

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №126 г. Липецка

ПРИНЯТО

Педагогическим советом №1

ДОУ №126 г. Липецк

Протокол от 19.08.2024, № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая ДОУ №126

/О.А.Белоусова/

Приказ от 19.08.2024, № 125



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности по игротанцам

«КАРАПУЗЫ»

ДЛЯ ДЕТЕЙ 2-4 ЛЕТ

Разработчик программы:
Музыкальный руководитель

Терехова И.В.

г. Липецк

СОДЕРЖАНИЕ

№	Разделы Программы	Стр.
1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Направленность, актуальность Программы	3
1.1.2.	Цель Программы. Задачи Программы	3
1.1.3.	Анатомо-физиологические особенности детей 2-3 лет	5
1.2.	Планируемые результаты	5
	II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию	6
2.2.	Основное содержание работы с детьми 2-3 лет	8
2.3.	Методика организации педагогического процесса	10
2.3.1.	Условия для реализации задач	10
2.3.2.	Развитие детей в процессе освоения разнообразных видов движений	12
2.3.3.	Структура занятия	12
2.4.	Календарно-тематическое планирование	13
2.5.	Работа с родителями	21
	III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Содержание курса	21
3.2.	Учебный план	21
3.3.	Критерии подбора музыкального оформления	22
3.4.	Условия реализации Программы	23
3.5.	Методическое обеспечение программы	23
3.6.	Контроль за самочувствием детей	24

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1.1. Направленность и актуальность Программы

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Программа дополнительного образования "Карапузы" разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей.

Разработка программы, осуществлена на основании нормативных документов и в соответствии с:

1. Федеральный Закон «Об образовании в РФ» 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ.
2. Приказом Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
3. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
4. Приказом Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;
5. Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный N 62296), действующим до 1 марта 2027 г. (далее – СанПиН 1.2.3685-21);
6. Санитарно-эпидемиологическими требованиями - санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573), действующим до 1 января 2027 г. (далее - СП 2.4.3648-20);
7. Образовательная программа дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада №126 г. Липецк.
8. Адаптированная образовательная программа для дошкольников 5-7 лет с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) муниципального

автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 126 г. Липецка
9. Устав ДОО.

Основная направленность Программы: психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.

Актуальность хореографического образования.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности в движениях.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Новизной данной Программы является обучение ребенка танцу через театральное действие и игру. Ребенок учится не только танцу, но и одновременно получает «азы» актерского мастерства. Любое задание превращается в маленькое шоу. На занятиях дети учатся импровизировать, владеть своим телом.

В основе Программы лежит обучение музыкально-ритмическим движениям простыми, но вместе с тем разнообразными движениями (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.), использование креативных методик (игропластика, партерная гимнастика) и инновационных направлений (пальчиковая гимнастика, самомассаж, йога для малышей).

1.1.2. Цели и задачи Программы

Цель Программы – развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности, содействовать развитию эмоциональности у детей раннего возраста через танцевально-игровую деятельность.

Задачи:

1. Помогать ребенку овладевать танцевально-игровой деятельностью

- Учить выполнять элементарные танцевальные движения: различные виды хлопков в ладоши и по коленям, полуприседания с легким поворотом вправо и влево, покачивания с ноги на ногу, прыжки на двух ногах, притопы одной ногой и попеременно, прыжки на двух ногах, кружения по одному и в парах, притопывать правой ногой, кружиться под правой рукой, выполнять упражнения с атрибутами;
- Добиваться связывания танцевальных движений с ритмом музыки;
- Учить согласовывать движения с текстом и музыкой;

- Развивать двигательные качества и умения (двигаться в соответствии с ярко выраженным характером музыки – веселый, грустный: весело бежать под легкую музыку, энергично ходить под ритмичный марш);
- Менять движения в связи с изменениями динамики звучания музыки;
- Развивать умение ориентироваться в пространстве (уметь вместе с детьми двигаться стайкой за взрослыми, образовывать круг, немного продвигаться по кругу, сужать и расширять круг, становиться парами по кругу);
- Дать представление о возможностях пластики для передачи различных эмоциональных состояний.

2. Приобщать ребенка к восприятию музыкально-ритмической культуры

- Настраивать на эмоциональное восприятие музыки, используемой для танцевально-игровой деятельности;
- Способствовать проявлению эмоциональной отзывчивости на характер танца;
- Дать представление о возможности мимики и жестов для передачи различных эмоциональных состояний.

3. Побуждать к первоначальным творческим проявлениям

- Настраивать на эмоциональное восприятие музыки, используемой для игровой деятельности;
- Учить эмоциональному исполнению игр, вызывая желание участвовать в них;
- Вовлекать малышей в сюжетные музыкальные игры, в которые они могли бы выполнять под музыку различные роли и учитывать взаимоотношения в игре;
- Побуждать к первоначальным творческим проявлениям в музыкальных играх (придумать и показать движения зайца, лисы и т.д. соответствующие характеру персонажа сказки);
- Учить мимикой и жестом выражать различные эмоциональные состояния.

4. Совершенствование развития психомоторных способностей:

- Развивать ручную умелость и мелкую моторику (пальчиковая гимнастика, самомассаж).
- Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности (игропластика, партерная гимнастика, йога для малышей).

1.1.3. Анатомо-физиологические особенности детей 2-3 лет

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), 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.

Мозг ребенка до 3-х лет восприимчив к информации извне и может усваивать ее в достаточно большом объеме. Именно в этот возрастной период формируется основа будущего интеллекта, а основной деятельностью на данном этапе является игра.

Дети 2 лет чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движения, особенно под музыку, доставляют им большую радость. Движения малышей еще недостаточно точны и координированы, плохо развито чувство равновесия, поэтому обмен и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер. И поэтому главной задачей педагога, работающего по этой программе, будет сделать игру максимально продуктивной. В результате чего к 3-м годам у ребенка появляется достаточный запас эмоциональных впечатлений, сформируется элементарное эстетическое восприятие и эмоциональная отзывчивость к происходящему (будь то игра, танец и т.д.), повышается танцевальная активность: ребенок исполняет несложные пляски (в том числе и с атрибутами), танцует в кругу, в паре, в хороводе, легко вовлекается в музыкально- подвижные игры, ребенок выполняет действия под музыку, передает характерные движения игровых персонажей (лиса, заяц и т.д.), появляются первые творческие проявления ребенка в движении.

1.2. Планируемые результаты

К концу года дети должны уметь:

- маршировать и бегать, ориентируясь в пространстве;
- выполнять плавные и резкие движения руками;
- выполнять приседания и полуприсяды (и с разворотом);
- выполнять хлопки;
- притопывать то одной, то другой ногой;
- прыгать на месте;
- кружиться по одному и в паре;
- ходить на полупальцах и на пятках;
- выставлять ногу на носок и на пятку;
- ходить стайкой по кругу, сужать и расширять его;
- выполнять прямой галоп;
- эмоционально, образно исполнять танцевально-игровые упражнения (кружатся листочки, подают снежинки и т.д.);

- подражать характерным движениям животных;
- передавать эмоциональное состояние игровых персонажей (грустный мишка, веселый зайка);
- эмоционально реагировать на различные игровые ситуации.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей на этапе

ПОДРАЖАНИЯ:

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

В основе 1-го этапа обучения — подражание детей образцу исполнения движений педагогом в процессе совместной деятельности. "Вовлекающий показ" (выражение С.Д.Рудневой) помогает детям освоить достаточно сложные двигательные упражнения. Совместное исполнение движений способствует созданию общего приподнятого настроения, единое ритмичное дыхание под музыку регулирует психофизиологические процессы, максимально концентрирует внимание. На таких групповых занятиях ритмикой на занимающихся оказывается как бы гипнотическое воздействие, сила которого зависит от музыки и от того, насколько выразителен, артистичен показ педагога.

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 музыкально-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. Чтобы ее определить, педагог должен определить "ближайшую зону" развития ребенка (по Л.С.Выготскому), что позволяет предвидеть последующую ступеньку в его развитии. 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.

Для развития танцевальной деятельности на этом возрастном этапе работы необходимо привлечь внимание детей к музыке, подвести к умению отозваться на музыку движением. На этапе начала использования в работе с детьми музыкально-ритмических композиций мы опираемся на способность детей к подражанию, которая ярко выражена в дошкольном возрасте. Подражая взрослому, ребенок осваивает разнообразные виды движений и постепенно начинает использовать их в самостоятельной деятельности (в играх, танцевальных импровизациях).

Педагогу необходимо, используя личный пример и опираясь на эмоциональную отзывчивость ребенка, развивать способность запоминать и выполнять несложные движения, небольшие роли, точно выполнять задания. Необходимо обращать внимание детей на то, что двигаться надо только тогда, когда звучит музыка, учить реагировать на смену контрастных частей, отмечая их сменой движений, прекращать движения с окончанием музыки.

Показ педагога как прием нужен на начальных этапах разучивания пляски, упражнения. В дальнейшем педагог дает указания по ходу исполнения, поправляя действия отдельных детей. В течение учебного года педагог обучает детей различным танцевальным и образным движениям, которые затем используются в танцах, хороводах. Нужно приобщать ребенка к выполнению несложных танцевальных движений под музыку; побуждать малыша к музыкально-творческим проявлениям, к активности от подражания к самому творчеству.

В этом возрасте детей привлекает зрелищность, поэтому занятия обыгрываются с помощью больших игрушек. Всплеск положительных эмоций вызывает кукольный театр. Яркое, выразительное выступление взрослых доставляет детям всеобъемлющую радость. Также рекомендуется использовать яркие атрибуты, ряжение. Все это способствует обогащению ребенка новыми эстетическими впечатлениями, рождает эмоциональный всплеск. Освоенный материал может быть использован в развлечениях и на праздничных утренниках, главная цель которых — эмоциональное развитие детей, воспитание у них навыков общения со взрослыми и сверстниками, обогащение их разнообразными радостными впечатлениями.

2.2. Основное содержание работы с детьми 2-3 лет

1. Развитие музыкальности:

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

2. Развитие двигательных качеств и умений

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

Основные:

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

Бег — легкий, ритмичный, "птички", "ручейки" и т.д.);

Прыжковые движения — на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп — "лошадки", подскоки (4-й год жизни);

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

Имитационные движения — разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый или трусливый зайчик, хитрая лиса, усталая старушка и т.д.);

Плясовые движения — простейшие элементы народных плясок, доступных по координации, например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной ногой, "выбрасывание" ног и др.

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом.

4. Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;

- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку;

- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и сверстниками.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения начинать и заканчивать движение вместе с музыкой — развитие слухового внимания, способности координировать слуховые представления и двигательную реакцию;

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике — радость, грусть, страх, и т.д., т.е. контрастные по характеру настроения, например: "Зайчик испугался", "Мишка радуется меду" и др.;

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов — умение изменять движения в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и умеренно медленным), формой (двухчастной) и ритмом музыки;

- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления — умение выполнять упражнения 1-го уровня сложности (см. прил. 2) от начала до конца, не отвлекаясь — по показу взрослого или старшего ребенка.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения чувствовать настроение музыки, понимать состояние образа, переданное в музыкальном произведении, и выражать это в пластике (контрастные эмоции, например, "грустный Чебурашка" — "веселый Чебурашка" и др.);

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место.

Рекомендуемый репертуар (из "Ритмической мозаики" - дополнительно к другим ритмическим упражнениям и пляскам под инструментально с сопровождение):

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

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

Показатели развития

Важнейшим показателем уровня музыкально-ритмического развития ребенка в этом возрасте является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер

музыки, игровой образ. При недостаточной координации, ловкости и точности движений (что в этом возрасте встречается довольно часто) выразительность пластики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность.

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

2.3. Методика организации педагогического процесса

2.3.1. Условия для реализации задач

- 1. Использование интенсивных методов обучения — выполнение большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка.*

Увеличение времени занятий движениями, то есть активизацию двигательной активности детей под музыку в процессе всего времени пребывания в детском саду (на зарядке, занятиях, между занятиями, на прогулке и т.д.), и кроме того, увеличение объема разнообразных движений в упражнениях. Другими словами, чтобы научиться двигаться, надо прежде всего много двигаться. Но если этот процесс не сделать радостным, привлекательным для детей, то, скорее всего, он превратится в муштру. Кроме того, важно подбирать такие ритмические композиции, которые позволяли бы решать одновременно много разных задач. Например, яркая, художественная музыка, под которую двигаются дети, развивает вкус, музыкальные способности, воспитывает эстетические потребности; быстрая смена разнообразных двигательных упражнений тренирует внимание, подвижность нервных процессов, координацию движений. Музыкальный образ и характер исполнения движений развивают фантазию и творческое воображение. Композиционные перестроения развивают умение ориентироваться в пространстве.

- 2. Обеспечение психологического комфорта детей и педагогов в процессе выполнения движений под музыку.*

Для успешной реализации задач необходимо обеспечивать психологический комфорт, чувство защищенности каждому ребенку, чтобы у него не было боязни сделать что-нибудь не так, проявить свое неумение и т.д. Поэтому педагог старается не делать детям замечаний вслух, а наоборот, подбадривает их. Важно также подбирать такой материал, который был бы доступен для исполнения, соответствовал возрастным и индивидуальным особенностям детей. Известно, что детям (и взрослым) нравится исполнять то, что получается, а если материал слишком сложный, то он, как правило, отвергается.

Педагог стремится сделать привлекательным процесс занятий путем подбора яркой музыки, оригинальных двигательных упражнений,

вызывающих у детей эмоциональный отклик, варьированием игровых ситуаций, сюрпризных моментов.

3. Выбор оптимальной системы занятий.

Связано с использованием в работе с детьми двух уровней работы с музыкально-ритмическим материалом. Первый уровень условно можно назвать тренинговым, он предполагает освоение ряда музыкально-ритмических композиций в процессе игрового сотрудничества педагога и детей без специального разучивания. Этот материал, в основном, исполняется по показу взрослого и включается в утреннюю зарядку, различные занятия и паузы между ними. В программы детских утренников тренинговые композиции, как правило, не включаются, так как они достаточно сложны и не ставится задача добиться от всех точного и правильного исполнения движений. Главное — это дать детям возможность приобрести собственный целостный чувственный опыт движения под музыку, обогатить их запасом разнообразных двигательных упражнений, облегчить и ускорить процесс формирования музыкально-ритмических навыков и умений. Естественно, что дети выполняют тренинговые композиции так, как они могут — все по-разному. Педагог в процессе наблюдений определяет уровень индивидуального развития своих воспитанников и на этом основании подбирает специальный, индивидуально-ориентированный материал (танцы, упражнения, игры) с тем, чтобы раскрыть способности каждого ребенка, высветить наилучшим образом его умения и скрыть недостатки. Этот специально подобранный (или придуманный вместе с ребенком) репертуар разучивается с подгруппами или индивидуально. При этом ставится задача подведения детей к выразительному, самостоятельному исполнению композиции (с последующим выступлением ребенка не только на занятиях, но и на утренниках).

4. Объединение усилий всего педагогического коллектива на решение поставленных задач.

И последнее условие — согласованность действий всего педагогического коллектива, использование единого репертуара по ритмике в разных формах работы, а также единство в подходах и требованиях разных специалистов. Один педагог как бы подхватывает и углубляет, дополняет на своих занятиях один и тот же музыкально-ритмический материал, интегрируя его с заданиями другого содержания (например, по развитию речи, формированию математических представлений, ознакомлению с окружающей природой и т.д.).

2.3.2. Развитие детей в процессе освоения разнообразных видов движений

Идея от простого к сложному, в начале работы с младшими дошкольниками уделяется внимание освоению образно-игровых движений. На этих же упражнениях начинается развитие элементарных двигательных

качеств: пластичности, ловкости, умений исполнять махи, пружинные, плавные движения, а также основных видов движений (бег, прыжки, ходьба и пр.). Например, такие игровые упражнения, как "Зайчик", "Белочка", "Мячик", тренируют умение легко прыгать на двух ногах; "Лисичка" — это "мягкая", пружинящая ходьба, "Мячик покатился" — бег; "Мишка" — ходьба, переваливаясь с ноги на ногу, ходьба на четвереньках; лежа на спине, обхватив руками ноги, согнутые в коленях — кататься с боку на бок; "Собачка" — ходьба на четвереньках, бег; "Кошечка" — стоя на четвереньках, выгибать и прогибать спину (развитие гибкости), "умывается", ходит на полупальцах и т.д.

Эти движения могут предлагаться без музыки, в игре или при обыгрывании стихотворений, а также в композициях ("Плюшевый медвежонок", "Белочка", "Мячик" и др. из репертуара "Ритмической мозаики").

Образно-игровые упражнения развивают не только пластичность, выразительность движений, но и тренируют ловкость и точность, координацию, и, что очень важно, развивают воображение детей, их эмоции, умение "оживлять" игровой персонаж, животное, игрушку и т.д. Для младших дошкольников на основе игровых упражнений вводятся и все остальные движения: общеразвивающие, основные, плясовые.

С самых первых занятий ритмикой важно приучать детей слушать музыку, начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом звучания аккомпанемента. Тем самым мы тренируем слуховое внимание, волю ребенка, произвольность движений. Используются различные методические приемы — это и словесные указания, привлечение внимания к звучанию музыки, характеру вступления и заключения, зрительные сигналы и т.д.).

Важно обращать внимание детей на характер исполнения, "вхождение в образ", на необходимость после окончания звучания какое-то мгновение выдержать паузу, ощутить пережитое в музыке. Это относится и к простейшим композициям типа "Белочка" или "Чебурашка".

2.3.3. Структура занятия

Подготовительная, основная и заключительная часть. Все части тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть: подготавливает организм ребенка — его центральную нервную систему, различные функции к работе, а именно: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

Для решения задач подготовительной части представлены следующие средства ритмопластики:

игрогимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); игроритмика; музыкально-подвижные игры малой интенсивности, игры на внимание,

игротанцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы – несложные по координации или хорошо изученные), а также упражнения танцевально-ритмической гимнастики, отвечающие задачам подготовительной части занятия.

Основная часть. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и пр.

На этой стадии дается большой объем знаний, развивающих творческие способности детей, достигается оптимальный уровень физической нагрузки. В основную часть могут входить все средства ритмопластики: ритмические танцы, игропластика, креативная гимнастика и пр.

Заключительная часть В заключительной части используются упражнения на расслабление мышц, на укрепление осанки, игровой самомассаж. Так же в заключительной части проводятся музыкально-подвижные игры малой интенсивности (ходьба с речитативом, с песней, полюбившиеся детям ритмические танцы и другие задания).

2.4. Календарно - тематическое планирование

Занятие	Тема	Задачи	Композиция
Сентябрь			
1.	«Мы веселые ребятки, очень любим танцевать»	1. Воспитать интерес у детей, что бы во время занятия ребёнок ощущал радость от движения под музыку. 2. Развивать координацию движений. 3. Учить осваивать пространство: самостоятельно находить свободное место в зале.	Занятие на танцевальное – игровое творчество.
2.			«Это я», «Как то мы в лесу гуляли..»
3.			«Баба яичко била..» игра «Собачка Жучка»
4.	«Мир игрушек»	1. Воспитать потребность правильно выполнять движения. 2. Развивать слуховое и зрительное внимание. 3. Учить выражать в пантомимике настроение игрушки.	Образно – игровые композиции «Чебурашка», «Курочка»
5.			
6.		Развитие умения начинать и заканчивать движения вместе с музыкой, двигаться в соответствии с образом характером музыки, ее темпераментом.	Неваляшки», «Кукла»,
7.		1. Воспитать потребность правильно выполнять	Маленький танец"

		движения. 2.Развивать слуховое и зрительное внимание. 3.Учить выражать в пантомимике настроение игрушки.	"Птички и Ворона"
8.			"Разноцветная игра" "Плюшевый медвежонок"
Октябрь			
1.	Любимые персонажи мультфильмов	1.Формировать умение выполнять простейшие перестроения: становиться в круг, врассыпную, поворачиваясь лицом к зрителям.	«Чебурашка», «Крокодил Гена», "Рыбачок"
2.			«Кот Леопольд», «Кузнечик»
3.			"Веселые путешественники"
4.			Три поросенка» и др.
5.	«Детки в домиках сидят и в окошечко глядят»	1.Воспитывать доверительные отношения взрослых и детей 2. Развивать воображение, фантазию, умение создать свой игровой образ. 3.Учить начинать и заканчивать движения вместе с музыкой.	Сюжетно – игровое занятие. Разучить композицию «Лошадка»
6.	«Хлоп-хлоп, топ-топ»	1.Воспитывать навыки общения с ровесниками. 2. Развивать умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, ритм. 3.Учить сочетать движения с музыкой.	Учимся топать и хлопать в такт музыке.
7.	«Вместе Весело шагать»	1.Формировать навыки танцевальной ходьбы. 2. Развивать умение самостоятельно находить выразительные позы и движения в соответствии с музыкой. 3. Разучить: танцевальный шаг, шаг высоко поднимая колени, шаг – приставить.	Разучить танцевальную Композицию "Поезд"
8.			Разучить танцевальную композицию «Самолет»
Ноябрь			
1.	В мире сказок	Развитие умений самостоятельно находить выразительные позы и движения в пластических этюдах, изображающих птиц, знакомых зверей, транспорт, игрушки, а также коммуникативные жесты	Жесты: "Иди ко мне" "До свидания" "Нельзя" Жесты, выражающие состояния: "Жарко-холодно", "Обиделись-помирились" и др. «Поросята», «Танец Месяца и Звездочек»

2.	«Сказочная история»	1. Воспитать потребность двигаться под музыку. 2. Развить умение согласовывать движения рук и ног. 3. Учить детей легко прыгать, ритмично приседать, бегать по кругу (лёгкий бег), сужать круг и отбегать назад.	Танцевальная Композиция "Белочка" Игра «Как то мы в лесу гуляли...»
3.		1. Воспитывать любовь к театрализованной деятельности. 2. Развивать способность выразительно двигаться в соответствии с данным образом, перевоплощаться. 3. Учить слышать и чувствовать начало и конец музыкального произведения.	Танцевальная композиция «Барбарики»
4.			«Танец Солдатики и Кукол» «Танец Колокольчиков»
5.			«Танец Кукол и Мишки»
6.	«Мы веселые ребятки, очень любим танцевать»	1. Воспитать интерес у детей, что бы во время занятия ребёнок ощущал радость от движения под музыку. 2. Развивать координацию движений. 3. Учить осваивать пространство: самостоятельно находить свободное место в зале.	«Маленький танец»
7.			
8.			
Декабрь			
1.	Природа и животные	1. Развитие умений самостоятельно находить выразительные позы и движения в пластических этюдах, изображающих птиц, знакомых зверей, транспорт, игрушки, а также коммуникативные жесты	«Белочка», «Аквариум», «Голубая вода»

2.		1. Воспитывать умение понимать образно – игровые композиции 2. Развивать творческое воображение и внимание. 3. Учить детей сопровождать текст - движениями.	Сюжетно – игровое занятие. Разучить пластическую Композицию "Кря -кря"
3.	«В гостях у Мишки – Топтышки»	1. Познакомить детей с основными танцевальными движениями: Поворот вокруг себя, «пружинка», шаги, притопы. 2. Развить умения выражать эмоции в мимике и движениях. 3. Учить топать ритмично, приседать в такт музыке.	Танцевальная композиция «Плюшевый медвежонок»
4.	«Зайчишки-шалунишки»	1. Воспитывать самостоятельности. 2. Развитие внимание, способность к импровизации. 3. Закрепить умение двигаться легко, ритмично в соответствии с характером музыки.	«Захотелось Зайке спать – выходи тебе плясать!»
5.	«Снежок, мой дружок»	1. Воспитать желание ходить на занятия. 2. Развить умение согласовывать движения рук и ног. 3. Учить детей слышать музыкальные контрасты (тихо – громко, грустно – весело) и передавать их в движении.	Разучить танцевальную композицию «Самолётик» (летим на Север) Игра «Снежки»
6.	«Мягкие лапки и лапки цап – царапки»	1. Воспитывать желание танцевать образные композиции. 2. Развивать мягкость, плавность движений рук, выразительной пластики. 3. Учить выразительности движений.	Танцевальная композиция «Посмотрите у окошка разминает лапки кошка...»
7. 8.	«Зимний лес полон сказок и чудес»	1. Воспитывать уважение друг к другу, оказания помощи вовремя занятия. 2. Развивать чувство ритма; мелкую моторику, внимание. 3. Учить различать динамические оттенки в музыке (громко – тихо).	Танец «Зимняя сказка» (работа с предметами)
Январь			
1.	Юмор и шутка		«Два барана», «Озорники»,

			«Кошки-Мышки», «Антошка», «Кошка и Девочка», «Птичий двор» и др.
2.	«Прыгаем, резвимся, мороза не боимся»	1. Создавать радостное настроение 2. Развивать ритмичность движений под музыку. 3. Учить двигаться по залу не сталкиваясь друг с другом, в разных темпах.	В занятии используются танц. ком. разученные ранее (закрепление)
3.	«Цап-царап»	1. Воспитывать тёплое отношение друг к другу. 2. Развивать способность воспринимать и передавать в движениях образ и основные средства выразительности. 3. Учить изменять движения в соответствии с темпом и ритмом.	В занятии используется игропластика
4.	«Нам мороз нипочём!»	1. Создавать радостное настроение 2. Развивать ритмичность движений под музыку. 3. Учить двигаться по залу не сталкиваясь друг с другом, в разных темпах.	Используются танц. ком. разученные ранее (закрепление)
5.			
6.			
Февраль			
1.	Путешествия	«Едем к бабушке в деревню», «Веселые путешественники», «Вместе весело шагать»	
2.	«Едем к бабушке в деревню»	1. Воспитывать творческую активность. 2. Развивать музыкально-ритмические навыки. 3. Учить самостоятельно перестраиваться в круг, в пары, в другие порядки.	Ритмическая игра «Кошка девочка» «Гусеница»
3.	«Под воротики пройдем, в гости к змейке попадем»	1. Создание приподнятого настроения у детей. 2. Развивать умение двигаться эмоционально, характерно. 3. Учить координировать движения с музыкой.	«Змейка разучивает» с детками новую танцевальную композицию. «Гуляем и пляшем»
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
Март			
1.	Любимые песни малышей, а также их мам и бабушек		
2.	«Карусель»	1. Воспитывать интерес и любовь к танцам. 2. Развивать амплитуду	«Покатались – остановка, наши детки пляшут ловко!»

		движений, вестибулярный аппарат. 3. Учить детей ритмично выполнять упражнения.	
3.	«Погуляем»	1. Воспитывать любовь к музыкальному, танцевальному искусству. 2. Развивать умение правильно и красиво двигаться. 3. Укреплять различные группы мышц..	Различные виды шагов, танцевальный бег. Разучить танцевальную Композицию «Машина»
4.	«Поезд»	1. Воспитывать умение концентрировать внимание. 2. Развивать координацию. 3. Учить умению самим придумывать движения.	«Едим в страну –танцев»
5.	«Делай как Я!»	1. Воспитывать правильную постановку корпуса, красивую осанку. 2. Развивать гибкость и координацию движений. 3. Учить двигаться легко, ритмично, согласно музыке.	Формировать умение и навыки игропластики
6.	«Волшебный цветок»	1. Обогащать музыкальные впечатления детей посредством знакомства с разнообразными музыкальными произведениями. 2. Развивать умение сочетать движение с музыкой и словами. 3. Вырабатывать пластичность движений.	Разучить танец «Волшебный цветок» (танцевальное упр. для рук)
7. 8.	«Красные сапожки»	1. Воспитывать общую музыкально-народную культуру. 2. Учить ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя. 3. Развить свободу движений 4. Учить танцевать выразительно и синхронно (не опаздывать).	Притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой; - топающий шаг, выставление ноги на каблук
Апрель			
1.	«Мы веселые ребятки, очень любим танцевать»		«Веселые путешественники», «Рыбачок», «Цыплята» и др.
2.	«Прогулка»	1. Воспитывать выносливость. 2. Развивать умение быстро переключаться от одного	Разучить танцевальную композицию «Раз ладошка, два

		движения к другому. 3. Учить правильно выполнять движения: бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы («бабочки», «птички» и т.д.);	ладошка» Игра «Собачка Жучка"
3.	«Поезд»	1.Воспитывать умение концентрировать внимание. 2.Развивать координацию. 3. Учить умению самим придумывать движения.	«Едим в страну – танцев»
4.	«Танцуем вместе»	1.Разширять духовный кругозор детей. 2.Повторить и закрепить танцевально – ритмические композиции выученные на предыдущих занятиях.	Танцуются только те композиции, которые особенно нравятся детям.
5.	«Фантазёры»	1.Воспитывать умение выступать перед другими 2. Развивать творческое воображение и фантазию. 3. Учить правильно, красиво выполнять движения с предметами (султанчиками).	Игры на развитие музыкального слуха и чувства ритма.
6.	«Делай как Я!»	1.Воспитывать правильную постановку корпуса, красивую осанку. 2. Развивать гибкость и координацию движений. 3. Учить двигаться легко, ритмично, согласно музыке.	Формировать умение и навыки партерной гимнастики.
7.	«Волшебный цветок»	1. Обогащать музыкальные впечатления детей посредством знакомства с разнообразными музыкальными произведениями. 2. Развивать умение сочетать движение с музыкой и словами. 3. Выбатывать пластичность движений.	Разучить танец «Волшебный цветок» (танцевальное упр. для рук)
8.	«Путешествие в Игрой – город»	1.Воспитывать желание участвовать в танцевально-игровой деятельности. 2. Развивать чувства ритма, умения слушать музыку и отражать в движениях её характер.	Занятие на танцевальное – игровое творчество.
Май			

1.	«В стране Кукляндии»	1. Побуждать импровизировать мелодию на заданный текст. 2. Развивать выразительность движений. 3. Учить прохлопывать простой ритмический рисунок.	Разучивание танцев различных по характеру: «Ушастый нянь»
2.	«Здравствуй, Солнышко!»	1. Формировать у детей чувство уверенности в своих силах. 2. Закрепить умение выполнять простейшие перестроения. 3. Учить быстро переключаться от одного движения к другому.	«Ребята, давайте мы с вами превратимся в солнечные лучики и разбудим солнышко!»
3.	Танцуем – играя»	1. Воспитывать интерес и желание к передаче музыкальных образов средствами ритмопластики. 2. Учить запоминать и выполнять движения танца самостоятельно, без подсказки.	Сюжетно – игровое занятие
4.	«Зайчишки-шалунишки»	1. Воспитывать самостоятельности. 2. Развитие внимание, способность к импровизации. 3. Закрепить умение двигаться легко, ритмично в соответствии с характером музыки.	«Захотелось Зайке спать – выходи тебе плясать!»
5.	«Поезд»	1. Воспитывать умение концентрировать внимание. 2. Развивать координацию. 3. Учить умению самим придумывать движения.	«Едим в страну – танцев»
6.	«Верные друзья»	1. Воспитывать вежливость, доброжелательность в обращении с партнерами по игре, танцу. 2. Развивать координацию движений; умение согласовать действия друг с другом. 3. Учить ориентироваться в пространстве.	Ритмическая игра «У оленя дом большой»
7.	«Снова лето к нам пришло – это очень хорошо!»	1. Воспитывать чувство ответственности, трудолюбия 2. Закрепить умение ритмично и выразительно двигаться в танце. 3. Учить выполнять музыкально-ритмические композиции от начала до конца по показу педагога	Повторение пройденного материала

8.	Занятие на танцевальное творчество	Показать родителям «результат» - чему научились дети за этот год.	Контрольно – итоговое занятие для родителей.
Июнь			
1.	«Мы веселые ребятки, очень любим танцевать»		«Веселые путешественники», «Рыбачок», «Цыплята» и др.
2.	«Прогулка»	1. Воспитывать выносливость. 2. Развивать умение быстро переключаться от одного движения к другому. 3. Учить правильно выполнять движения: бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы («бабочки», «птички» и т.д.);	Разучить танцевальную композицию «Раз ладошка, два ладошка» Игра «Собачка Жучка»
3.	«Поезд»	1. Воспитывать умение концентрировать внимание. 2. Развивать координацию. 3. Учить умению самим придумывать движения.	«Едим в страну – танцев»
4.	«Танцуем вместе»	1. Разширять духовный кругозор детей. 2. Повторить и закрепить танцевально – ритмические композиции выученные на предыдущих занятиях.	Танцуются только те композиции, которые особенно нравятся детям.
5.	«Фантазёры»	1. Воспитывать умение выступать перед другими 2. Развивать творческое воображение и фантазию. 3. Учить правильно, красиво выполнять движения с предметами (султанчиками).	Игры на развитие музыкального слуха и чувства ритма.
6.	«Делай как Я!»	1. Воспитывать правильную постановку корпуса, красивую осанку. 2. Развивать гибкость и координацию движений. 3. Учить двигаться легко, ритмично, согласно музыке.	Формировать умение и навыки партерной гимнастики.
7.	«Волшебный цветок»	1. Обогащать музыкальные впечатления детей посредством знакомства с разнообразными музыкальными произведениями. 2. Развивать умение сочетать	Разучить танец «Волшебный цветок» (танцевальное упр. для рук)

		движение с музыкой и словами. 3. Вырабатывать пластичность движений.	
8.	«Путешествие в Игрой – город»	1. Воспитывать желание участвовать в танцевально-игровой деятельности. 2. Развивать чувства ритма, умения слушать музыку и отражать в движениях её характер.	Занятие на танцевальное – игровое творчество.

2.5. Работа с родителями

Для правильности выполнения заданий с детьми родителям предлагается консультативная помощь по теме: «Что необходимо знать взрослому детскому танце». По мере необходимости проводятся индивидуальные беседы с родителями о проблемах и успехах детей, связанных с обучением хореографии.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Содержание курса

Программа предназначена для обучения детей 2-3 лет и рассчитана на один учебный год. Этот период можно определить, как первый этап в освоении азов ритмики. Образовательная деятельность по оказанию дополнительных образовательных услуг осуществляется только во второй половине дня в режиме возрастной группы по подгруппам в 10-12 детей.

Каждая подгруппа детей получает объём дополнительных образовательных услуг, строго регламентированных СанПиН:

-дети 2-х – 3 лет – в объёме не более 10 минут

Занятия проводятся два раза в неделю по 10-15 минут, по подгруппам (5 - 8 детей), в проветриваемом и хорошо освещённом музыкальном зале с ковровым покрытием или ковром на полу и хореографической зоной.

3.2. Учебно-тематический план

Программа включает в себя следующие разделы:

«Игроритмика» входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

«Игрогимнастика» входят строевые, общеразвивающие, упражнения, а также упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

«Игротанцы» входят танцевальные шаги и элементы хореографических упражнений.

«Танцевально-ритмическая гимнастика» входят образно-танцевальные композиции.

«Игропластика» входят элементы гимнастических упражнений и упражнения стретчинга в игровой сюжетной форме.

«Музыкально-подвижные игры» входят элементы игр-имитаций, соревнований, ролевое проигрывание

3.3. Критерии подбора музыкального оформления

- музыка должна воспитывать музыкальный вкус ребенка;
- музыка должна обогащать ребенка разнообразными музыкальными впечатлениями;
- музыка должна быть удобной для выполнения двигательных упражнений;
- музыка должна быть небольшой по объему и умеренной по темпу (для детей младшего дошкольного возраста)
- 2-х или 3-х частной формы, с чёткой, ясной фразировкой для младших дошкольников;
- музыка должна быть разнообразна по жанру и по характеру, так как это развивает кругозор детей, воспитывает у них интерес к музыкальному искусству.

Используются:

- детские песни российских композиторов;
- народная музыка;
- классические произведения;
- эстрадные мелодии.

3.4. Условия реализации Программы

Для реализации образовательной программы необходимо:

- Хореографический зал (с зеркалами, хореографическим станком)
- музыкальная аппаратура, аудио записи;
- видео материалы;
- DVD диски (с аудио и видео материалами);
- DVD диски с обучающими материалами;
- компьютер;
- проектор;
- экран;
- сменная обувь;
- костюмы для выступлений (платья, сарафаны, кофты, юбки, топы);
- хореографический станок;
- зеркала;
- ковровое покрытие;
- коврики;
- различные танцевальные атрибуты.

САНИТАРНО - ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ

Занятия проводятся в хореографическом зале, соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Зал должен иметь хорошее освещение и периодически проветриваться.

3.5. Методическое обеспечение Программы

1. «Ритмика» А.Е. Чибрикова-Луговская Методическое пособие – М.: Издательский дом «Дрофа», 1998г.
2. «Хореография для самых маленьких» Л.Н. Барабаш Учебное пособие - Мозырь: ООО ИД «Белый ветер», 2002г.
3. «Танцевальная ритмика для детей № 1» Суворова Т.И. Учебное пособие – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004г.
4. Лисицкая Т. Пластика, ритм. — М.:
5. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. — М.: Академия, 1999.
6. Никитин В.Н. Психология телесного сознания. — М.: Алетсиа, 1998.
7. Руднева С.Д., Пасынкова А.В. Опыт работы по развитию эстетической активности методом музыкального движения // Психологический журнал. — 1982. — Т.3. Конорова Ф.В. Хореографическая работа с дошкольниками - Л., Просвещение, 1999;
8. Конорова Ф.В Хореографическая работа с дошкольниками – Л., 1994; Ткаченко Т.С. Детский танец – М., 1990;

3.6. Контроль за самочувствием детей

Во время занятий ритмикой необходимо руководствоваться общей заповедью "Не навреди!", поэтому:

1. Постоянно следить за состоянием детей на занятиях.
2. Дозировку физической нагрузки, а также характер двигательных упражнений согласовывать с предписаниями врача.
3. Проверять вместе с медицинским персоналом (по согласованию) по внешнему виду детей и изменениями их ЧСС (частоты сердечных сокращений) нагрузку на занятиях и утренней гимнастике.
4. Прислушиваться внимательно к жалобам детей, не заставляйте их заниматься, если они не хотят двигаться (это может быть не проявлением лени, а началом заболевания).
5. В беседах с воспитателями и родителями выяснять все данные о здоровье ребенка, его индивидуальных особенностях.

6. Следить за чистотой зала, его проветриванием, а также удобством одежды и обуви детей для занятий. Особое внимание обращать на покрытие пола (с точки зрения предотвращения травм — не скользкий ли пол).

ПРОШНУРОВАНО, ПРОНУМЕРОИ
И СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ НА
26 (двадцать шесть) ЛИСТАХ
ЗАВЕДУЮЩАЯ ДОУ №126
О.А. БЕЛОУСОВ

