, сложный мир чувств и образов, обыгрывая своим телом музыкальную ткань произведения, его настроение и содержание и постигая при этом на телесном, зрительном и эмоциональном уровнях специфический язык средств музыкальной выразительности.

Третья особенность данной программы — это акцентирование внимания педагогов не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это прежде всего сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы, а также их подвижность. Движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

Другими словами, данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагогов, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

### **Актуальность программы.**

Актуальность программы в том, что занятия ритмопластикой позволяют ребенку развивать творческие способности, формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность движений. У детей укрепляется здоровье, укрепляются мышцы, улучшается работа органов дыхания, кровообращения, а также в процессе занятий дети избавляются от стеснительности, зажатости и комплексов. В танцах дети само утверждают, проявляют индивидуальность, получая результат своего творчества.

### **Цель программы:**

Развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

### **Задачи программы:**

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 музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков; развитие музыкальной памяти.

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.

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку: развитие творческого воображения и фантазии; развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

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.

Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности: воспитание умения сопереживать другим людям и животным; воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

### **Календарный учебный график.**

№ п/п	Наименование	Количество занятий в неделю	Количество недель	Всего занятий
1.	Художественно-эстетическое развитие – кружок "Капитошка"	2	34	68

Данная программа рассчитана на 8,5 месяцев обучения (с 15.09.2022. – 31.05.2023.) детей 4 – 5 лет.

### **Формы и режим занятий.**

Проведение занятий планируется 8 раз в месяц фронтально, продолжительностью 20 минут, во вторую половину дня. Основной формой работы с детьми является занятие. Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая.

Также используются другие формы работы: выступление на праздничных мероприятиях сада, выступление на родительских собраниях, открытые занятия, участие в конкурсах.

Способы и методы: показ, объяснение.

### **Планируемые результаты.**

Эффект воздействия на детей программы на разных этапах работы с ними идёт по возрастающей линии в направлении всё большего раскрепощения тела и духа ребёнка, поскольку способствует развитию творческого потенциала личности. Это направление находит выход сначала в подражающей деятельности детей, затем в создании ими собственных ритмичных композиций. На основе глубоких физиологических изменений в организме ребёнка происходит перестройка его эмоционального фона, ребёнок приобретает жизнерадостную самоутверждающую уверенность в себе, что становится прекрасным фоном для развития его интеллектуальной сферы.

В результате изучения курса дошкольник:

Знает:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, топающим шагом, с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый («бежим по горячему песку»);
- прыжковые движения – на двух ногах на месте, прямой галоп, легкие поскоки.

- плясовые движения – элементы народных плясок (поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседания «пружинка» и т.д.).

Умеет:

- самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в колонну, в несколько кругов
- передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, ритм
- умеет выражать эмоции в мимике и движении (например, «девочка обиделась» «собачка радуется» и т.д.)

Имеет понятие:

- о правильной осанке, красивой походке;
- о развитии внимания, памяти.
- об умении исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях.
- о том, как вести себя в группе: пропускать старших впереди себя, как пригласить девочку на танец и проводить ее на место (мальчишкам).

Имеет навыки:

- интереса и любви к музыке и движениям под музыку в свободных играх
- быть ритмичным и выражать музыкальные впечатления в пластических движениях.
- коллективного творчества

А также избавляется от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса "взгляда со стороны", приобретает общительность, открытость.

#### **Формы подведения итогов реализации программы.**

Проведение итогового занятия-развлечения с приглашением родителей.

#### **II. Учебный план:**

№ п/п	Тема	Всего занятий
1.	Мир игрушек	3
2.	Любимые персонажи мультфильмов	4
3.	В мире сказок	6
4.	Природа и животные	6
5.	Юмор и шутка	6
6.	Путешествия	6
7.	Настроения в музыке и пластике	6
8.	Любимые песни малышей, а также их мам и бабушек	6
9.	Парные танцы	6
10.	Сюжетные танцы	6
11.	Композиции физкультурной направленности	6
12.	Игры и этюды	6
13.	Итоговое занятие	1
	Итого	68

#### **III. Содержание программы.**

В возрасте 4 - 5 лет у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

**Приоритетные задачи:** развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

Основное содержание

##### **1. Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;
- обогащение слушательского опыта — включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков, (например, из "Детского альбома" П. Чайковского: "Баба Яга", "Новая кукла", "Марш деревянных солдатиков" или из "Бирюлек" М. Майкапара: "Мотылек", "В садике" и др.);
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое— грустное, шаловливое — спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый — умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3-частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;
- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

## **2. Развитие двигательных качеств и умений**

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений. *Основные:*

ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ ("бабочки", "птички", "ручейки" и т.д.), широкий ("волк"), острый (бежим по "горячему песку");

прыжковые движения — на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп — "лошадки", легкие поскоки;

*общеразвивающие упражнения* на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;

*имитационные движения* — разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние ("веселый" или "трусливый зайчик", "хитрая лиса", "усталая старушка", "бравый солдат" и т.д.). Уметь передавать динамику настроения, например, "обида — прощение — радость";

*плясовые движения* — элементы народных плясок, доступных по координации — например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной ногой, "выбрасывание" ног, полуприседания и полуприсядка для мальчиков и др. Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные).

**3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

## **4. Развитие творческих способностей:**

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

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

- развитие умения **самостоятельно** начинать и заканчивать движение вместе с

музыкой — развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике — радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: "Кошка обиделась", "Девочка удивляется" и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи — в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании.

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

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила **самостоятельно**: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

#### **Рекомендуемый репертуар:**

1-е полугодие — повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций: "Марш", "Кораблики", "Красная шапочка", "Кот Леопольд", "Поросята".

2-е полугодие: "Антошка", "Волшебный цветок", "Мячик", "Кошка и девочка", "Веселая пастушка", "Песенка о лете" и др. (а также повторение всех ранее разученных композиций).

**Показателем уровня развития** является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

### **IV. Организационно-педагогические условия.**

#### **Методы успешной реализации программы.**

**Логоритмика.** Движения выполняются под стихи. Логоритмика используется в подготовительной части занятия, в партерной гимнастике, в разучивании танцевальных элементов, в образных танцах и в играх.

**Музыкальная разминка.** Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

**Ритмическая гимнастика.** Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

**Партерная гимнастика.** Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия и выполняются с использованием логоритмики.

**Танцевальные движения.** Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

Сюжетно-образные танцы. Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются как правило изученные танцевальные движения.

Музыкальные игры. Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

#### **Условия реализации программы.**

Материально-техническое обеспечение.

Большое влияние на развитие детей в музыкально-ритмической деятельности оказывает созданная в детском саду предметно-развивающая среда. Для данного вида активности первостепенное значение имеет и пространственно-предметное окружение, и музыка, которая звучит и сопровождает движение ребенка, и, безусловно, готовность педагога к активному взаимодействию с ребенком в процессе музыкального движения, способность взрослых быть примером, выразительно двигаться, тонко передавая музыкальный образ.

Место проведения занятий: музыкальный зал с зеркальной стенкой.

Реквизит: необходимы различные атрибуты для танцев и ритмических композиций (в основном на каждого ребенка по 2 шт.), а именно:

- ленточки короткие (30—40 см) и длинные — на палочках (100—120 см);
- обручи цветные пластмассовые (по 1 шт. на каждого ребенка);
- шарфики газовые разных цветов;
- султанчики разных цветов;
- платочки танцевальные разных цветов;
- цветы искусственные (разные);
- листья осенние разные;
- веточки с зелеными листьями;
- звездочки на палочках — разных цветов;
- барабаны детские (4—10 шт.);
- палочки деревянные (по 2 на каждого ребенка);
- колокольчики и бубенцы (по 2 на каждого ребенка);
- деревянные ложки (по 2 на каждого ребенка);
- кастаньеты и другие шумовые инструменты (на каждого ребенка);
- музыкальные инструменты — бутафорские или детские (игрушки): гармонь, скрипка, труба, гусли, свирель (дудочка), треугольники и др. (от одного до нескольких на группу детей);
- крупные игрушки или надувные модули — Матрешка, кукла-Неваляшка, Клоун и др.;
- куклы для танцев — по количеству девочек;
- самолетки (бумажные) — по количеству мальчиков;
- лошадки на палочке (10—12 шт.);
- костюмы танцевальные (юбочки, сарафанчики, шаровары, русские рубашки, картузы, кокошники, бескозырки и др.);
- корзиночки (с цветами, грибочками) — 4-8 шт.;
- мячи разных размеров (по количеству детей);



- скакалки (по количеству детей);
- шапочки: маски животных, сказочных персонажей.

Технические средства: CD-проигрыватель, усилительные колонки, компьютер, мультимедийный проектор, микрофон.

Музыкальные инструменты — фортепиано.

Изобразительный материал: традиционные портреты композиторов, иллюстрации к слушанию музыки — пейзажи в разные времена года, жанровые сценки и другие картинки, и карточки (можно заменить на показ презентаций на экране).

Методическое обеспечение.

Для проведения занятий по ритмопластике имеется:

Музыкальное сопровождение:

- диски по программе «Ритмическая мозаика»;

- приложение из CD и DVD-дисков к танцевально-игровому пособию «Ку-коши».

-приложение аудиодиска к сборнику Т.Э. Тютюнниковой «Потешные уроки».

Фонограммы: театральные шумы, русская народная плясовая музыка, музыка народов мира, танцевальная музыка из классических балетов, современная детская музыка, детские песни и др.

Видеофильмы: классические балетные постановки («Спящая красавица», «Щелкунчик», «Лебединое озеро» П. И. Чайковского и др.), выступления гимнастов на соревнованиях, балетные танцы, выступления детей на праздниках и конкурсах и др.

#### **Программа разработана с учетом основных принципов:**

Наглядность. Показ физических упражнений, образный рассказ.

Доступность. Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности детей.

Систематичность. Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнения техники их выполнения.

Закрепление навыков. Многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

Индивидуально-дифференциальный подход. Учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.

Сознательность. Понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок.

Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых».

Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

Вариативность. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

#### **Методическая основа программы.**

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

Начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению);

Этап углубленного разучивания упражнений;

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Первостепенную роль на занятиях по ритмике играет музыкальное сопровождение. Музыкальные произведения, используемые для сопровождения занятия очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения доступны пониманию детей, музыкальны, выразительны, пробуждают у детей фантазию и

воображение. Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

Чтобы учебный процесс у детей был эффективным, на занятиях по ритмике, максимально используется ведущий вид деятельности ребенка-дошкольника – игра.

Используя игровые упражнения, имитационные движения, сюжетно-творческие зарисовки усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают полнее и всестороннее решить поставленные задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на занятиях в качестве динамических пауз – физкультминуток – в том случае, если достаточно большая часть занятия проводится сидя на стульях; или же наоборот – для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части занятия: в разминку или в занятие целиком. Комплексы объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения.

В работе над выразительностью движений, над пластикой, над эмоциональной насыщенностью образа, включаются на занятиях имитационные движения, которые очень ценны для дошкольного возраста.

Занятия музыкально – ритмической пластикой способствуют развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Формируется эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребёнка. Движения под музыку рассматриваются как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом.

#### **Список используемой литературы.**

1. Барабаш Л. Н. Хореография для самых маленьких. <http://www.razym.ru/83628-xoreografiya-dlya-samix-malenkix.html>
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Изд. 4-е, перераб. и доп. – СПб: Фонд «Петербургский центр творческой педагогики «Аничков мост», 2015. – 196 с.
3. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.
4. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. А.: учите детей танцевать. Владос, 2004.
5. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду - М., Линка-Пресс. 2006.
6. Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей. <http://detsk-sad2.narod.ru>