

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 72 «Мозаика» г. Белгорода

Рассмотрено и принято
на педагогическом совете
протокол от «31.08.2023» № 1

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №72

И.В. Тарарыв

Приказ от «31.08.2023» № 120



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

по обучению детей 3-5 лет
платной образовательной услуги
художественно-эстетической направленности
«Топотушки»

Срок реализации программы – 1 год
Для детей от 3 до 5 лет

Разработчик программы:
Киселева Екатерина Станиславовна,
преподаватель кружка «Топотушки»

Белгород, 2023 г.

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Учебный план
3. Комплекс организационно-педагогических условий.
4. Условия реализации программы.
5. Методическое обеспечение программы
6. Список литературы

1.1. Пояснительная записка

С древности движения, выполняемые под музыку, применялись при воспитании детей и почитались как занятия, приносящие здоровье физическое и духовное. Ритмический танец, который пользуется большой популярностью сейчас, является результатом взаимодействия ритмического танца порожденного системой Э.Жака-Далькроза и пластического танца А.Дункан. В нем органично соединились два противоположных принципа: полная подчиненность внутренним закономерностям музыкальной формы, диктующей ритмическую организацию движений, и свобода пластической разработки, которая не связана с какой-либо танцевальной традицией.

Чтобы заинтересовать воспитанников занятиями ритмикой, способствуя тем самым их дальнейшему физическому и эстетическому развитию, необходимо учитывать основной вид деятельности в этом возрасте, то есть игру. Соединение игры и танца способствует музыкально-танцевальному развитию воспитанников и в то же время развивает их личностные качества.

Именно в дошкольном возрасте важно научить ребёнка чувству ритма, и умению передавать его образное содержание через пластику движений под музыку. В настоящее время большое внимание уделяется работе с дошкольниками, укреплению их физического здоровья, что обеспечивает реализация программы «Ритмический калейдоскоп». Занятия ритмикой дают организму физическую нагрузку. Используемые на занятиях движения оказывают положительное воздействие на здоровье воспитанников, и в этом ее **актуальность**.

Направленность программы художественная.

Отличительные особенности:

За основу программы «Ритмический калейдоскоп» взяты основные положения методического пособия Чибриковой–Луговской А.Е. «Ритмика». Данная программа комплексная, в ней используется не только игры, но и танцевальные упражнения и этюды. По каждой изучаемой теме даются необходимые теоретические сведения и практическая работа, которые в соединении дают положительный образовательный эффект.

Возраст: 3-5 лет.

Объем программы и срок освоения:

Дополнительная общеразвивающая программа рассчитана на 1 год обучения, запланировано 64 занятия в год (два занятия в неделю), длительность каждого занятия 30 минут.

Формы обучения:

- ✓ групповые;
- ✓ в малых подгруппах.

Виды занятий:

- ✓ теоретическое обучение (беседа, лекция);
- ✓ практическое обучение (практическое занятие);
- ✓ нетрадиционные формы (творческие инсценировки песен, составление игровых зарисовок при помощи ритмических движений).

Уровень освоения содержания – программа разноуровневая:

Режим занятий - воспитанники занимаются 30 минут, два раза в неделю.

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

Начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению); Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения я рассказываю, объясняю и демонстрирую упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, воспроизводят упражнение. При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) я стараюсь выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, то целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения - характеризуется уточнением и совершенствованием

деталей техники его выполнения. Основная моя задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Этап закрепления и совершенствования упражнения - характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Моя задача на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Этот этап можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

Формирование групп осуществляется на добровольной основе.

Комплектование учебных групп осуществляется с учетом возрастных особенностей воспитанников.

Перевод на следующий год обучения педагог осуществляет после успешного освоения воспитанниками программы текущего года обучения.

1.2. Цель и задачи

Цель программы – формирование разносторонней творческой личности воспитанника через приобщение к танцевальному искусству средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

Образовательные:

-способствовать развитию чувства ритма, совершенствовать двигательные навыки, формировать познавательный интерес к окружающему миру.

Развивающие:

- развивать музыкальный слух, логическое мышление, фонематический слух.

Воспитательные:

-прививать знания об основных моральных нормах и ориентировать на их выполнение.

1.3. Содержание программы.

Цель: развитие танцевальных способностей и личностных качеств учащихся через музыкально-ритмические упражнения.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить с основными понятиями в области ритмики;
- научить простейшим движениям (шаги, подскоки, прыжки);
- дать первичные знания об инсценировании песен и передаче заданного образа;
- учить пониманию значения слов, их роль и правильность выполнения.

Развивающие:

- развивать музыкальную грамотность, чувства ритма, координацию и фонетический слух;
- формировать первичные представления о свойствах и отношениях объектов окружающего мира;
- развивать умения работать в паре, в коллективе.

Воспитательные:

- прививать аккуратность, трудолюбие;
- воспитывать умение регулировать свое поведение в соответствии с нормами морали.

Учебно-тематический план реализации программы

№	Разделы	Количество занятий
1.	Игроритмика	16
2.	Игрогимнастика	10
3.	Игротанцы	6
4.	Танцевально-ритмическая гимнастика	10
5.	Игропластика	5
6.	Пальчиковая гимнастика	5
7.	Музыкально-подвижные игр	7
8.	Игры-путешествия	5
9.	Креативная гимнастика	По плану занятий

	Итого	64
--	--------------	-----------

Учебно- тематический план

Месяц	Тема	Количество занятий	Теория	Практика
Сентябрь 1 неделя	Педагогический мониторинг	2	5 мин	10 мин
2 неделя	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика Музыкально – подвижная игра «Найди своё место»	2	5	10
3 неделя	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Музыкально – подвижная игра «Найди своё место»	2	5	10
4 неделя	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Танцевальные шаги «Шаг с носка, на носках» Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка»	2	5	10
Итого		8		
Октябрь 1 неделя	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	2	5	10

	Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка»			
2 неделя	Танцевальные шаги «Шаг с носка, на носках» Строевые упражнения «Гусеница» Игроритмика «Горошина» Игровой самомассаж «Ладочки»	2	5	10
3 неделя	Строевое упражнение «Хоровод» Игроритмика «Горошинка» Музыкально – подвижная игра «Нитка - иголка»	2	5	10
4 неделя	Акробатические упражнения «Группировка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Игровой самомассаж «Ладочки»	2	5	10
Итого		8		
Ноябрь 1 неделя	Танцевальные шаги – шаг с подскоком, приставной шаг в сторону Строевое упражнение «Хоровод» Танцевально - ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки»	2	5	10
2 неделя	Ритмический танец «Танец сидя» Танцевальные шаги, пружинные полуприседы Акробатические упражнения	2	5	10

	Музыкально – подвижная игра «Цапля и лягушки»			
4 неделя	Общеразвивающие упражнения с султанчиками. Ритмический танец «Кузнечик» Акробатическое упражнение «Бревно» Музыкально – подвижная игра «Цапля и лягушки»	2	5	10
Итого		8		
Декабрь 1 неделя	Строевые упражнения «Раздувайся пузырь» Танцевальные шаги – приставной шаг в сторону. Танцевально - ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Ритмический танец «Кузнечик»	2	5	10
2 неделя	Пальчиковая гимнастика «Фонарики» Строевые упражнения «Пузырь» Креативная гимнастика «Кто я» Акробатические упражнения «Буратино»	2	5	10
3 неделя	Строевые упражнения – построение врассыпную Игроритмика «Весёлые ножки» Ритмический танец «Кузнечик» Подвижная игра «У медведя во бору»	2	5	10
4 неделя	Пальчиковая гимнастика «Фонарики» приставной шаг в сторону. Танцевально - ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Креативная гимнастика «Кто я» Подвижная игра «У медведя во бору»	2	5	10
Итого		8		

Январь 1 неделя	Сюжетная игра – путешествие «На лесной опушке»	2	5	10
2 неделя	Строевые упражнения «Быстро по местам» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Если весело живётся»	2	5	10
3 неделя	Танцевально - ритмическая гимнастика «На крутом бережку» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Если весело живётся»	2	5	10
4 неделя	Строевые упражнения «Солнышко» Игроритмика «Громко – тихо» Ритмический танец «Если весело живётся»	2	5	10
Итого		8		
Февраль 1 неделя	Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Лодочка» Танцевально – ритмическая гимнастика «У оленя дом большой»	2	5	10
2 неделя	Сюжетная игра - путешествие «Весёлый экспресс»	2	5	10
3 неделя	Строевые упражнения «Солнышко» Танцевальные шаги – шаг с носка Ритмический танец «Галоп шестёрками»	2	5	10
4 неделя	Креативная гимнастика «Море волнуется раз...» Танцевально - ритмическая гимнастика «Песня Мурёнки» Игропластика «Улитка»,	2	5	10

	«Морской лев», «Медуза»			
Итого		8		

Март неделя	1	Строевые упражнения «Солдатики» Игроритмика «Крылья» Музыкально – подвижная игра «Водяной» Креативная гимнастика «Создай образ»	2	5	10
2 неделя		Музыкально – подвижная игра «Водяной» Танцевально - ритмическая гимнастика «Песня Мурёнки» Креативная гимнастика «Море волнуется раз...»	2	5	10
3 неделя		Сюжетная игра «Путешествие в морское царство»	2	5	10
4 неделя		Строевые упражнения «Каравай» Игроритмика «Тихо - громко» Ритмический танец «Танец утят» Музыкально - подвижная игра «Отгадай, чей голосок» Игровой самомассаж «Водичка»	2	5	10
Итого			8		
Апрель неделя	1	Строевое упражнение «Солнышко» Музыкально - подвижная игра «Отгадай, чей голосок» Танцевально - ритмическая гимнастика «От улыбки»	2	5	10
2 неделя		Ритмический танец «Танец утят» Музыкально – подвижная игра «Попрыгунчики – воробушки» Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод» Упражнение на дыхание	2	5	10

3 недел я	Пальчиковая гимнастика «Сорока – белобока»	2	5	10
4 неделя	Строевые упражнения «Солдатики» Игроритмика «Крылья» Музыкально – подвижная игра «Водяной» Креативная гимнастика «Создай образ»	2	5	10
Итого		8		
Итого в год 64 занятия				

Календарный план

Занятие 1-2. Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»); приставные шаги в сторону; шаг с подскоком. Игроритмика: хлопки в такт музыки. Построение в рассыпную. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках. Общеразвивающие упражнения без предмета: основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку; основные движения туловищем и головой. Музыкально – подвижная игра «Найди свое место». Игровой самомассаж: упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднятие рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе. Игровой стрейчинг: «Деревце», «Слоник», «Вафелька», «Змея», «Черепашка».

Занятие 3-4. Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка». Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра). Игроритмика: хлопки в такт музыки. Построение в рассыпную. Общеразвивающие упражнения без предмета: полуприсед; упоры: присев, лежа на согнутых руках, стоя на коленях; положение лежа. Акробатические упражнения: группировка, сед ноги врозь, сед на пятках. Игровой самомассаж: поглаживание рук и ног в образно-игровой форме. Игровой стрейчинг: «Деревце», «Слоник», «Вафелька», «Змея», «Колобок».

Занятие 5-6. Игроритмика: ходьба сидя на стуле; хлопки в такт музыки. Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг; передвижение по кругу в различных направлениях; бег в рассыпную. Музыкально-подвижная игра «Найди свое место» (в кругу). Повторение общеразвивающих упражнений без предмета под музыку. Акробатические упражнения: группировка, сед ноги врозь, сед на пятках. Хореографические упражнения: Стойка руки на пояс и за спину, полуприседы, подъемы на носки. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках, пружинные полуприседы. Ритмический танец «Танец сидя». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные:

Поднимание рук – на вдохе. Свободное опускание рук – на выдохе. Потряхивание кистями рук.

Занятие 7-8. Игроритмика: ходьба сидя на стуле; хлопки в такт музыки. Строевые упражнения: построение из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам. Общеразвивающие упражнения с предметом: упражнения с погремушками, султанчиками, хлопками. Акробатические упражнения: перекаты в положении лежа, руки вверх («бревно») и в седее на пятках с опорой на предплечья. Хореографические упражнения: Стойка руки на пояс и за спину, полуприседы, подъемы на носки, свободные, плавные движения руками. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках, пружинные полуприседы. Ритмический танец: «Танец сидя». Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушка». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные: поднимание рук – на вдохе. Свободное опускание рук – на выдохе. Потряхивание кистями рук, расслабление рук с выдохом. Игровой стрейчинг: «Деревце», «Звезда», «Вафелька», «Змея», «Черепашка».

Занятие 9-10. Строевые упражнения: построение в шеренгу, круг. Танцевальные шаги: приставные шаги в сторону; шаг с небольшим подскоком. Игроритмика: акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле. Танцевально-ритмическая гимнастика: упражнения с погремушками или хлопками «У оленя дом большой». Построение лицом в круг, предмет в руках. Ритмический танец: «Кузнечик». Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные: Поднимание рук – на вдохе. Свободное опускание рук – на выдохе. Потряхивание кистями рук, расслабление рук с выдохом.

Занятие 11-12. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом. Танцевальные шаги: приставные шаги в сторону; шаг с небольшим подскоком. Игроритмика: акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле. Танцевально-ритмическая гимнастика «У оленя дом большой». Ритмический танец: «Кузнечик». Музыкально-подвижная игра «У медведя во бору». Хореографические упражнения: полуприседы, подъемы на носки. Свободные, плавные движения руками. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные: имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине и стоя «палочка», «столбик». Игровой стрейчинг: «Деревце», «Звезда», «Вафелька», «Змея», «Черепашка».

Занятие 13-14. Строевые упражнения: построение в рассыпную. Игроритмика: акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком в положении стоя. Ритмический танец: «Кузнечик». Акробатические упражнения: Комбинация 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). Танцевально-ритмическая гимнастика «У оленя дом большой». Музыкально-подвижная игра «У медведя во бору». Упражнения на

укрепление осанки: имитационно-образные упражнения. Сед ноги врозь «Буратино», стоя спиной к опоре «палочка», «столбик».

Занятие 15. Строевые упражнения: построение в круг. Игроритмика: акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком в положении стоя. Пальчиковая гимнастика: общеразвивающие упражнения пальчиками. Акробатические упражнения: Комбинация в образно-двигательных действиях. Группировка лежа на спине («качалочка»); перекатом вперед сед на ноги врозь «Буратино»), лечь на спину, руки вверх («бровнышко») – перекаты вправо (влево). Танцевально-ритмическая гимнастика «У оленя дом большой». Креативная гимнастика: Творческая игра «Кто Я?». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: Имитационно-образные упражнения на укрепление осанки: лежа на спине и стоя «палочка», «столбик». Игровой стрейчинг: «Деревце», «Крылья», «Морская звезда», «Лягушка», «Колобок», «Кошечка».

Занятие 16. Сюжет «На лесной опушке» (путешествие в лес).

Занятие 17-18. Строевые упражнения: музыкально-подвижная игра «Быстро по местам!», передвижение по кругу за педагогом под музыку «Польки». Игроритмика: акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта. Ритмический танец «Если весело живется». Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом бережку». Пальчиковая гимнастика: общеразвивающие упражнения пальчиками. Игропластика: Специальные упражнения для развития силы мышц. Упор лежа прогнувшись. Лежа на спине, руки вверх – принять группировку. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление – поза спящего.

Занятие 19-20. Музыкально-подвижная игра по ритмике. Построение в рассыпную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под музыку польки все прыгают. Игроритмика: Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта. Ритмический танец «Если весело живется». Танцевально-ритмическая гимнастика: «На крутом бережку». Игропластика: специальные упражнения для развития силы мышц; упор лежа прогнувшись; лежа на спине, руки вверх – принять группировку. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление – поза спящего.

Занятие 21-22. Строевые упражнения: построение в круг. Игроритмика: акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта; различие динамики звука «громко - тихо». Музыкально-подвижная игра по ритмике «Эхо». Танцевальные шаги: Комбинации из танцевальных шагов. Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом бережку». Ритмический танец: «Если весело живется». Пальчиковая гимнастика: Выполнение фигурок из пальцев: «круг», «очки», «домик». Упражнения на расслабление

мышц, дыхательные: Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели».

Занятие 23. Строевые упражнения: построение в круг. Креативная гимнастика: импровизация движений под песню. Дети самостоятельно танцуют под любую песню. Игроритмика: Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта. Различие динамики звука «громко-тихо». Музыкально-подвижная игра по ритмике «Эхо». Танцевальные шаги: Комбинации из танцевальных шагов. Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом берегу», «У оленя дом большой». Пальчиковая гимнастика: Выполнение фигурок из пальцев: «круг», «очки», «домик». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные: Имитационно-образные упражнения на дыхание «насос».

Занятие 24. Сюжет Путешествие по станциям. «Веселый экспресс».

Занятие 25-26. Строевые упражнения: построение в круг. Игроритмика: поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет. Танцевальные шаги: Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Ритмический танец: «Галоп шестерками». Танцевально-ритмическая гимнастика: построение в рассыпную «Песня Мууренки». Игропластика: Специальные упражнения для развития силы мышц. Морские фигуры: «Морская звезда», «Морской конек», «Краб», «Дельфин». Креативная гимнастика: «Море волнуется».

Занятие 27-28. Строевые упражнения: построение в круг. Игроритмика: поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет. Танцевальные шаги: Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Ритмический танец «Галоп шестерками». Танцевально-ритмическая гимнастика: построение в рассыпную «Песня Мууренки». Игропластика: специальные упражнения для развития гибкости – морские фигуры: «улитка», «морской лев», «уж», «морской червяк». Креативная гимнастика: «Море волнуется». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные: имитационно-образные упражнения на дыхание: «насос».

Занятие 29-30. Строевые упражнения: построение в круг. Игроритмика: поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет. Танцевально-ритмическая гимнастика: перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению педагога. «У оленя дом большой», На крутом берегу», Песня Мууренки». Музыкально-подвижная игра «Водяной». Игропластика: комплексы упражнений «Морская звезда»: «улитка», «морской лев», «уж», «морской червяк». Креативная гимнастика «Создай образ». Упражнений на расслабление мышц, дыхательные: имитационно-образные упражнения на дыхание: «насос».

Занятие 31. Строевые упражнения: построение в круг. Музыкально-подвижная игра «Водяной». Танцевально-ритмическая гимнастика: перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению педагога. «У оленя дом большой», На крутом берегу»,

Песня Муренки». Креативная гимнастика «Создай образ». Упражнения на расслабление мышц: имитационно-образные упражнения «Вороны».

Занятие 32. Сюжет «Путешествие в Морское царство».

Занятие 33-34. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении. Игроритмика: различие динамики звука «громко - тихо»; выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта - основного движения (наклона, приседа). Ритмический танец: «Танец Утят». Акробатические упражнения: комбинации акробатических упражнений в образно - двигательных действиях: «Ванька – Встанька», «Мальвина – балерина», «солдатик». Музыкально-подвижная игра « Отгадай, чей голосок?». Игровой самомассаж: поглаживание рук и ног в образно-игровой форме («Ладони – мочалка», «Смываем водичкой руки, ноги»).

Занятие 35-36. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении. Музыкально-подвижная игра: «Отгадай, чей голосок?». Игроритмика: различие динамики звука «громко - тихо»; выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта - основного движения (наклона, приседа). Танцевально-ритмическая гимнастика: упражнение «Хоровод». Акробатические упражнения: комбинации акробатических упражнений в образно - двигательных действиях: «Ванька – Встанька», «Мальвина – балерина», «солдатик». Ритмический танец: «Танец Утят». Игровой стрейчинг: «Деревце», «Крылья», «Морская звезда», «Лягушка», «Колобок», «Рыбка». Игровой самомассаж: поглаживание рук и ног в образно-игровой форме («Ладони – мочалка», «Смываем водичкой руки, ноги»).

Занятие 37-38. Строевые упражнения: построение в круг, передвижение по кругу. Игроритмика: различие динамики звука «громко – тихо»; под громкую музыку дети бегают, прыгают; под тихую – ходьба на носках, в полуприседе, в упоре присев. Ритмический танец: «Танец утят». Музыкально-подвижная игра «Попрыгунчики-воробышки». Танцевально-ритмическая гимнастика: «Хоровод». Пальчиковая гимнастика: сидя на стульчиках. «Сорока-белобока». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные: потряхивание кистями рук, сед руки за спину; расслабление рук с выдохом.

Занятие 39-40. Строевые упражнения: построение в шеренгу и колонну по распоряжению. Игроритмика: различие динамики звука «громко-тихо»; под громкую музыку дети хлопают в ладоши в такт; под тихую музыку принимают присев в группировке – «прячутся». Танцевально-ритмическая гимнастика: перестроение из одной шеренги в несколько по команде и ориентирам. «У оленя дом большой», «На крутом берегу», «Песня Муренки», «Хоровод». Музыкально-подвижная игра «Попрыгунчики – воробышки». Пальчиковая гимнастика: сед на стульчиках. Общеразвивающие упражнения пальчиками: разгибание всех пальцев по очереди и одновременно; отведение и приведение пальцев врозь-вместе. Упражнения на расслабление мышц: потряхивание кистями рук; расслабление рук (руки в карман, руки вниз).

Занятие 41-42. Строевые упражнения: построение в шеренгу и колонну по распоряжению. Игроритмика: различие динамики звука «громко – тихо»; под громкую музыку дети идут вперед (охотники); под тихую музыку дети, пригнувшись, идут назад (звери прячутся от охотников). Музыкально – подвижная игра «Мы веселые ребята». Танцевально-ритмическая гимнастика: перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам. «У оленя дом большой», «На крутом бережку», «Песня Мууренки», «Хоровод». Креативная гимнастика: специальные задания «Создай образ». Упражнения на расслабление мышц: потряхивание кистями рук; расслабление рук (руки в карман, руки вниз).

Занятие 43. Строевые упражнения: построение в шеренгу и колонну по распоряжению. Игроритмика: различие динамики звука «громко – тихо»; под громкую музыку дети идут вперед (охотники); под тихую музыку дети, пригнувшись, идут назад (звери прячутся от охотников). Музыкально – подвижная игра «Мы веселые ребята». Танцевально-ритмическая гимнастика: перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам. «У оленя дом большой», «На крутом бережку», «Песня Мууренки», «Хоровод». Креативная гимнастика: специальные задания «Создай образ». Упражнения на расслабление мышц: потряхивание кистями рук; расслабление рук (руки в карман, руки вниз).

Занятие 44. Сюжет «Поход в зоопарк».

Занятие 45-46. Строевые упражнения: построение в рассыпную. Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения (наклона, приседа, маха). Ритмический танец: «Мы пойдем сначала вправо». Музыкально-подвижная игра «Мы веселые ребята». Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка». Игровой стрейчинг: «Деревце», «Звезда», «Крылья», «Вафелька», «Лягушка», «Змея», «Черепашка». Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки: напряженное и расслабленное положение рук и ног в положении сед и лежа на спине.

Занятие 47-48. Строевые упражнения: построение в рассыпную. Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения (наклона, приседа, маха). Ритмический танец: «Мы пойдем сначала вправо». Музыкально-подвижная игра «Совушка». Танцевально-ритмический танец: «Чебурашка». Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки: напряженное и расслабленное положение рук и ног в положении сед и лежа на спине.

Занятие 49-50. Строевые упражнения: построение в рассыпную. Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений руками в различном темпе (на два и четыре счета каждое движение). Ритмический танец: «Мы пойдем сначала вправо». Игропластика: комплексы упражнений на силу мышц разгибателей спины и брюшного

пресса: лежа на спине и на животе. Музыкально-подвижная игра «Совушка». Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка». Упражнения на расслабление мышц и на укрепление осанки: в положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз.

Занятие 51. Строевые упражнения: построение в рассыпную. Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений руками в разном темпе (на два и четыре счета каждое движение). Ритмический танец: «Мы пойдем сначала вправо». Игропластика: комплексы упражнений на силу мышц разгибателей спины и брюшного пресса: лежа на спине и на животе. Музыкально-подвижная игра «Совушка». Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка». Упражнения на расслабление мышц и на укрепление осанки: в положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз.

Занятие 52. Сюжет «В гости к Чебурашке».

Занятие 53-54. Строевые упражнения: построение в круг. Музыкально – подвижная игра по ритмике «Найди предмет». Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку. Во время движения выделить хлопком наиболее сильный акцент музыки в соответствии характеру движения (наклона, приседа, маха). Ритмический танец: «Лавота». Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую». Ритмический танец: «Каравай». Упражнение на расслабление мышц и на укрепление осанки: в положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз. Игровой стрейчинг: «Крылья», «Звезда», «Вафелька», «Лягушка», «Змея», «Черепашка», «Цветок».

Занятие 55-56. Строевые упражнения: построение в кругу. Музыкально-подвижная игра по ритмике «Найди предмет». Ритмический танец: «Каравай», «Лавата». Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку. Во время движения выделить хлопком наиболее сильный акцент музыки в соответствии характеру движения (наклона, приседа, маха). Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую». Хореографические упражнения на укрепление осанки: стойка руки на пояс и за спину; полуприсед, руки на пояс. Упражнения на расслабление мышц: расслабление ног в положении сидя и лежа на животе. Игровой стрейчинг: «Домик», «Цапля», «Слоник», «Верблюд», «Черепашка», «Лягушка», «Елка».

Занятие 57-58. Строевые упражнения: построение в две шеренги напротив друг друга по распоряжению и ориентирам. Музыкально-подвижная игра «Эхо». Ритмический танец: «Каравай», «Лавота». Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под сильную долю такта. Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую». Пальчиковая гимнастика: игры пальчиками «Игра на рояле». Упражнения на расслабление мышц: расслабление рук и потряхивание кистями. Игровой стрейчинг: «Домик», «Цапля», «Слоник», «Верблюд», «Черепашка», «Звезда», «смешной клоун», «Солнечные лучики».

Занятие 59-60. Строевые упражнения: построение в круг. Музыкально-подвижная игра «Эхо». Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом на сильную долю такта. Ритмический танец: «Лавота». Креативная гимнастика: упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Я танцую», выполнение самостоятельно. Импровизация под музыку. Пальчиковая гимнастика: игры пальчиками «Человечек». Игровой самомассаж: сидя поглаживание рук, ног с расслаблением в конце в образно-игровой форме.

Занятие 61. Строевые упражнения: построение в круг. Музыкально-подвижная игра «Эхо». Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом на сильную долю такта. Ритмический танец: «Лавота». Креативная гимнастика: упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Я танцую», выполнение самостоятельно. Импровизация под музыку. Пальчиковая гимнастика: игры пальчиками «Человечек». Игровой самомассаж: сидя поглаживание рук, ног с расслаблением в конце в образно-игровой форме.

Занятие 62. Сюжет «Конкурс танца».

Календарно-тематическое планирование

№	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Ознакомление программой	2	2	-	Наблюдение
1	Основы ритмики, ходьба	10	-	10	
	Тема 1.1. Основные представления ритмике	1	-	1	Стартовая диагностика. Наблюдение.
	Тема 1.2. Ходьба	4	-	4	Проверочные задания по технике исполнения движений. Игра. Наблюдение.
	Тема 1.3. Танцевальный номер	5	-	5	Проверочные задания по технике исполнения движений. Наблюдение.

2	Бег и подскоки	20	-	20	
	Тема 2.1. Бег на носках мелкими шагами	4	-	4	Проверочные задания по технике исполнения движений.
	Тема 2.2. Подскоки переменным шагом с продвижением вперёд	4	-	4	Опрос. Игра. Проверочные задания по технике исполнения движений.
	Тема 2.3. Упражнения на подскоки	4	-	4	Наблюдение
	Тема 2.4. Прыжки	4	-	4	Проверочные задания по технике исполнения движений. Игра. Наблюдение.
	Тема 2.5. Ритмические зарисовки	4	-	4	Проверочные задания по технике исполнения движений. Наблюдение.
3	Упражнения и этюды	24	-	24	
	Тема 3.1. Упражнения для рук	6	-	6	Проверочные задания по технике исполнения движений. Наблюдение.
	Тема 3.2. Этюды по кругу	6	-	6	Проверочные задания по технике исполнения движений. Наблюдение.

	Тема 3.3.Основы польки	6	-	6	Опрос. Проверочные задания по технике исполнения движений.
	Тема 3.4.Танцевальный номер	6	-	6	Проверочные задания по технике исполнения движений. Наблюдение.
4	Ритмические этюды	14	-	14	

Планируемые результаты года обучения

В процессе обучения по программе воспитанники приобретут: **знания:**

- основных понятий в ритмике;
- о начале и конце музыкального произведения;
- об инсценировании песен и передаче заданного образа;
- о назначении движений и правила их исполнения.

умения:

- выполнять разминку и простейшие танцевальные движения (шаги, подскоки, прыжки);
- работать в паре, группе;
- исполнять мини-творческое задание с помощью педагога.

Ожидается формирование положительной динамики социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития.

Социально-коммуникативное развитие:

- умение регулировать свое поведение в соответствии с нормами морали.

Познавательное развитие:

- умение различать первичные представления о свойствах и отношениях объектов окружающего мира.

Речевое развитие:

- определение ребенком звука для выявления фонетического слуха.

Художественно-эстетическое:

- развитие чувства ритма.

Физическое развитие:

- развитие координации.

Содержание программы

Ознакомление с программой (2ч)

Теория (2ч). Введение в программу, знакомство с целями и задачами. Терминология, правила безопасности во время занятий, форма необходимая для тренировки. Стартовая диагностика.

Раздел №1 «Основы ритмики, ходьба» (10ч)

Практика 10ч

1.1. Основные представления о ритмике (1ч)

Практическая деятельность (1ч). Работа на середине зала: разучивание поклона, позиций ног и рук, разминка по кругу, не середине зала, на полу.

Формы контроля. Наблюдение за учащимися при выполнении движений.

12. Ходьба (4ч).

Практическая деятельность(4ч).Изучение движений с ходьбой различных вариантов: ходьба по кругу, по диагонали, ходьба с координацией рук и ног, ходьба на пятках и на носках, ходьба вперёд и назад.

Формы контроля. Наблюдение за учащимися при выполнении движений.

Игра. Проверочные задания по технике исполнения движений.

1.3. Танцевальный номер (5ч)

Практическая деятельность (5ч). Работа в малых группах. Работа на середине зала, изучение основного шага на середине и по диагонали, разучивание комбинаций закрепление, отработка недочётов.

Формы контроля. Проверочные задания по технике исполнения движений.

Наблюдение за учащимися при выполнении движений.

Раздел №2 Бег и подскоки(20ч)

Практика 20ч

Теория 0ч

1.1.Бег на носках мелкими шагами (4ч).

Практическая деятельность (4ч).Изучение танцевальных движений с бегом различной сложности: бег на носках, бег по кругу, бег мелкими шагами по диагонали, разучивание танцевальных комбинаций с бегом.

Формы контроля. Проверочные задания по технике исполнения движений.

1.2.Подскоки переменным шагом с продвижением вперед (4ч) Практическая деятельность (4ч). Разучивание подскоков с продвижением, в повороте. Изучение прыжков. Работа на середине зала, по диагонали.

Формы контроля. Опрос учащихся о правилах исполнения движений.

Проверочные задания по технике исполнения движений. Игра.

1.3.Упражнения на подскоки(4ч)

Практическая деятельность (4ч).Изучение подскоков на месте в продвижении, разучивание комбинаций, смена рисунков танца.

Формы контроля. Наблюдение.

1.4.Прыжки (4ч).

Практическая деятельность(4ч). Изучение прыжка «поджатый», работа на середине зала, у станка. Изучение комбинаций с прыжками.

Формы контроля. Проверочные задания по технике исполнения движений.

Наблюдение за учащимися при выполнении движений. Игра.

1.5.Ритмические зарисовки (4ч).

Практическая деятельность (4ч). Отработка построений, переходов, смены рисунков.

Формы контроля. Наблюдение. Проверочные задания по технике исполнения движений.

Раздел №3 Упражнения и этюды(24ч) Практика 24ч

1.6.Упражнения для рук (6ч).

Практическая деятельность (6ч). Изучение круговых движений рук, танцевальных комбинаций на координацию движений.

Формы контроля. Наблюдение за учащимися при выполнении движений.
Проверочные задания по технике исполнения движений.

1.7.Этюды по кругу (6ч).

Практическая деятельность (6ч). Работа на середине зала, изучение движений, комбинаций по кругу в игре.

Формы контроля. Проверочные задания по технике исполнения движений.
Наблюдение.

1.8.Основы польки (6ч).

Практическая деятельность (6ч). Изучение шага польки с руками и без, работа на середине зала, по кругу, по диагонали, перескока, приставного шага, комбинаций польки в парах и на середине зала.

Формы контроля. Опрос учащихся о правилах выполнения движений.

Проверочные задания по технике исполнения движений.

1.9.Танцевальный номер (6ч).

Практическая деятельность (6ч). Работа в малых группах. Изучение движений и комбинаций. Закрепление, отработка движений при смене рисунков и переходов.

Формы контроля. Проверочные задания по технике исполнения движений.

Наблюдение за учащимися при выполнении движений.

Раздел №4 Ритмические этюды(14ч)

Практика 14ч

1.10.Ритмический этюд на образ «Зверобика» (2ч).

Практическая деятельность (2ч).Изучение слов, отработка и закрепление движений.
Постановочная работа.

Формы контроля. Наблюдение за учащимися при выполнении движений, опрос по технике исполнения движений. Опрос учащихся о правилах выполнения движений.

Задания по технике исполнения движений.

1.11.Ритмический этюд на образ «Лисичка» (4ч).

Практическая деятельность (4ч). Изучение слов, движений, комбинаций. Построение, смена рисунков. Постановочная работа.

Формы контроля. Наблюдение за учащимися при выполнении движений, опрос по технике исполнения движений. Опрос учащихся о правилах выполнения движений. Проверочные задания по технике исполнения движений.

1.12.Ритмический этюд «Путешествие» (4ч).

Практическая деятельность (4ч). Изучение слов, отработка и закрепление движений. Постановочная работа.

Формы контроля. Опрос учащихся о правилах выполнения движений. Проверочные задания по технике исполнения движений. Наблюдение за учащимися при выполнении движений, опрос по технике исполнения движений.

1.13.Ритмический этюд «Марафон» (4ч).

Практическая работа (4ч).Составление игровых зарисовок при помощи ритмических движений.

Формы контроля. Инсценировка содержания песен на образ животных. Наблюдение за учащимися при выполнении движений, опрос по технике исполнения движений. Опрос учащихся о правилах выполнения движений.

Творческий отчет.

Итоговое занятие (2ч). Теория (2ч). Итоговая диагностика.

2.Комплекс организационно-педагогических условий.

Условия реализации программы.

Методическое обеспечение программы

Для реализации программы «Ритмический калейдоскоп» необходимо иметь:

- помещение, соответствующее технике безопасности и санитарно-гигиеническим нормам;
- коврики для работы на полу (15штук);
- танцевальный станок;

- магнитофон.

Дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Ритмический калейдоскоп» реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее профессиональное образование и/или:

- среднее профессиональное образование,
- дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» в области, соответствующей направленности образовательной программы.

Педагог, реализующий данную программу, повышает свой профессиональный уровень через систему повышения квалификации и самообразования.

Формы контроля:

- проверочные задания по технике исполнения движений;
- самостоятельное создание воспитанниками игровых зарисовок на образ;
- наблюдение;
- опрос;
- игра;
- творческий отчет.

В начале и конце учебного года проводится стартовая и итоговая диагностика результативности реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмический калейдоскоп», с целью определения уровня начальной подготовки воспитанников, и оценивания, насколько успешно усвоен материал теоретических и практических знаний в конце года.

Методические материалы

В процессе освоения содержания дополнительной общеобразовательной программы используются следующие методические материалы:

- методические разработки по разделам и темам программы;
- сценарии праздников и мероприятий;
- иллюстративный материал;

- литература для педагога и воспитанников.

Для педагога:

1. Диагностический материал;
2. Набор аудиокассет;
3. Набор компакт дисков;
4. Видео материал;
5. Информационный материал по разделу №1 образовательной программы «Основы ритмики, ходьба», по разделу №2 образовательной программы «Бег и подскоки», по разделу №3 образовательной программы «Ритмические этюды».

Для воспитанников:

1. Схемы, иллюстрации, рисунки, таблицы;
2. Методическая разработка «Подборки игр, конкурсов»;
3. Видео и аудио материалы по теме «Постановочная работа»: песни и движения из мультфильмов.

3.Список литературы

1. Авилова С. А., Калинина Т. В. Игровые и рифмованные формы физических упражнений: сценки, игры- подражания, комплексы упражнений. Волгоград.: Учитель, 2008.111с.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб.: ЛОИРО,2000.220с.
3. ЗаикинИ.И. ЗаикинаИ.А. Областные особенности русского народного танца.Орел,типография«Труд», 1999. 550с.
4. Захаров Р.В. Сочинения танца. М.: Искусство, 1989.230с.
5. Ильичева М.А. Ирина Колпакова. Спб.: Искусство, 1979. 169с.
6. Методика «Закончи историю» (модифицированный вариант ситуаций Р. М. Калининой). Режим доступа:<https://studfiles.net/preview/1764994/page:36/>
7. Немов Р.С. Психология. М.: Владос, том №1, 2001.631с.
- 8.Немов Р.С. Психология. М.: Владос, том №2, 2001. 687с.
9. Психологическая поддержка учащихся. Сост. Е. Д. Шваб Н. П.

Пудикова. Волгоград.: Учитель,2008.90с.

10.Пуртова Т.В. Беликова А.Н. КветнаяО.В. Учите детей танцевать. М.: Владос,2004.254с.

11.Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М.: Дрофа, 1998. 102с.

12. ЯковлевВ. Г. Игры для детей. М.: Физкультура и спорт, 1975. 156

