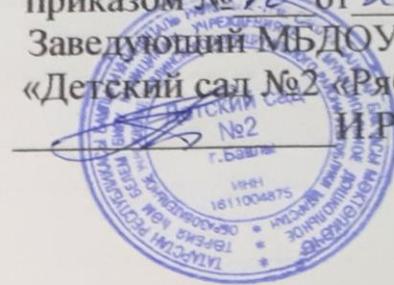


Программа утверждена  
на педагогическом совете  
Протокол № 1  
от 31.08.2017

УТВЕРЖДАЮ  
приказом № 16 от 28.09.2017 г  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад №2 «Рябинка»  
И.Р. Галиуллина



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ПО ХУДОЖЕСТВЕННО – ЭСТЕТИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДОШКОЛЬНИКОВ  
«РИТМИЧЕСКАЯ МОЗАИКА»**

**МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №2 «РЯБИНКА» БАВЛИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РТ  
(ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-6 ЛЕТ)**

**Составители: Карибуллина А.Д.-  
старший воспитатель;  
Кандаурова Л.В. – музыкальный руководитель  
высшей кв. категории  
МБДОУ «Детский сад №2 «Рябинка»**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Целевой раздел</b> .....	3
Пояснительная записка.....	3
Цели и задачи.....	4
Ожидаемые результаты.....	5
Принципы и подходы.....	5
<b>Содержательный раздел</b> .....	6
Разделы программы и их задачи.....	6
Содержание планирования деятельности (сентябрь- май).....	12
<b>Организационный раздел</b> .....	35
Материально – техническое обеспечение.....	35
Сетка занятий.....	35
Программно – методическое обеспечение.....	36
Использованная литература.....	36

## Целевой раздел

### Пояснительная записка

Интонация, мелодия, лад, ритм, гармония отражают окружающую нас действительность - природу, мир человеческих чувств, историю, будущее человечества.

В. Сухомлинский

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью. В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности.

Совершенствование учебного процесса по художественно – эстетическому воспитанию детей дошкольного возраста требует систематического, научно - обоснованного обновления теоретического и практического материала, уход от традиционных форм знаний, более широкого внедрения современных методов и форм дошкольного образования, позволяющие учитывать индивидуальные образовательные потребности ребенка, расширения специальных занятий по художественно – эстетическому развитию в рамках дополнительного образования.

Наиболее популярной, по нашему мнению, является ритмическая пластика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности. В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально- ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых и общеразвивающих упражнениях, играх, танцевальных движениях. Эффективность обеспечивается на ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. В то же время, движение под музыку является для ребенка и одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию, поэтому оно в целом сказывается благотворно на его состоянии и воспитании.

Программа составлена в соответствии с инструктивно – методическим письмом Министерства образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16, а также СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных организациях". При составлении программы учтены нормы и требования к нагрузке детей в течение недели.

Программа составлена на основе программы «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, рекомендованной Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста и программы «СА-ФИ-ДАНСЕ» Ж.Е.Фирилевой, Е.Г.Сайкиной, рекомендованной отделом дошкольного образования Экспертного совета Комитета по образованию администрации Санкт-Петербурга.

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмическая мозаика» направлена на художественно - эстетическое развитие детей от 4 до 6 лет. Программа включает все необходимые разделы: цели и задачи, содержание программы деятельности, рекомендации к организации педагогического процесса, планированию работы и проведению мониторинга, материально – техническое, программно – методическое обеспечение.

**Цель программы:** Развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

### **Задачи программы.**

#### **1. 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.

#### **2. 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.

#### **3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:**

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности.

#### **4. 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.

#### **5. 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.

#### **Ожидаемые результаты.**

**Первый год обучения (средняя группа).** После первого года обучения занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок, знают основные танцевальные позиции рук и ног. Знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный запас движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

**Второй год обучения (старшая группа).** Знают о правилах личной гигиены при занятиях физическими упражнениями. Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений этого года обучения. Развиты умения ориентироваться в пространстве, самостоятельно выполнять перестроения, становиться в пары, в несколько кругов. Развиты творческие способности: умения сочинять несложные плясовые движения и их комбинации, импровизировать пластический образ.

#### **Принципы и подходы программы.**

В основе программы лежат следующие **принципы:**

- Принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.
- Принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).
- Принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования
- Принцип активности, инициативности и субъектности в развитии ребенка.
- Принцип ведущей роли личностного развития по отношению к интеллектуальному и физическому.
- Принцип уникальности и самоценности развития ребенка в дошкольном детстве.
- Принцип адаптивности: инфраструктуры системы дошкольного образования, предметно – развивающей среды, ребенка к пространству дошкольного учреждения и окружающему социальному миру.
- Принцип интеграции содержания различных образовательных областей и специфических детских видов деятельности по освоению образовательных областей.
- Принцип психологической комфортности: защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации.

#### **Подходы**

- Учёт возрастных и индивидуальных особенностей развития ребёнка.
- Деятельностный подход к организации образования.

**Программа** рассчитана на два года обучения для детей дошкольного возраста 4-6 лет (средняя, старшая группы). В содержании программы деятельности представлены этапы обучения по двум разделам: первый год обучения: дети в возрасте от 4 до 5 лет, второй год обучения: дети от 5 до 6 лет.

Занятия проводятся группами по 10-12 человек во второй половине дня два раза в неделю в течение учебного года. Продолжительность занятий: средняя группа – не более 20 мин, старшая группа – не более 25 мин. Общее количество занятий в год – 64.

Освоение содержания программы оценивается по результатам диагностики, которая проводится 2 раза в год (в начале и конце учебного года). Образовательный процесс осуществляет педагог дополнительного образования (музыкальный руководитель). Образовательную деятельность объединяет игровой метод проведения занятий. Игровые и нетрадиционные методы придают учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчают процесс запоминания и освоения упражнений, повышают эмоциональный фон занятий, способствуют развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Игровые приемы, нетрадиционные игры и танцы, которым обучались воспитанники на кружках демонстрируются на развлечениях, праздниках.

#### **Содержательный раздел**

##### **Разделы программы и их задачи.**

В основу программы заложены следующие разделы и задачи деятельности:

В раздел танцевально-ритмической гимнастики входят: игроритмика, игрогимнастика, игротанец.

В раздел нетрадиционных видов упражнений входят: игропластика, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж, музыкально-подвижные игры.

В раздел креативной гимнастики входят: музыкально-творческие игры и специальные задания.

## 1. **Танцевально-ритмическая гимнастика:**

- **Игроритмика.** Специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

Задачи: развивать чувство ритма и координационно-двигательные способности детей, позволяющие свободно, красиво и

координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно её структурным особенностям, характеру, ритму, темпу.

Виды упражнений:

хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»);  
акцентированная ходьба;  
движения руками в различном темпе;  
хлопки или удары ногой на каждый счёт, через счёт;  
сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт;  
гимнастическое дирижирование – тактирование на музыкальный размер 2/4;  
гимнастическое дирижирование – тактирование на музыкальный размер 3/4;  
выполнение ходьбы, бега, движений туловища в различном темпе;  
акцентированная ходьба махом руками вниз на сильную долю такта;  
поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта, на каждый счёт;  
поочередное поднимание и опускание рук по линиям.

- **Игрогимнастика.**

Задача: способствовать освоению ребёнком различных видов движений.

В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные.

▪ **Строевые упражнения.**

Задачи: учить детей ориентироваться в пространстве, осваивать различные виды движений, обеспечивающих эффективное формирование двигательного-координационных умений и навыков, развивать у детей способность к реакции и согласованности движений.

Виды упражнений:

построение в шеренгу и в колонну по команде;  
повороты прыжком;  
построение из одной шеренги в две;  
ходьба и бег «змейкой»;  
ходьба и бег врассыпную;  
перестроение в три или четыре колонны по ориентирам;  
ходьба и бег в колонне по диагонали зала;  
ходьба и бег в колонне со сменой направления движения по команде воспитателя;  
перестроение в две колонны расхождением через одного через центр зала;  
ходьба с перестроением парами;  
ходьба с перестроением тройками.

▪ **Элементы художественной гимнастики.**

Задачи: развивать у детей мышечную силу, способность к равновесию, точности выполнения движений, гибкость, пластичность, формировать правильную осанку.

Виды упражнений:

группировки сидя, лёжа на спине;  
перекаты в положении сидя, лёжа («орешек», «брёвнышко»);  
равновесие на носках («балерина»);  
равновесие, стоя на одной ноге («петушок», «цапля», «ласточка»);

равновесие в упоре сидя («самолёт»);  
на гибкость («мостик», «кольцо», «шпагат», «берёзка», «птица», «книжка»);  
на формирование осанки («стрела», «ракета», «веточка», «змея»).

▪ **Игротанец.**

Задачи: способствовать формированию у детей танцевальных движений, доставлять эстетическую радость занимающимся.

В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного.

▪ **Танцевальные шаги.**

Задачи: содействовать развитию чувства ритма, умения согласовывать движения с музыкой, формировать навыки выразительности, грациозности и изящества танцевальных движений.

Виды упражнений:

шаг с носка, на носках;  
приставной шаг в сторону с приседанием, с хлопком;  
шаг с подскоком;  
скрестный шаг;  
русский хороводный;  
шаг с поворотом на 180\*, на 360\*;  
галоп прямой и боковой;  
шаг с притопом;  
русский шаг-«припадание»;  
«гармошка»;  
«ковырялочка»;  
тройной шаг с притопом;  
комбинации из танцевальных шагов.

**2. Нетрадиционные виды упражнений:**

• **Игропластика.**

Задачи: развитие мышечной силы и гибкости, обретение ребёнком умиротворенности, открытости и внутренней свободы.

- **Пальчиковая гимнастика.**

Задачи: развитие ручной умелости, мелкой моторики, обогащение внутреннего мира ребёнка, оказание положительного воздействия на улучшение памяти, мышления, развитие фантазии.

- **Игровой самомассаж.**

Задачи: закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Варианты упражнений:

«Носом - вдох, а выдох – ртом»;

«Вороны»;

«У меня спина прямая»;

«Разотру ладошки сильно»;

«Руки к солнцу поднимаю»;

«Я лежу на воде, как медуза на спине»;

«Шалтай – Болтай сидит на стене»;

«Нырание»;

«Подуем на плечо, подуем на другое»;

«Руки кверху поднимаем»;

«Воздух мягко набираем, шарик красный надуваем»;

«Один, два, три, четыре, пять, все умеем мы считать».

«Ветер дует нам в лицо»;

«Ладочки, ладошки, утюжки-недотрожки»;

«Вот встречаются зайчата, как погреться нам ребята»;

«Ручки разотру, тепло сохраняю».

- **Музыкально – подвижные игры.**

Задачи: содействовать развитию музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой; развивать скоростно-силовые и координационные способности, формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку,

используя приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

Варианты игр:

«Найди своё место»;  
«Нитка – иголка»;  
«Мы – весёлые ребята»;  
«Совушка»;  
«Цапля и лягушки»;  
«У медведя во бору»;  
«Море волнуется»;  
«Ровным кругом»;  
«Карлики и великаны»;  
«Два мороза»;  
«Космонавты»;  
«Музыкальные стулья»;  
«Музыкальные змейки»;  
«Волк во рву»;  
«Запев – припев»;  
«Горелки»;  
«Эхо»;  
«Мы пойдём сначала вправо»;  
«Магазин игрушек»;  
«Мяч по кругу»;  
«Давайте все делать как я»;  
«Лавота»;  
«Ну-ка повторй»  
«Это что за маскарад».

## **1. Креативная гимнастика.**

- **Музыкально-творческие игры.**
- **Специальные задания.**

Задачи: способствовать развитию выдумки, творческой инициативы, создавать благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения.

### Содержание планирования деятельности (сентябрь- май)

Основным содержанием планирования деятельности является сочетание общеразвивающих упражнений, бега, прыжков, танцевальных элементов, гармонично организованных эмоционально-ритмической музыкой и выполняемых поточным способом. Характерной особенностью комплексов является также, последовательное включение в работу всех мышечных групп и суставов, чередование различных темпов.

Для того чтобы научиться двигаться, необходимо особое внимание уделить выполнению упражнений, контролировать движения у зеркал. При подборе музыкального сопровождения необходимо учитывать его темп, ритм, характер, чтобы связь движений с музыкой была органичной.

Первый год обучения	Игроритмика	Игротанец	Танцевально-ритмическая гимнастика	Музыкально-подвижная игра	Хореографические упражнения	Танцевальные шаги	Игропластика, акробатические упражнения	Креативная гимнастика, пальчиковая гимнастика, Игромассаж	
Сентябрь (формирование групп, проведение диагностики)									
октябрь	Занятие 1-2	Хлопки в такт музыки (горошинки)	«Кузнечик» (песня о кузнечике, муз. В. Шаинского) (с.49)Р.М	«На крутом берегу» (Б.Савельева, А.Хайт) (с.51)С.Д	«Найди своё место» (с.35)С.Д	Стойка – руки на пояс, пятки вместе, носки врозь и расслабление	Танцевальный шаг с носка	«Змея», «Ёжик»	Творческая игра «Кто я?»

	Занятие 3-4	Хлопки в такт музыки (горошинки)	« Дождик» (песня Дождик пошел)	«На крутом бережку» (Б.Савельева, А.Хайт)	«Нитка – иголка» (с.36)С.Д	Плавные движения руками	Танцевальный шаг на носках	«Морская звезда», «Краб», «Дельфин» (с.60,65)С.Д	Упражнение на расслабление мышц «Вороны» (с.64)С.Д
ноябрь	Занятие 5-6	Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю	«Если весело живётся»	Упражнение «Хоровод» песня «От улыбки» В.Шаинский, Пляцковский (с.69)С.Д	«Цапля и лягушка» (с.40)С.Д	Приседания (плие) поднятие на носки (релеве)	Комбинация из шагов: 8 шагов с носка,4 приставных шага вправо, присесть, ногу на пятку, 4 хлопка в ладоши.	«Морская звезда», «Улитка» (с.61,65)С.Д	Творческая игра «Море волнуется» (с.60)С.Д

	Занятие 7-8	Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю	«Галоп шестёрками (йоксу- полька) (с.58)С.Д.  Танец «Дождик»	«Чебурашка» (В.Шаинский, Э. Успенский)  (с.45)Р.М	«У медведя во бору»  (с.44)С.Д	Комбинация:  1-2 присесть  3-4 исходное положение  5-6 на носки  7-8 исходное положение  1-2 руки на пояс  3-4 руки вниз  5-6 за спину  7-8 вниз	Приставной шаг в сторону, скрестный шаг в сторону	«Медведь»,  «Цапля», «Кошечка»  (с.73)С.Д	На укрепление мышц живота и спины:  «Орешек»,  «Кобра»,  «Велосипед»  (с.74,98)С.Д
--	-------------	---------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------	-----------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

декабрь	Занятие 9-10	Хлопки на каждый счёт и через счёт	«Мы пойдём сначала вправо», (с.75)С.Д., «Галоп шестёрками (йоксуполька) (с.58)С.Д	«Часики» (песня «тик-так» З.Петров, А.Островский, (с.94)С.Д «Чебурашка» (с.45)Р.М	«Нитка – иголка» (с.36)С.Д	Комбинация: 1-2 присесть 3-4 исходное положение 5-6 на носки 7-8 исходное положение 1-2 руки на пояс 3-4 руки вниз 5-6 за спину 7-8 вниз	Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону	«Медуза», «Уж» (с.61)С.Д	Игровой самомассаж «Разотру ладошки сильно» (с.102)С.Д
---------	--------------	------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------	--------------------------------	--------------------------------------------------------------

	Занятие 11-12	Удары ногой на каждый счёт и через счёт	«Лавота» (с.82)С.Д	«Ну, погоди!» (песня «Расскажи, снегурочка» Г.Гладков, Ю.Энтин) (с.125)с.Д «Часики» (с.94)С.Д	«Марш- полька» ( )	Танцевальные позиции ног: 1, 2, 3	Комбинация 8 танцевал. шагов на носках, 8 шагов с поворотом на 360 градусов	Упражнение для развития гибкости «Я – маг волшебник» (с.102)С.Д	Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик – дедушка...» (с.100)С.Д
январь	Занятие 13-14	На 1 – хлопок, 2,3,4 - пауза	«Полька – хлопушка» (музыка любой польки), (с.72)Р.М «Мы пойдём сначала вправо» (с.75)С.Д	Упражнение с платочком (песня «На свете невозможное случается»), (с.139)С.Д «Ну, погоди!» (с.125)С.Д	«Эхо» (55)С.Д	Танцевальные позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3	Комбинация: 8 танцевальных шагов на носках, 8 шагов с поворотом на 180 градусов	«Кошечка», «Кобра» (с.73,74)С.Д	Творческая игра «Кто я?»

	Занятия 15-16	На 1 – притоп, 2,3,4 - пауза	«Полька – хлопушка»  (с.72)Р.М	Упражнение с обручем  («Неприят- ность эту мы переживём»  Б.Савельев)  (с.284)С.Д	«Отгадай, чей голосок»  (с.69)С.Д	Перевод рук из подготовительн. позиции в 1, во 2, в 3, чнова в подготовительную	хороводный шаг	«Лодочка», «Замок»  (с.104)с.Д	Упражнение на дыхание и расслабление «Руки к солнцу поднимаю...»  (с.115)С.Д
февраль	Занятие 17-18	На 1 – хлопок, 2,3,4 – пауза,  на 5 – притоп, на 6,7,8 - пауза	Полька «Старый жук»  (музыка из к/ф «Золушка»),  (с.36)С.Д	«Ванька - встань-ка»  (ансамбль «Рондо»),  «Неприят- ность эту мы переживём»  (с.291)С.Д	«Совушка»  (с.77)С.Д	Комбинация из пройденных элементов:  1-2 плие,  3-4 исходное положение,  5-8 повторить,  1-2 ногу в сторону на носок,  3-4 приставить  5-8 повторить  1-2 руки в 1поз.  3-4 во 2 поз.  5-8 в подготовит.	хороводный шаг,кружение на носочках.	«Веточка», «Книжка»	Пальчиковая гимнастика «Этот палец хочет спать...»  (с.141)С.Д

	Занятие 19-20	На 1-4 поднять руки вперёд, 5-8 опустить	«Автостоп» (музыка диско), Полька «Старый жук»	«Божья коровка» (песня «Лети коровка божья Т.Булановой) (с.301)С.Д «Ванька - встань-ка» (с.291)С.Д	«Космонавты»	Комбинация из пройденных элементов: 1-2 плие, 3-4 исходное положение, 5-8 повторить, 1-2 ногу в сторону на носок, 3-4 приставить 5-8 повторить 1-2 руки в 1поз. 3-4 во 2 поз. 5-8 в подготовит.	Шаг с притопом с переменной ног	«Ящерица», «Кораблик»	Упражнение на релаксацию «Я лежу на спине как медуза на воде...» (с.128)С.Д
март	Занятие 21-22	Руки в сцеплении на 1-4 вверх 5-8 вниз 1-2 вверх 3-4 вниз -2р.	«Большая прогулка» (любой марш), «Автостоп»	«Пластилиновая ворона» (Г.Гладков, Э.Успенский) (с.308)С.Д «Божья коровка»	«Поезд» (с.100)С.Д	«Под музыку вивальди» (С.Никитин) (с.158)Р.М	Тройной шаг с притопом	«Качели», «Рыбка»	Игровой самомассаж «Я в ладоши хлопаю...» (с.137)С.Д

	Занятия 23-24	Шаги по кругу: 1-4 руки вверх, 5-8 руки вниз	Бальный танец «Вару – вару», (с.138)С.д  «Большая прогулка» (с.122)С.Д	«Разноцветн. игра» (Б. Савельев), (с.48)Р.М  «Пластилин-овая ворона»	«Усни трава» (с.127)С.Д	«Под музыку вивальди» (С.Никитин)	«Ковырялочка»	«Кузнечик», «Черепашка»	Творческая игра «Магазин игрушек»
апрель	Занятие 25-26	1-4 первая шеренга руки вперёд  5-8 вторая шеренга руки вперёд  1-4 первая шеренга руки вниз  5-8 вторая шеренга руки вниз	«Чунга-чанга» В.Шаински (с.59)Р.М  Бальный танец «Вару – вару» (с.138)С.Д	«Марш» Г.Свиридов,  «Разноцветн. игра» (с.48)Р.М	«Погода» (с.143)С.Д	«Танцкласс» (Ф.Лоу) (с.171)Р.М	«Ковырялочка», «Топотушки»	«Ёжик», «Слон»	Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик хочет спать...» (с.141)С.Д

	Занятия 27-28	Бег по кругу: 1-8 на каждый счёт, 1-8 через счёт (по кочкам)	«Мячик» (М.Минков) (с.68)Р.М  «Чунга-чанга» (с.59)Р.М	«Марш» Г.Свиридов,  «Красная шапочка» А.Рыбников	«Марш-полька»	«Танцкласс» (Ф.Лоу)	Боковой шаг «Крестик» (с.125)С.Д	«Страус», «Птица»	Упражнение на расслабление «Шалтай – Болтай сидит на стене»  (с.164)С.Д
май	Занятия 29-30	Ходьба по кругу: 1-8 на каждый счёт, 1-8 через счёт, поднимая вперёд колено (через кочки)	«Полька» (Кремена), «Мячик» (М.Минков),	«Кот Леопольд» Б.Савельев, «Красная шапочка» А.Рыбников. (с.60)Р.М	«Нитка-иголка» (с.36)С.Д	Перевод рук из одной позиции. в другую, полуприседы и подъёмы на носки	Галоп вперёд и в сторону	«Веточка», «Улитка»	Упражнение на расслабление «Ветер дует нам в лицо»

Занятие 31-32	<p>Ходьба по кругу с подниманием рук вперёд в разном темпе:</p> <p>1-4 руки вверх, 5-8 руки вниз, 1-2 вперёд, 3-4 – вниз)</p>	<p>Повторение:</p> <p>«Большая прогулка»,</p> <p>«Вару-вару»,</p> <p>«Чунга-чанга»,</p> <p>«Мячик»</p>	<p>Повторение:</p> <p>«Разноцветная игра»,</p> <p>«Марш»,</p> <p>«Красная шапочка»,</p> <p>«Кот Леопольд»</p>	<p>«Отгадай, чей голосок» (с.69)С.Д</p>	<p>«Под музыку вивальди» (С.Никитин)</p>	<p>Прыжки с выбрасыванием ног вперёд</p>	<p>«Месяц», «Лисичка»</p>	<p>Творческая игра «Магазин игрушек»</p>
---------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------	----------------------------------------------	------------------------------------------	-------------------------------	----------------------------------------------

## Второй год обучения

Второй год обучения		Игроритмика	Игротанец	Танцевально-ритмическая гимнастика	Музыкально-подвижная игра	Хореографические упражнения	Танцевальные шаги	Игропластика Акробатические упражнения	Креативная гимнастика, Пальчиковая гимнастика, игромассаж
октябрь	Занятие 1-2	Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт	«Всё мы делим пополам» В.Шаинский (с.78)Р.М	«Всадник» Т.и С.Никитины (с.165)С.Д	«Погода» (с.143)С.Д	Выставленные ноги на носок вперёд, в сторону, назад, в сторону – крестом.	Тройной шаг с притопом	«Белые кораблики» В.Шаинский (с.55)Р.М	Самомассаж : «Трёхрукой – мочалкой» (с.198)С.Д

	Занятие 3-4	Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт	«Волшебный цветок» Ю. Чичиков, (с.79)Р.М Танец «Капельки»	«Зарядка» (песня «День рождения» В.Шаинский), (с.157)С.Д «Всадник» (с.165)С.Д	«Птички и ворона» (муз. А.Кравцова) (с.54)Р.М	«Открывание» рук из подготовительной поз. в 1 и 2	Русский шаг - припадания	«Белые кораблики» В.Шаинский (с.55)Р.М	Упражнение на расслабление «Подуем на плечо» (с.206)С.Д
ноябрь	Занятие 5-6	Выполнение движения в разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон, 5-8 выпрямится	Танец «Капельки» «Волшебный цветок» (с.79)Р.М	«Четыре таракана и сверчок», (с.181)С.Д «Зарядка»	«Эхо» (с.55)С.Д	«Открывание» рук из подготовительной поз. в 1 и 2, выставление ноги на носок «крестом»	Тройной переменный шаг	Пластич. этюд с обручами (П.Мориа) (с.135)Р.М	Пальчиковая гимнастика «Серенький комочек сидит»

	Занятие 7-8	<p>Выполнение движения в разном темпе</p> <p>1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится,</p> <p>1-4 наклон, 5-8 выпрямитесь</p>	<p>«Полька» (с.72)Р.М</p> <p>Танец «Капельки»</p>	<p>Упражнения с двумя лентами («Облака» В.Шаинский), (с.189)С.Д</p>	<p>«Козочки и волк» (музыка из к/ф «Звуки музыки») (с.62)Р.М</p>	<p>«Открывание» рук во 2 поз., ногу в сторону на носок,  наклон корпуса в сторону</p>	<p>Комбинация из выученных шагов</p>	<p>Пластич. этюд с обручами  (П.Мориа) (с.135)Р.М</p>	<p>Упражнение на расслабление  «Руки кверху поднимаем»  (с.202)С.Д</p>
--	-------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------

декабрь	Занятия 9-10	<p>Гимнастическое дирижирование:</p> <p>исходное положение – стоя, руки вверх;</p> <p>1 – руки с акцентом вниз,</p> <p>2 – руки в стороны,</p> <p>3 – руки вверх</p> <p>муз. размер 3/4</p>	«Здравствуй Дедушка мороз»	<p>«Бег по кругу»</p> <p>(Кремена),</p> <p>упражнение с двумя лентами</p> <p>(с.189)С.Д</p>	«Игра с мячом»	(Берлинская Польша)	(с.92)Р.М	<p>«Открытие» рук из подготовительной поз. в 1 и 2,</p> <p>выставление ноги на носок «крестом»,</p> <p>«Открытие» рук во 2 позицию, ногу в сторону на носок,</p> <p>наклон корпуса в сторону</p>	Шаг, шаг, тройной притоп	<p>Пластический этюд</p> <p>«Дорогой длиною»</p>	<p>Пальчиковая гимнастика:</p> <p>«Сидит белка на тележке»</p>
---------	--------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------	----------------	---------------------	-----------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	--------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------

	Занятие 11	<p>Гимнастическое дирижирование:</p> <p>исходное положение – стоя, руки вверх;</p> <p>1 – руки с акцентом вниз,</p> <p>2 – руки в стороны,</p> <p>3 – руки вверх</p> <p>муз. размер <math>\frac{3}{4}</math></p>	<p>«Макарен а», (с.183)С.Д</p> <p>«Здравствуй Дедушка Мороз»</p>	<p>«Приходи сказка» (песня «Приходи сказка»), (с.208)С.Д</p> <p>«Бег по кругу» (с.197)С.Д</p>	<p>«Пятнашки» (песня «Тикотико») (с.155)С.Д</p>	<p>«Открывание» рук в сторону и на пояс</p>	<p>«Припадание» в сторону, «припадание с поворотом, «ёлочка»</p>	<p>Пластический этюд «Дорогой длинной»</p>	<p>Дыхательная гимнастика «Воздух мягко набираем» (с.222)С.д</p>
--	------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------	---------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------

январь	Занятие 13-14	<p>Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4:</p> <p>исходное положение – стоя, руки вверх;</p> <p>1 – руки с акцентом вниз,</p> <p>2 – руки скрестно перед грудью,</p> <p>3- с небольшим акцентом в стороны,</p> <p>4 – руки вверх</p>	<p>«Макарен а» (с.183)С.Д</p>	<p>«Чёрный кот» (Ю.Энтин), (с.218)С.Д</p> <p>«Приходи сказка» (с.208)С.Д</p>	<p>«Волшебный весёлый бубен» (с.195)С.Д</p>	<p>«Открывание» рук в сторону и на пояс,  Выставление ноги «носок – пятка» вперёд и в сторону</p>	<p>Комбинация из выученных шагов</p>	<p>Пластический этюд «Голубая вода» (П.Мориа) (с.160)Р.М</p>	<p>Пальчиковая гимнастика «Вот помощники мои» (с.172)С.Д</p>
--------	---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------

	Занятие 15-16	<p>Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4:</p> <p>исходное положение – стоя, руки вверх;</p> <p>1 – руки с акцентом вниз,</p> <p>2 – руки скрестно перед грудью,</p> <p>3- с небольшим акцентом в стороны,</p> <p>4 – руки вверх</p>	<p>Танец «Кик»</p> <p>(музыка в стиле диско),</p> <p>(с.196)С.Д</p>	<p>«Марш»</p> <p>(военный марш</p> <p>Г.Свиридов),</p> <p>«Чёрный кот»</p> <p>(с.218)с.Д</p>	<p>«Шеренга – колона – круг»</p>	<p>Подъем ноги через выставление на носок вперед и в сторону</p>	<p>Скрестный шаг в сторону, выставить ногу на пятку, руки открыть в стороны</p>	<p>Пластический этюд</p> <p>«Голубая вода»</p> <p>(П.Мориа)</p> <p>(с.160)Р.М</p>	<p>Упражнение на расслабление «Один, два, три, четыре, пять!»</p> <p>(239)С.Д</p>
--	---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------	------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------

февраль	Зан-ятие 17-18	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении шагом	«Давай танцуй» (музыка в стиле диско) (с.199)С.Д «Кик» (с.196)С.Д	Упражнения с флажками  (песня «Настоящий друг» Б.Савельев, М.Пляцковский) (с.249)С.Д «Марш»	«Музыкальные змейки»	Прыжки из 1 позиции во 2	Прямой галоп, галоп в сторону	Пластический этюд «Береги себя, автомобиля» А.Петров (с.169)Р.М	Самомассаж «Трём рукой – мочалкой»  (с.198)С.Д
---------	----------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------	--------------------------	-------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------

	Заня-тие 19-20	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении шагом	Танец «Веснушки»  «Давай танцуй»  (с.199)С.Д	«Три поросёнка»  (песня «Никола, ни двора»),  (с.255)С.Д  упражнения с флажками	«Музыкальные змейки»	Прыжки из 1 позиции во 2	Шаг польки	Пластический этюд  «Береги себя»,  автомобиля»  А.Петров.  (с.169)Р.М	Пальчиковая гимнастика «Я в руках флажок держу»  (с.174)С.Д
--	----------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------	--------------------------	------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------

март	Занятие 21-22	<p>1- хлопок на сильную долю,</p> <p>2- топнуть левой ногой,</p> <p>3-4 четыре шага с левой ноги,</p> <p>акцентируя сильную долю</p>	<p>«Полька» (с.143)С.Д</p> <p>Танец «Веснушки»</p>	<p>«Белочка» упражнение с мячами (песня Рождествен- ская, В.Шаински й), «Три поросёнка»</p>	«Запев- припев»	Точки класса: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Шаг польки	Пластич еский этюд «Береги сь, автомоб иля» А.Петро в	Упражнение на расслаблени е «Шалтай – Болтай сидит на стене» (с.164)С.Д
	Занятие 23-24	<p>1- хлопок на сильную долю,</p> <p>2- топнуть левой ногой,</p> <p>3-4 четыре шага с левой ноги,</p> <p>акцентируя сильную долю</p>	<p>«Танец с хлопками » (с.241)С.Д (музыка в стиле диско), Танец «Веснушки»</p>	<p>«По секрету всему свету» - танцевальн о-беговое упражнени е В.Шаински й, «Белочка» (с.50)С.Д</p>	«Гонка мяча по кругу»	Точки класса: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Прыжки с вынесен ием ноги на носок вперёд	Пластич еский этюд «Осенн ий марафо н» А.Петро в	Пальчиковая гимнастика «Колокольч ик всё звенит» (с.175)С.Д

апрель	Занятие 25-26	<p>На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши,</p> <p>на длинные – половинные – положить руки на пояс</p>	<p>«Полька тройками» (любая полька), (с.118)С.Д</p> <p>«Танец с хлопками (с.241)С.Д</p>	<p>«Антошка» В.Шаинский, (с.66)С.Д</p> <p>«Вместе весело шагать» (67)Р.М</p>	<p>«Нам не страшен серый волк» (с.313)С.Д</p>	<p>Исходное положение – 1 позиция, руки вниз,</p> <p>плие – руки в 1 позицию, исходное положение – руки во 2 позиции, закрыть руки в подгот. позицию, на носках переступаниям и, повернуться во 2 точку класса и т.д.</p>	<p>Тройной шаг с притопами</p>	<p>«Жаворонок» (П.Мариа) (с.161)Р.М</p>	<p>Музыкально-творческая игра «Займи место» (с.35)С.Д</p>
--------	---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------------	-----------------------------------------------------------

	Занятие 27-28	<p>На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши,</p> <p>на длинные – половинные – положить руки на пояс</p>	<p>«Модный рок» (музыка в стиле диско), (с.168)С.Д</p> <p>«Полька тройками» (с.118)С.Д</p>	<p>«Вместе весело шагать», (с.67)Р.М</p> <p>«Антошка» (с.66)Р.М</p>	<p>«Игра с мячом» (Берлинская полька) (с.92)Р.М</p>	<p>Исходное положение – 1 позиция, руки вниз,</p> <p>плие – руки в 1 позицию, исходное положение – руки во 2 позиции, закрыть руки в подгот. позицию, на носках переступаниям и, повернуться во 2 точку класса и т.д.</p>	<p>Тройной шаг с притопом</p>	<p>«Жаворонок» (П.Мариа) (с.161)С.Д</p>	<p>Музыкально-творческая игра «Повтори за мной» (с.283)С.Д</p>
--	---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	-------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------

май	Занятие 29-30	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 4 хлопка	«Круговая кадрили» (муз. размер 2/4), (с.260)Р.М «Московский рок» (с.168)с.Д	«Кукла» В.Шаинский, (с.89)Р.М «Вместе весело шагать» (с.67)Р.М	«Птички и ворона» (музыка А.Кравцова-вич) (с.54)Р.М	Поворот вправо, влево из 3 позиции ног	Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков	Пластический этюд «Цирковые лошади» (П.Мариа) (с.163)Р.М	Творческая игра «Море волнуется» (с.60)С.Д
	Занятие 31-32	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 2 хлопка, на половинные – руки на пояс	«Модный рок» (музыка в стиле диско), (с.168)С.Д «Круговая кадрили» (с.260)Р.М	«Воздушная кукуруза» (Т.Спенсер) (с.143)Р.М, «Кукла» (с.89)Р.М	«Музыкальные змейки»	Повторение: позиции ног, позиции рук, точки класса	Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков	Пластический этюд «Цирковые лошади» (П.Мариа) (с.163)Р.М	Игровой самомассаж «Разотру ладошки сильно» (с.102)С.Д

## Организационный раздел

### Материально-техническое обеспечение программы:

- соответствие санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- соответствие правилам пожарной безопасности;
- средства обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- оснащённость помещения развивающей предметно-пространственной средой;
- учебно-методический комплект, оборудование, оснащение

Для реализации программы созданы необходимые условия: музыкальный зал

Оснащение музыкального зала
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Музыкальный центр</li><li>▪ Интерактивная доска</li><li>▪ Фортепиано,</li><li>▪ Атрибуты и физкультурное оборудование (палки, скакалки, обручи, степы, флажки, ленты, мячи, листочки, погремушки).</li><li>▪ Библиотека методической литературы, сборники нот, фонограммы, аудиотреки, видеоматериалы музыкально-ритмических композиций, («Шома бас» З.Г. Ибрагимова, Казань, 2012)</li><li>▪ Пособия, игрушки, атрибуты для занятий</li><li>▪ Ноутбук</li><li>▪ Детские и взрослые костюмы</li><li>▪ Занавесы</li></ul>

### Сетка занятий

Возрастные группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг
Средняя	15.15- 15.35		15.15- 15.35	
Старшая	15.45- 16.10		15.40-16.05	

### **Программно – методическое обеспечение**

1. А.И. Буренина - «Ритмическая мозаика», Санкт – Петербург, 2000
2. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Учебно- методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. Санкт – Петербург 2003.
3. И. Каплунова, И.Новоскольцева «Ладушки». Праздник каждый день. Программа музыкального воспитания детей дошкольного возраста (старшая группа). 2000 г.

### **Использованная литература:**

1. Н.Е. Веракса «Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Москва, 2015г.
2. А.И. Буренина - «Ритмическая мозаика», Санкт – Петербург, 2000
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Учебно- методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. Санкт – Петербург 2003.
4. И. Каплунова, И.Новоскольцева «Ладушки». Праздник каждый день. Программа музыкального воспитания детей дошкольного возраста (старшая группа). 2000 г.
5. В.В. Козлов, А.Е. Гиршон, Н.И. Веремеенко - «Интегративная танцевально-двигательная терапия».
6. С.Л. Слуцкая - «Танцевальная мозаика».
7. Н.В. Зарецкая - «Танцы для детей».
8. Т.В. Баршинкова - «Азбука хореографии».
9. В.Е. Чибрикова-Луговская - «Музыкальное и физическое развитие на занятиях ритмики».

10. Л. Гераскина - «Ожидание чуда. Выпуск 1-2»
11. О.А. Скоролупова Разработка образовательной программы ДОУ
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от
13. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»