

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
МОУ Детский сад № 292 Кировского
района Волгограда
протокол № 1 от 22.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего МОУ Детский сад
№ 292 Кировского района Волгограда
Е.Г. Григорян
Приказ № 103 от 23.08.2023г.



Программа дополнительного образования
по художественному развитию дошкольников

«Бэби - фит»

Возраст детей: от 2-х лет до 4-х лет.

Объем программы: 64 часа.

Автор: Мардашова Н.Н.

Содержание.

	Целевой раздел	
	Пояснительная записка	3
1.1	Актуальность	3
1.2	Организация образовательного процесса	3
1.3	Цели и задачи программы	5
1.4	Методы и формы образовательной деятельности	5
1.5	Материально – техническое оснащение	6
1.6	Методическое оснащение образовательного процесса	7
1.7	Возрастные особенности	7
1.8	Результаты освоения программы	8
2.0	Тематическое планирование	8
2.1	Содержание работы по ритмическому воспитанию детей 2-4 лет	8
2.2	Содержание курса	10
3.0	Используемая литература	18

Пояснительная записка.

1.1. Актуальность

Только та нация может надеяться на счастливое будущее, которая заботится о здоровье подрастающего поколения. Ведь именно здоровье детей определяет будущее страны, ее генофонд, потенциал общества и наряду с другими демографическими характеристиками показывает социально-экономическое развитие страны, эффективность деятельности органов и учреждений здравоохранения и социальной сферы в целом. Сохранение и укрепление здоровья дошкольников, а именно тогда, в дошкольном детстве, закладывается фундамент практически всех характеристик физической подготовленности взрослого человека, является наиболее важной задачей для современного общества. Поэтому актуальной стала проблема создания программы для полноценного физического развития младших дошкольников, так как именно в данном возрасте и формируются положительные тенденции здоровья.

Рабочая программа по ритмической гимнастике «Бэби – фит» предназначена для работы с детьми дошкольного возраста. Обучение реализуется в режиме кружковых занятий. Продолжительность занятий для детей от 2 – до 4 лет: 2 занятия по 15 минут в неделю.

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

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

Ритмическая гимнастика базируется на огромном арсенале разнообразных движений и упражнений. Умение передать свои чувства и переживания с помощью красивых жестов, движений, поз, мимики без излишнего напряжения и составляет двигательную культуру человека. Основой ее является мышечное чувство, которое и вырабатывается в ходе занятий ритмической гимнастикой. Правильная постановка рук и ног, удержание прямой осанки, правильная линия поз, оттянутые носочки, собранные кисти - вот неполная характеристика красивого движения. Занимаясь ритмической гимнастикой, дети получают представление о разнообразном мире движений, который, особенно на первых порах, является для них новым и необычным.

Веселая музыка занятий, высокая двигательная активность детей создают радостное, приподнятое настроение, заряжают положительной жизненной энергией. На занятиях не только не запрещается улыбаться, но и приветствуются все проявления хорошего настроения. Часто дети во время выполнения упражнений комплекса напевают мелодии звучащих песен. Это нисколько не мешает им. Яркими жестами, хлопками они выражают свою радость от проделанной работы. Они не замечают усталости, для них нет преград на пути овладения сложными упражнениями, Они уверены в успехе, у них все получается. Сколько ярчайших эмоций и переживаний создают музыка и движения - основные помощники «волшебной феи» Ритмической гимнастики!

1.2. Организация образовательного процесса.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к ритмической гимнастике, т.е. раздел ритмические движения является

... часть программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, гимнастика, музыка, пластика, сценическое движение и используются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию к учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.

Программа разработана в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г №1155) Также с следующими нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией модернизации российского образования;
- Концепцией дошкольного воспитания;
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21"Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
- СП 2.4.3648-20. "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Устава МОУ детский сад № 292 Кировского района Волгограда.
- Лицензией на ведение образовательной деятельности серия 34 ЛО1 № 0000097 от 03.08.2015 г.

Программа рассчитана на один год обучения и рекомендуется для занятий детей с 2 до 4 лет.

Рабочая программа по ритмической гимнастике предлагает проведение занятий 2 раз в неделю. Исходя из календарного года (с 1 октября по 31 мая) количество часов, отведенных для занятий танцевального кружка 64 ч.

Группа	Продолжительность	Количество в неделю	Количество в год
Младшая группа	15 мин.	2	64

Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (октябрь), итоговая (май).

Структура занятия – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

1. Подготовительная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой.

2. Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.
3. Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, также способствуют социальной адаптации ребенка.

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек. Хореографические костюмы черного или белого цвета. Балетки белого цвета. Волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков. Футболка белого цвета. Шорты темного цвета. Балетки белого или черного цвета.

1.3 Цели и задачи программы

Цель программы «Бэби - фит» – содействие гармоничному развитию личности дошкольника средствами игровой гимнастики,

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

Развитие музыкальности.

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

Развитие двигательных качеств и умений:

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

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

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

Развитие и тренировка психических процессов:

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

Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности:

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

1.4. Методы и формы образовательной деятельности

Целостный процесс обучения можно условно разделить на 3 этапа:

Начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению).

Этап углубленного разучивания упражнения.

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

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

Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создают условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким и понятным, желательно в зеркальном изображении.

Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять *расчлененный метод*. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе.

Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется *целостный метод обучения*. Его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на 2, 4, 8 и большее количество счетов. Для начального обучения упражнения используются ограничители, ориентиры. Педагог, проводя урок, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям.

Так, образные сравнения помогают детям правильно осваивать движение, так как создают у детей особое настроение. Похвала ребенка активизирует работу его сердца, нервную систему.

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

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

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

1.5. Материально-техническое оснащение.

Материально – техническое оснащение включает в себя:

1. Просторное помещение для занятий, оборудованное зеркалами и напольным покрытием.

Нотно-методическая литература.

Учебники, методические пособия.

2. Технические средства обучения (звуковые):

аудиоаппаратура;

мультимедийная система;

3. Фонотека с записями зарубежной, современной и мультипликационной музыки. Используемый в ритмической гимнастике инвентарь должен быть не только удобным, но и радовать глаз, развивать вкус детей, содействовать их эстетическому воспитанию. Предлагаемый материал дает возможность проводить занятия в интересной, увлекательной форме.

Движение и игра – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, они всегда готовы двигаться и играть – это ведущий мотив их существования, поэтому занятия по ритмике начинаю со слов: «Мы сейчас будем играть...», «Мы сейчас превратимся...», «Мы сейчас отправимся в путешествие...» и т.п.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий и творческих способностей ребенка

1.6. Методическое обеспечение образовательного процесса.

При организации и проведении занятий по предмету необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;
- принципа доступности, который требует, чтобы перед детьми ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям.

От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей детей, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;

- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности детей

При работе над этюдом важным моментом является развитие у детей эмоциональной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения – результат не механического «натаскивания», а систематической работы, когда воспитанник от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в двигательных - ритмических упражнениях, постепенно переходит к более сложным. В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку, не допуская перенапряжения детей, не злоупотребляя партерной гимнастикой и прыжковыми движениями.

1.7. Возрастные особенности детей.

2 – 3 года

Этот возраст называют ясельным. Период крайне важный в жизни малыша: рост организма протекает не так бурно, как на первом году, но психическое и физиологическое развитие ребенка совершает новый качественный скачок.

На втором году жизни вес ребенка увеличивается ежемесячно на 200-250 г, а рост - на 1 см. Это усредненные данные, на которые можно ориентироваться, взвешивая и измеряя ребенка.

Изменяются и сами пропорции тела ребенка; если размер головы у новорожденного ребенка составляет около $\frac{1}{4}$ от общей длины тела, то к 2-х летнему возрасту он постепенно уменьшается до $\frac{1}{5}$.

Совершенствуется опорно-двигательный аппарат. Идет интенсивное окостенение мягкой костной ткани, хрящей. И хотя этот процесс будет продолжаться до тех пор, пока человек растет (иногда до 20-25 лет), скелет ребенка на втором году жизни уже обеспечивает довольно хорошую вертикальную устойчивость всего тела.

Продолжается укрепление мышечно-связочного аппарата. Движения становятся более уверенными, разнообразными. Но физическое утомление все еще наступает быстро, ребенок часто меняет позу, после значительных усилий долго отдыхает.

3 – 4 года.

Младший дошкольный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития, повышением активности ребёнка и считается важнейшим периодом в развитии дошкольника. В этом возрасте происходит дальнейший рост и развитие детского организма, совершенствуются физиологические функции и процессы, активно формируется костно-мышечная система. Наиболее важное достижение младшего дошкольного возраста состоит в том, что действия ребёнка приобретают целенаправленный характер.

1.8. Результаты освоения программы.

В результате освоения программы дети 3-4 лет приобретают следующие умения:

- правильно выполняют интеграционные движения: ходьбу, бег, ползание в упоре на коленях вперед, назад, ползание по-пластунски – правая рука, левая нога и наоборот;
- перестраиваются в колонну по одному и в круг;
- правильно выполняют прыжки на двух ногах, на месте, с продвижением вперед, вокруг себя;
- лазают по гимнастической стенке произвольным способом;
- владеют гимнастическим мячом: бросают двумя руками из-за головы, от груди, в пол, катают на точность на расстояние 1м, метают правой и левой рукой на расстояние не менее 3-4м;
- владеют хорошей координационной устойчивостью: стоят на одной и двух ногах, с наклоном головы, с закрытыми и открытыми глазами (на твердой и мягкой поверхности).

2.0. Тематическое планирование

2.1. Содержание работы по ритмической гимнастике.

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности (в пропорциях строения тела) короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), особенности протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия,

поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

Приоритетные задачи:

- воспитание интереса, потребности в движении под музыку;
- развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
- обогащение слушательского и двигательного опыта.

Основное содержание

В младшем возрасте мы опираемся на способность детей к подражанию, которая ярко выражена. Подражая взрослому, ребенок осваивает разнообразные виды движений и постепенно начинает использовать их в самостоятельной деятельности (в играх, танцевальных импровизациях).

Показ должен быть "опережающим", то есть на доли секунды движения опережают музыку. Это необходимо для того, чтобы дети успели "перевести" зрительное восприятие в двигательную реакцию. Другими словами, необходимо время для отражения зрительных сигналов, и тогда мышечные ощущения точно совпадут со звучанием музыки. Если такого опережения в показе не происходит, то движения детей (отражающие показ педагога) все время чуть-чуть запаздывают по отношению к музыке, что затрудняет формирование ритмических навыков. Есть еще одна особенность такого показа — он должен быть в "зеркальном" отражении, поскольку дети повторяют все движения автоматически. В процессе подражания у детей легче формируются разнообразные двигательные навыки и умения. Благодаря "вовлекающему показу" дети справляются с такими упражнениями, которые они не могли бы выполнить самостоятельно или при фрагментарном показе со словесными объяснениями. Однако степень сложности двигательных упражнений, которые дети могут выполнить в процессе подражания, не безгранична.

В процессе совместного исполнения важно дать детям почувствовать свои возможности и закрепить их в сознании. При последующих повторениях движения уточняются, запоминаются и автоматизируются. Конечно, у детей это происходит по-разному — у кого-то быстрее и легче, а у кого-то медленнее, с каким-то своеобразием. Важно, чтобы педагог не делал никаких замечаний (на этом этапе работы), не фиксировал внимание детей на том, что у них что-то не получается, и тогда постепенно сложные элементы упражнений, повторяющиеся в различных композициях, будут освоены.

Программа 1 «Волк и семеро козлят на новый лад» (15 минут)

Музыка А. Рыбникова, слова Ю. Энтина

1 этап – этап изучения двигательного материала

Задачи: Знакомить детей с содержанием сказки; определять и учить характерные движения под музыку; обучать основным движениям комплекса; учить последовательности упражнений основного комплекса движений; развивать физические качества; Формировать выразительность движений и жестов на основе сопереживания двигательных действий.

№ занятия	Содержание занятия	Месяц
1.	Тема 1. 1. Знакомство со сказкой «Волк и семеро козлят на новый лад». 2. Прослушивание музыкальной фонограммы композиции 3. Просмотр одноименного мультфильма. 4. рассказать сказку при помощи показа упражнений 5. Начать изучение программы целостным композицией	октябрь
2.	Тема 2. 1. Изучение композиции 1- «Песенка козлят» 2. Начать изучение программы целостным способом; 3. Изучение упражнений «козлята», «здорово», «хвостики» 4. Изучение пружинистых полуприседов с одновременными хлопками, « фонариками»	
3.	Тема 3. 1. Изучение композиции 1-2, повторить без музыки 3 раза. 2. Учить детей выразительным жестам и движениям. 3. Продолжать изучение программы целостным методом	октябрь
4.	Тема 4. 1. Продолжать изучать композицию 1- 3; 2. Изучение упражнения с мячом: вращение перед грудью, невысокие подбрасывания мяча вверх. 3. Учить выразительным жестам и движениям;	октябрь
5	Тема 5. 1. Изучение композиций 1-4. 2. Продолжать учить упражнения с мячом 3. Учить движения волка (высокие шаги на месте) 4. Учить детей выразительным жестам и движениям.	октябрь
6	Тема 6. 1. Изучение композиций 5-7. 2. Изучение упражнения: прогиб спины стоя на коленях, лежа	октябрь

	на животе. 3.Продолжать изучение композиции целостным методом.	
7	Тема 7. 1.Изучение композиций 7-9. 2.Учить детей выразительным жестам и движениям. 3. Изучение упражнения с обручем: прокатывание, прыжки в обруч и обратно	октябрь 1
8	Тема 8. 1.1 Изучение композиций 1-10. 1.2 Учить выразительным жестам и движениям 1.3 Продолжать изучение программы целостным методом	октябрь

2 этап – закрепление двигательного материала.

Задачи: Закрепить технику основных видов движения программы. Развивать физические качества: силу, гибкость, ловкость, быстроту. Закрепление разнообразных движений, мимику и жесты героев песен. Воспитывать сопереживание происходящему

№ занятия	Содержания занятия	А	Б
9	Тема 9. 1.Закрепление композиций 1-2. 2.Закрепление упражнений с мячом. Высокий подъем ног пере собой. 3.Продолжать выполнение программы целостным методом		
10	Тема 10. 1.Закрепление композиций 1-3. 2.Закрепление упражнений с мячом: подбрасывание и отбивание о пол. 3.Закрепление движений «твист», покачивание бедер, прыжки на месте.	ноябрь	1
11	Тема 11. 1.Закрепление композиций 3-4, уточнение композиций 1-3 2. Закрепление упражнений «Козлята» 3.Закрепление упражнений: полуприседы с наклоном в стороны, волнообразные движения рук	ноябрь	1
12	Тема 12. 1.Закрепление композиций 4-5. 2.Уточнение движений: полуприседы с движением рук и пальцев, наклоны в сторону, вперед, танцевальные движения «твист»	ноябрь	1
13	Тема 13.	ноябрь	1

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление композиций 5-6. 2. Уточнение движений: бег врассыпную, дыхательные упражнения вместе с приседами. 3. Закрепления дыхательных упражнений со звуковыми произношениями. 		
14	<p>Тема 14.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление композиций 6-7. 2. Закрепление композиций 3-6. 3. Изучение программы происходит целостным методом 	ноябрь	1
15	<p>Тема 15.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление композиций 7-9. 2. Закрепление и уточнение движений композиции «Волк поет голосом мамы», «прощальная песенка козлят». 3. Изучение программы происходит целостным методом. 	ноябрь	1
16	<p>Тема 16.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление композиций 1-10. 2. Закрепление и уточнение движений всех композиций. 3. Закрепление упражнений с мячом и обручем. 	ноябрь	1

3 этап -Этап совершенствования двигательного материала

Задачи: Совершенствовать технику выполнения основных видов движений комплексов. Развивать координацию, гибкость, быстроту; стимулировать выполнение детьми комплекса в целом. Совершенствовать способность выражать чувства и эмоции через движения, жесты, мимику.

17	<p>Тема 17.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование движений композиций 1-2. 2. Совершенствование построение в круг , хороводный шаг 	ноябрь	1 час
18	<p>Тема 18.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование движений композиций 3-4. 2. Совершенствование упражнений серии полуприседов в сочетании с работой рук и туловища. 	Декабрь	1 час
19	<p>Тема 19.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование упражнений композиций 4-5. 2. Совершенствование движений твист. 3. Выполнение композиций без участия педагога 	Декабрь	1 час
20	<p>Тема 20.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование упражнений композиции 5-6. 2. Совершенствование упражнений «велосипед», «фонарики» 3. Выполнение композиций без участия педагога 	Декабрь	1 час
21	<p>Тема 21.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Контроль за выполнением упражнений программы. 2. Совершенствование упражнений композиции 6-7 3. Совершенствование дыхательного упражнения 	Декабрь	1 час

22	Тема 22. 1. Совершенствование упражнений композиции 7-9 2. Совершенствование композиции «Мама ищет козлят»	Декабрь 1 час
23	Тема 23. 1. Совершенствование упражнений композиции 9-10 2. Совершенствование упражнений композиции «Финал»	Декабрь 1 час
24	Тема 2 1. Совершенствование упражнений композиций 1-10 2. Выполнение программы без участия педагога 3. Выступление перед родителями	Декабрь 1 час

Программа 2. «Три поросенка»

Фонограмма по инсценировкам С. Михалкова, музыка М. Мееровича и

Н. Воронель, музыка Дж. Уотта, обр. М. Гринберга (15 мин.)

1 этап – этап изучения двигательного материала

Оборудование: кубики, дуги, обручи, гимнастические скамейки, массажные шарики

Задачи: Познакомить детей с содержанием сказки; Определить главных героев; Выучить характерные движения героев. Обучать основным движениям комплекса; учить последовательности движений основного комплекса; формировать двигательные навыки

1	Тема 1. 1. Знакомство со сказкой «Три поросенка» 2. Просмотр одноименного мультфильма. Рассказать детям какие герои есть в сказке.	январь	1
2	Тема 2. 3. Начать изучение сказки целостным методом. 4. Изучение композиций 1-2. «Наф-наф», «Ниф-Ниф», «Нуф-Нуф», композицию повторить без музыки 2-3 раза. 5. Учить детей выразительным жестам и движениям	январь	1
3	Тема 3. 1. Изучение композиций 1-3. « Ниф-Ниф и Нуф-Нуф веселятся» «Поросята строят домик», каждую повторить без музыки. 2. Учить детей выразительным жестам и движениям. 3. Продолжать изучение программы целостным методом	январь	1
4	Тема 4. 1. изучение композиции 1-4. « «Ниф-Ниф и серый волк»» 2. Учить детей выразительным жестам и движениям в соответствии с авторским текстом.	январь	

5	Тема 5. 1. Изучение композиций 1-5. « Серый волк и Нуф-Нуф» 2. Продолжить изучение программы целостным методом.	январь
6	Тема 6. 1. Изучение композиций 1-5. 2. Изучить дыхательные упражнения с наклонами вперед. 3. Учить выразительным жестам и движениям.	январь
7	Тема 7. 1. Изучение композиций 1-6 «Стойкий домик Наф-Нафа» 2. Изучение бега враспынную с перестроением в круг. 3. Учить выразительным жестам и движениям.	январь
8	Тема 8 1. Изучение композиции 1 -7 2. Разучить подвижную игру «Быстро в домик» 3. Уточнение композиций 3-5	январь

3 этап – закрепление двигательного материала.

Задачи: Закрепить основные движения программы; развивать ловкость, гибкость, быстроту; стимулировать желание выполнять композицию комплекса; развивать способность выражать чувства и эмоции; развивать двигательное воображение воспитывать сопереживание происходящему.

9	Тема 8. 1. Закрепление композиций 1-2 2. Закрепление упражнений для рук «Фонарики», «Хлопки» 3. Закрепить ходьбу и бег по доске, скамейке.		
10	Тема 9. 1. Закрепление композиций 2-3. 2. Закрепление движений танца «поросят» 3. из композиции 2 -ползание под дугой на четвереньках, ходьба по массажным коврикам	февраль	1
11	Тема 10. 1. Закрепление композиций 3-4. 2. Закрепление движений композиции «Поросята строят домики» , акробатических упражнений: березка, корзинка.	февраль	1
12	Тема 11. 1. Закрепление композиций 4-5. 2. Закрепление акробатических упражнений.	февраль	1
13	Тема 12. 1. Закрепление композиций 5-6. 2. Закрепление акробатических упражнений. 3. Закрепления танцевальных движений.	февраль	1
14	Тема 13 1. Закрепление композиции 5-6.	февраль	

	2. Уточнение движений композиций 4-7.	
15	Тема 14 1. Закрепление композиций 1-6 2. Уточнение движений композиций 1-2	февраль
16	Тема 15 1. Закрепление композиций 1-7 2. Уточнение движений в кругу, сидя.	февраль

232

3 этап совершенствование двигательного материала

Задачи: Совершенствовать основные движения основного комплекса; развивать гибкость, координацию движений. Стимулировать выполнение комплекса в целом: Совершенствовать способность выражать чувство и эмоции через движения, жесты мимику. Воспитывать сопереживание происходящему, двигательное воображение

17	Тема 16. 1. Совершенствование упражнений композиций 1-2. 2. Закрепление танцевальных движений.	март
18	Тема 17. 1. Контроль за выполнением программы. 2. Совершенствование упражнений композиций 2-3	март
19	Тема 18. 1. Совершенствование упражнений композиций 3-4. 2. Уточнение упражнений в ходьбе по кругу взявшись за руки.	март
20	Тема 19. 1. Совершенствование упражнений композиций 4-5. 2. Уточнение упражнений «качалочка».	март
21	Тема 20 1. Совершенствование упражнений композиций 1-3. 2. Уточнение движений в кругу, дыхательных упражнений.	март
22	Тема 2. 1. Совершенствование упражнений композиций 1-5. 2. Уточнение композиции «Серый волк и Нуф-Нуф»	март
23	Тема 22 1. Совершенствование упражнений композиций 1-6. 2. Уточнение композиции «Стойкий Наф-Наф»	март
24	Тема 23 1. Совершенствование упражнений композиций 1-7. 2. Уточнение композиции «Убежать от волка»	март

	2. Уточнение композиции «Убежать от волка»		
--	--	--	--

Программа №3 «Кошкин дом»

Фонограмма по сказке С. Маршака. Музыка Н. Александровой (15 минут)

2232.

Используемый инвентарь: обручи разного цвета, гимнастические скамейки, кубики, гимнастические палки, ворота-дуги, коврики массажные.

1 этап – изучение двигательного материала.

ЗАДАЧИ: Познакомить детей с содержанием сказки; Определить главных героев. Выучить характерные движения героев. Обучать основным движениям комплекса; учить последовательности движений основного комплекса; развивать физические качества.

1	Тема 1 1. Знакомство со сказкой «Кошкин дом» 2. Прослушивание музыкальной фонограммы. 3. Просмотр одноименного мультфильма.	апрель	1
2	Тема 2. 1. Начать изучение сказки целостным методом. 2. Изучение композиций 1-2, каждую композицию повторить без музыки 2-3 раза. 3. Учить детей выразительным жестам и движениям элементам русского танца. (приседания, кружение, ходьба с носка)	апрель	1
3	Тема 3. 1. Изучение композиций 1-3, каждую повторить без музыки. 2. Учить детей прогибать спину «кошечка», упражнение волна - сидя. Ходьба с высоким подниманием колен. 3. Продолжать изучение программы целостным методом	апрель	1
	Тема 4. 1. Изучение композиции 1-4. 2. Учить детей сохранять равновесие стоя на одной ноге и движениям в соответствии с авторским текстом.	апрель	1
5	Тема 5. 1. Изучение композиций 1-5. 2. Учить прыжки на двух ногах, руки на поясе, к плечам, с хлопками, на правой и левой ноге, ноги вместе, ноги врозь. 3. Продолжить изучение программы целостным методом.	апрель	1
6	Тема 6. 1. Изучение композиций 1-6. 2. Учить выразительным жестам и движениям.	апрель	1
7	Тема 7. 1. Изучение композиций 1-7	апрель	1

	2. Учить упражнения с гимнастической палкой, упражнения на дыхание. 3. Изучение упражнений партерной гимнастики		
8	Тема 8. 1. Изучение композиций 8-9- Упражнения: «гусенички», «велосипед», «ходьба на руках и ногах» 2. Изучение упражнений партерной гимнастики	апрель	1

10232

5. этап – закрепление двигательного материала.

ЗАДАЧИ: Закрепить технику основных движений программы; развивать координацию, гибкость, быстроту; стимулировать желание выполнять композицию комплекса; развивать способность выражать чувства и эмоции через движения; развивать двигательное воображение.

9	Тема 9. 1. Закрепление композиций 1-2 2. Изучение программы происходит целостным методом.	май	1
10	Тема 10. 1. Закрепление композиций 1-3. 2. Закрепление движений марша 3. Изучение программы происходит целостным методом.	май	1
11	Тема 11. 1. Закрепление композиций 1-4. 2. Закрепление движений русского танца: «Фонарики», «Хлопки», «Притопы»	май	1
12	Тема 12. 1. Закрепление композиций 1-5. 2. Закрепление упражнений «Утята». 3. Уточнение движений композиций 1-3. 4. Изучение программы происходит целостным методом.	май	1
13	Тема 13. 1. Закрепление композиций 1-6. 2. Закрепление упражнений партерной гимнастики композиции «Песенка котят». 3. Уточнение движений композиций 3-5. 4. Закрепления танцевальных движений.	май	1
14	Тема 14. 1. Закрепление композиции 1-7. 2. Уточнение движений композиций 5-6. 3. Изучение программы целостным методом.	май	1
15	Тема 15. 1. Закрепление композиции 1-9. 2. Уточнение движений 7-9 3. Подготовка к выступлению	май	1
16	Тема 16.	май	1

1. Выступление детей на праздники взросления с композицией «Кошкин дом»		
---	--	--

Ю
ид
да
ян
9.20232

исок используемой литературы:

ультурно-оздоровительная работа в ДОУ»: Практическое пособие Воронеж 2007
нова О.Н.

тно-ролевая ритмическая гимнастика : Н. А. Фомина. - Москва : Изд. дом Рос.
образования : Баласс, 2005.

шнуровано, пронумеровано и
зеплено печатью 18 листов
Знающий МОУ⁶ Детский сад №292
М.Г. Григорян

