

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Мичуринская средняя общеобразовательная школа»
детский сад «Гуси - лебеди»
Брянского района

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 24.08 2024г.



Директор школы Мельникова Ю.Ю.
Приказ № 109 от 30.08.24г.

ПРОГРАММА
РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
оздоровительной направленности
«Веселые лучики»
для детей 4 – 5 лет

Составила:
О.А. Мальшикина

2024-2026 учебный г

СОДЕРЖАНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

1.1.1 Цель и задачи программы

1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы

1.1.3. Особенности музыкально-ритмического развития детей

1.2. Планируемые результаты освоения программы

1.3. Педагогический мониторинг индивидуального развития детей по направлению музыкально-ритмическое движение

1.4. Срок реализации программы

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Перспективное планирование

2.2. Взаимодействие с родителями

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Режим дня в средней группе

3.2. Кадровые условия реализации Программы

3.3. Материально-техническое обеспечение Программы

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

В настоящее время ритмическое воспитание приобретает все большее значение, так как является массовым и доступным для всех. За последние годы созданы и изданы многочисленные методические пособия по музыкально – ритмическому воспитанию, но специализированной программы по оказанию дополнительных услуг в рамках развития музыкально – ритмических способностей детей дошкольного возраста, к сожалению, нет. Поэтому, возникла необходимость в ее создании.

Танец всегда был и остается любимым занятием детей. Он и развивает, и развлекает ребят. Плавные, спокойные, быстрые, ритмичные движения под красивую музыку доставляют детям эстетическое наслаждение. Через танец дети познают прекрасное, лучше понимают красоту окружающего мира. В программе сохранена одна из проблем нашего времени, а именно, музыкально-эстетическое воспитание детей дошкольного возраста посредством применения ритмических композиций.

Данная программа дополняет раздел «Художественно-эстетическое развитие».

Программа разработана в соответствии с:

Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»

Приказ Мин.обр.науки РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении ФГОС ДО»

СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013 г. №26

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.08.2013г. №1014"Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".

Буренина А.И.- «Ритмическая мозаика». Санкт-Петербург, 2000.

Ладушки «Потанцуй со мной дружок» - И.Каплунова, И.Новоскольцева.

«Танцевальная ритмика» – Т. Суворова.

А также на основе авторских разработок музыкально-ритмических композиций из опыта работы в ДОУ.

1.1.1 Цель и задачи программы

Цель программы- содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой ритмики

Задачи:

- формировать умение детей владеть своим телом, обучить культуре движения, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства;
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы;
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
- формировать творческую активность и развитие интереса к танцевальному искусству;
- формировать умение детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- развивать музыкальные и физические данные детей, образное мышление, фантазию и память;
- воспитывать эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы

В основе реализации программы лежит культурно-исторический и системно - деятельностный подходы к развитию ребенка, который предполагает:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество Учреждения с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов, возрасту и особенностям развития); 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Содержание психолого-педагогической работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей в музыкально-ритмической деятельности.

Принципы к формированию программы:

1. Принцип наглядности: Показ физических упражнений, образный рассказ, подражание, имитация известных детям движений.
2. Принцип доступности: Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка, соответствие содержания возрастным особенностям обучающихся.

3. Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

4. Принцип систематичности: Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнение техники их исполнения.

5. Закрепление навыков: Многократное выполнение упражнений.

Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

6. Индивидуальный подход: Учет особенностей возраста, особенностей каждого ребенка. Воспитание интереса к занятиям, активности ребенка.

7. Принцип сознательности: Понимание пользы упражнений. Потребность их выполнения в домашних условиях.

В процессе обучения используются игрушки, атрибуты с целью побуждения детей к более выразительному исполнению движений.

В связи с этим необходимо отбирать яркий, эстетически – выразительный игровой материал в том количестве, которое необходимо для занятий. На занятиях необходимо создавать доброжелательную обстановку, проявлять искренний и чуткий интерес педагога к любым, малейшим находкам, успехам своих воспитанников, поддержку и поощрение их самостоятельности.

Особенно важно воспитывать внимательное отношение у детей друг к другу, их умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей. Все это создает действительно творческую атмосферу на занятиях, без которой невозможно становление и развитие творчества.

В программе используются методы поощрения, интеграции, игровой, исследовательский, беседа, показ.

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

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

1. Начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению).

2. Этап углубленного разучивания упражнений.

3. Этап закрепления и совершенствования упражнения.

1.1.3. Особенности музыкально-ритмического развития детей 4-5 лет

Дети 4-5 лет способны выделять и сравнивать признаки отдельных явлений, в том числе и музыкальных, устанавливать между ними связь. В этом возрасте ребенок не только предпочитает тот или иной вид музыкальной деятельности, но и избирательно относится к различным ее сторонам. Дети этого возраста проявляют в движении ловкость, быстроту, умение двигаться и ориентироваться в пространстве, в коллективе. Больше внимания обращают на звучание музыки, лучше согласовывают движения с ее характером, формой, динамикой. В этом возрасте у детей данного возраста появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми среднего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений. Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений. Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений. Стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже меньше нуждается в опеке взрослых. Обратная сторона самостоятельности – заявление о своих правах, потребностях, попытки установить свои правила в своем близком окружении.

Начальный этап. Этап углубленного разучивания. Этап закрепления и совершенствования:

- название упражнения;
- показ;

- объяснение техники;
- опробование упражнений;
- уточнение двигательных действий;
- понимание закономерностей движения;
- усовершенствование ритма;
- свободное и слитное выполнение упражнения;
- закрепление двигательного навыка;
- выполнение упражнений более высокого уровня;
- использование упражнения в комбинации с другими упражнениями; - формирование индивидуального стиля.

В этом возрасте ребенок начинает понимать чувства других людей и сопереживать. Начинают формироваться основные этические понятия, которые ребенок воспринимает не через то, что ему говорят взрослые, а исходя из того, как они поступают.

Творческие способности.

Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий, мечтаний, где он получает возможность стать главным героем, добиться недостающего признания и т.п. Ребенок чувствует себя недостаточно защищенным перед большим миром. Но безудержность фантазий может порождать самые разнообразные страхи. Интерес к ровесникам. От внутри семейных отношений ребенок переходит к более широким отношениям со сверстниками. Совместные игры становятся сложнее с сюжетно – ролевым наполнением. Все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников. Активная любознательность заставляет детей задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить и обсуждать различные вопросы. Их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре.

Дети в возрасте 4-5 лет постепенно социализируются, то есть адаптируются к социальной среде. Способны сосредотачиваться не только на деятельности, которая их увлекает, но и на той, которая дается с некоторым волевым усилием. К игровым интересам, в которые входят уже игры по правилам, добавляется познавательный интерес. Но произвольность все еще продолжает формироваться, и поэтому ребенку не всегда легко быть усердным и долго заниматься скучным делом. Он еще легко отвлекается от своих намерений, переключаясь на что-то неожиданное, новое,

привлекательное. Но полная психологическая готовность ребенка к школе определяется не только его мотивационной готовностью, но и интеллектуальной зрелостью, а также сформированной произвольностью, то есть способностью сосредотачиваться на 20-25 минут, выполняя какую-либо череду задач. Очень ориентирован на внешнюю оценку. Поскольку ему пока трудно составить мнение о себе самом, он создает свой собственный образ из тех оценок, которые слышит в свой адрес.

Педагогические ориентиры

Содержание программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в образовательной области «Художественно - эстетическое развитие» направление «Музыка» (музыкально-ритмическое движение) и интегрирует со всеми образовательными областями: социальнокоммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, физическое развитие.

1. Образовательная область «Социально -коммуникативное развитие» Направление «Социализация»: формирование представлений о музыкальной культуре, хореографии и музыкальном искусстве; развитие игровой деятельности; формирование гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств, чувства принадлежности к мировому сообществу. Направление «Безопасность»: формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности в различных видах музыкально-двигательной деятельности Направление «Труд»

2. Образовательная область «Познавательное развитие»

Направление «Познание»: расширение кругозора детей в области музыки и хореографического искусства. Сенсорное развитие, формирование целостной картины мира в сфере музыкального и хореографического искусства, творчества.

3. Образовательная область

«Речевое развитие» Направление «Коммуникация»: развитие свободного общения со взрослыми и детьми в области музыки; развитие всех компонентов устной речи в театрализованной деятельности; практическое овладение воспитанниками нормами речи. Направление «Чтение художественной литературы»: использование музыкальных произведений с целью усиления эмоционального восприятия художественных произведений.

4. Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие» Направление «Художественное творчество»: развитие детского творчества, приобщение к различным видам искусства, использование художественных произведений для обогащения содержания области

«Музыка», закрепления результатов восприятия музыки. Формирование интереса к эстетической стороне окружающей действительности; развитие детского творчества.

5. Образовательная область «Физическое развитие» Направление «Физическая культура»: развитие физических качеств для музыкально-ритмической деятельности, использование музыкальных

произведений в качестве музыкального сопровождения различных видов детской деятельности и двигательной активности.

Направление «Здоровье»: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование представлений о здоровом образе жизни, релаксация.

Описание занятий по танцу и ритмике в соответствии с направлениями

развития детей среднего возраста

Танцевальные композиции для детей среднего возраста различаются по своей функциональной направленности и содержат разные типы двигательных упражнений.

С самых первых занятий по танцу и ритмике дети приучаются слушать музыку, начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом звучания музыки. Тем самым тренируется слуховое внимание, воля 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. Необходимо обращать внимание детей на характер исполнения «вхождение в образ», на необходимость после окончания звучания какое-то мгновение выдержать паузу, ощутить пережитое в музыке. Основные методические приемы - это объяснение педагога, показ примера, поощрение детей, подчеркивание в них чувства собственного достоинства. В процессе освоения двигательных упражнений дети постепенно начинают ориентироваться в пространстве зала. Научить детей самостоятельно ориентироваться в пространстве зала - сложная задача, и для этого понадобится

много времени и терпения. Построение парами, друг за другом, по кругу также лучше всего проводить в процессе разучивания игр, плясок, где эти построения логичны и естественны, а внимание детей сконцентрировано и регулируется музыкой. Формирование умения ориентироваться «на себе» (правая - левая рука, правая - левая нога), «от себя» (направо, налево, вперед, назад) закладывается в младшем дошкольном возрасте и продолжается в последующие годы.

Разучивание танцевальных композиций на занятиях.

Процесс разучивания танцевальных композиций основан на сотрудничестве детей и взрослого. Наиболее оптимальной формой обучения является игровое общение с детьми. Сам педагог стремится получить удовлетворение от музыки, движений, от общения с детьми. Такой самонастрой взрослого способствует эмоциональному «заряжению», установлению теплой, дружественной атмосферы на занятиях, снятию психологических комплексов, чувства неуверенности. В процессе освоения нового материала наиболее актуальными являются следующие задачи:

- а) заинтересованность новой композицией;
- б) максимальная концентрация внимания у детей;
- в) активизация детей с учетом индивидуальных особенностей. Из многообразия существующих способов вызвать у детей интерес к новому материалу педагог выбирает наиболее оптимальные, соответствующие личности самого педагога, а также возрастным и индивидуальным особенностям своих воспитанников. Это могут быть загадки, сюрпризы, обращение к любимым персонажам и героям мультфильмов и т.д. Активизация внимания достигается за счет выполнения движений по показу. В процессе подражания дети внимательно следят за движениями педагога, их внимание полностью поглощено отражением действий взрослого. Темп и ритм движений, их последовательность, а также характер исполнения подчинены показу и звучанию музыки. В этот момент у детей тренируется скорость переключения движений, формируются умения и навыки, развивается слуховое восприятие, все виды памяти (двигательная, зрительная, слуховая). Полисенсорная основа (вижу, слышу, чувствую) способствует более эффективному и прочному усвоению материала и гармоничному развитию ребенка. Педагог подбадривает детей, старается стимулировать творческую активность, подбирает образные сравнения,

характеризующие игровой образ, внушает уверенность в собственных силах. В процессе наблюдения педагог определяет те виды упражнений, которые вызывают у детей затруднения. Их можно сразу показать в медленном темпе под счет, используя приемы словесного объяснения в сочетании с музыкой. А затем снова детям предлагается исполнить всю композицию от начала до конца. Если некоторые сложные движения совсем не получаются у детей, то можно их заменить на более простые. Педагогу следует акцентировать внимание не столько на ошибках исполнения, сколько на характере движений, отражающих музыкально-игровой образ и ориентироваться на поиске приемов, облегчающих детям освоение упражнений. Чтобы добиться успеха, необходимо вначале уделить внимание формированию у ребенка установки на исполнение композиции. Важно «зацепить» интересы детей, их жизненный и игровой опыт, как бы перекинуть «мостик» от музыки и содержания композиции к интересу ребенка, его индивидуальности и вызвать желание «войти в образ», показать его в пластике. Разнообразные танцевальные композиции требуют разных установок, опоры на различные образы.

Требования к подбору музыки. Подбирая музыку, необходимо стремиться к тому, чтобы она отвечала требованиям высокой художественности, воспитывала вкус ребенка, обогащала его разнообразными музыкальными впечатлениями и при этом вызывала моторную реакцию. Была удобной для двигательных упражнений.

С точки зрения доступности музыка для движения должна быть:

- небольшой по объему (до 3-4-х минут);
- разнообразной (быстрой, медленной);
- музыкальный образ, характер, настроение музыкального произведения должны быть понятны детям. Подбирая музыку для ритмических композиций, необходимо стремиться к разнообразию стилей и жанров. Разнообразие музыкальных жанров и стилей развивает кругозор детей, воспитывает у них интерес к музыкальному искусству, формирует художественный вкус.

Требования к подбору движений.

В ритмической пластике движения должны соответствовать музыке, а также быть:

- доступными двигательным возможностям детей (с точки зрения координации движений, ловкости, точности, пластичности);

- понятными по содержанию игрового образа разнообразными, нестереотипными, включающими различные исходные положения: стоя, сидя, лежа, на четвереньках, на коленках.

Характеризуя доступность ритмической композиции в целом, необходимо проанализировать следующие параметры:

- координационную сложность движений
- объем движений;
- переключаемость движений;
- интенсивность нагрузки, контроль за самочувствием детей.

Во время занятий педагог руководствуется общей заповедью «Не навреди!», поэтому:

- постоянно следит за состоянием детей на занятиях;
- прислушивается внимательно к жалобам детей;
- в беседах с воспитателями и родителями выясняет все данные о здоровье ребенка, его индивидуальных особенностях;
- следит за чистотой «Зеркального» (танцевального зала), его безопасностью, а также удобством одежды и обуви детей для занятий.

Каждое занятие имеет три фазы. В подготовительной части занятия организм ребенка подготавливается к решению поставленных задач с помощью относительно легких упражнений (строевые, общеразвивающие упражнения). Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе. В основной части выполняются упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп. Также в данном разделе дети будут знакомиться с хореографическими упражнениями, элементами детского танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Детский танец поможет детям познать свое тело, научиться грамотно владеть руками и ногами.

После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены танцевальные композиции. Занятия детским танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность. Далее, от высокопроизводительной работы идет переход к последнему этапу- отдыху. В этой части используются игры и упражнения на расслабление. Игры проводятся для эффективности физического и эстетического воспитания, развивают сообразительность, находчивость, инициативу, воспитывают дисциплину, честность, выдержку. Умение расслабиться помогает детям снять возбуждение, умственное и мышечное напряжение, сконцентрировать внимание. Полная мышечная релаксация (расслабление) оказывает положительное влияние на психику ребенка, на его душевное равновесие. Такой твердый регламентированный порядок занятий дисциплинирует занимающихся, приучает их внимательно относиться к процессу музыкально- ритмического воспитания.

Содержание занятий по хореографии для детей 4-5 лет

Цель: развивать художественно-творческую активность средствами танца и ритмики; закреплять и развивать интерес дошкольников и вырабатывать у них потребность в дальнейших занятиях хореографией.

Задачи:

1. Развивать возрастающий интерес к хореографическому искусству.
2. Находить интересные и оригинальные авторские приёмы подачи в обучении детскому танцу.
3. Продолжать развивать умение слышать музыку, передавать её содержание и характер, настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании, импровизировать, проявлять творческую активность.
4. Воспитывать у дошкольников интерес к танцу.
5. Развивать умение наблюдать, анализировать, сравнивать, выделять характерные признаки предметов и явлений.
6. Посредством танца развивать работоспособность, творчество, волевые качества личности.

7. Развивать умение сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
8. Формировать умение исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку;
9. Развивать воображение, фантазию, умение находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки.
10. Тренировать подвижности нервных процессов - уметь изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения - по фразам;
11. Развивать восприятие, внимание, волю, память, мышление на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, разнообразие сочетания упражнений и т.д.).

Примерная структура занятия

1. Вводная, вступительная часть (2 минуты) Организационный момент, линейное построение, поклон-приветствие.

Цель: психологический настрой детей на радость, улыбку, праздник; установление благожелательного эмоционального контакта.

2. Основная часть (15 минут) Строевые, общеразвивающие упражнения, упражнения на расслабление мышц, игропластика, хореографические упражнения, элементы детских танцев, массовые танцы, репетиционная работа над репертуаром, музыкально-танцевальные игры.

Ориентация в пространстве. Танцевальная импровизация, самостоятельное создание танцевальных этюдов. Актерская «минутка».

Цель: игровое, эмоционально-образное освоение основных учебных блоков, объединенных общими задачами и темой.

3. Заключение (3 минуты) Краткий анализ, поклон-прощание.

Основное содержание: Строевые упражнения: - построение в шеренгу и колонну по сигналу; повороты направо, налево по распоряжению; перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге, беге по ориентирам; перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам; размыкание по ориентирам; перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим.

Основные движения:

- ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках;
- легкий бег, ритмичный;

прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, топающий шаг, «с каблучка», вперед, назад, высокий, широкий бег, различные виды галопа; высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный» шаг острый, пружинящий бег, поскок «легкий» и «сильный»;

- ходьба на носках, полупальцах с ускорением и замедлением, пружинящий бег, легкий ритмичный, прыжковые движения в различных направлениях.

Общеразвивающие упражнения:

- комбинированные упражнения в стойках;
- приседания; различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и в упоре присев;
- комбинированные упражнения в сидя и в положении лежа; сидеть-потурецки;
- прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу; общеразвивающие упражнения по типу «Зарядка»

Игропластика: специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях:

- «морские фигуры», «велосипед», «орешек», «кобра (змея)», «укрепи животик», «укрепи спинку», «гимнаст», «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка», «мост», «лягушка», «крестик».

Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: - расслабление всего тела, лежа на спине; свободное, расслабленное раскачивание ноги, стоя боком к опоре (стульчик) на одной ноге и держась за нее; упражнения на осанку в образных и двигательных действиях («лодочка» и др.), лежа на спине, на животе, посегментное расслабление рук на разное количество счетов;

- свободное раскачивание руками при поворотах туловища;
- расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя;
- потряхивание ногами в положении стоя;

«насос»; «волны шипят», «ныряние».

Хореографические упражнения: поклон для мальчиков; реверанс для девочек; танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью;

полуприседание (деми плие) и подъемы на носки (релеве), стоя боком к опоре (стульчик); выставление ноги вперед и в сторону, поднимая ноги, стоя боком к опоре (стульчик); выставление ноги назад на носок, поднимая ноги, стоя лицом к опоре(стульчик); прыжки, выпрямившись, опираясь на опору; перевод из одной позиции в другую; соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры; наклоны туловища, стоя спиной и боком к опоре. Иммитационные движения: - различные образно – игровые движения, настроение, состояние; ощущение тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе»; различные образно- игровые движения, раскрывающие настроение, состояние.

Танцевальные шаги:

- шаг галопа вперед и в сторону, шаг польки, пружинные движения ногами на полу приседах, шаг с подскоком, русский попеременный шаг. шаг с притопом, русский шаг, припадание, шаг с подскоком и с различными движениями рук; поочередное пружинное движение ногами в стойке ноги врозь; нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в сторону.

Основные движения русского танца:

- тройной притоп, припадание с поворотом, «елочка», «приставной шаг», «ковырялочка».

Элементы плясок и танцев:

- элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации; танцевальные упражнения из современных ритмических танцев, разнонаправленные движения для рук и ног, сложные виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

Подвижные игры:

«мальчики пляшут, девочки танцуют», «музыкальные змейки», «трансформеры», «капканы», «круг и кружочки», «день и ночь», «повтори за мной», «дети и медведь».

Рекомендуемый репертуар танцев:«Веселая зарядка», «Аленький цветочек», «Голова, плечи, колени и носочки, «Губки бантиком», «Кот забияка», «Бим-бам-бом», «Кот царапка», Танец «Вот какие малыши», «Да, да, сказала голова», «Побежали по дорожке...», «Танец с платочком», «Танцуйте сидя», «Давай танцуй», «Муха», «Гномы»; «Ушастик»; «Чиконико»; «Сороконожка», «Полька»;

«Вальс» (Раз, два, три на носочки), «Где же наши ручки», Танец «Крокодильчик», Танец «Бим, бам, бом», «Болгарская полька».

Формы работы: Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (групповые).

Программа также включает разные виды занятий:

- учебное занятие;
- занятие – игра; -познавательное занятие; - открытое занятие.

Формы проведения занятий:

- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников, имеющих общее задание.

1.2. Планируемые результаты освоения программы

В конце учебного года дети средней группы (4-5 лет) 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;
- владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого периода обучения;
- умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.
- владеют основами хореографических упражнений этого периода обучения;
- умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений.

Педагогический мониторинг индивидуального развития детей по направлению музыкально-ритмическое движение

Формы проведения мониторинга, подведение итогов реализации образовательной программы.

Цель мониторинга: выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Задачи проведения мониторинга развития ребенка:

- выявление начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояние его эмоциональной сферы;
- проектирование индивидуальной работы;
- оценки эффекта педагогического взаимодействия.

В начале и в конце года – определение начального уровня особенностей художественно – творческого развития детей:

особенности внешнего проявления эмоциональной отзывчивости на музыку, уровень развития художественно - исполнительской деятельности, т. е. двигательные и импровизационные способности, физические качества.

1.3. Педагогический мониторинг индивидуального развития детей по направлению музыкально-ритмическое движение

Мониторинг программы предполагает анализ развития таких высших познавательных функций, таких как внимание и память и позволяет строить прогноз успешности обучения ребенка в школе, а также определить в какой помощи нуждается каждый ребёнок в настоящее время.

В конце года – анализируется динамика эстетического и музыкально - танцевального опыта детей в процессе наблюдений за творческими проявлениями в музыкально–ритмической деятельности и психомоторном развитием. Данные результатов мониторинга развития фиксируются в мониторинговые листы по представленным показателям, с последующей корректировкой используемых методов и приёмов на основе полученных результатов.

Основные методы мониторинга:

- педагогическое наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе репертуара из "Ритмической мозаики" и авторских этюдов, танцев.
- беседы с детьми (индивидуальные и подгрупповые)
- анкетирование родителей с целью изучения запросов, уточнения особенностей музыкального развития детей, проявления интереса к танцевальному искусству.

В разработке и подборке критериев мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной области «Музыка» (музыкально – ритмическое развитие) используется метод мониторинга по программе «Ритмическая мозаика» А.И. Буренина.

Анализ качества освоения детьми программы определяется по трём уровням: высокий уровень, средний уровень, низкий уровень.

Карта мониторинга уровня музыкального и психомоторного развития ребенка

Критерии уровня развития для средней группы:

- высокий - умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;
- средний - в движениях выражается общий характер музыки, темп, начало, и конец музыкального произведения совпадают не всегда;
- низкий - движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, началом и концом произведения.

Количественный состав группы: 10 - 12 человек.

1.4. Срок реализации программы

Программа рассчитана на один учебный год и рекомендуется для занятий детей с 4 до 5 лет.

Рабочая программа по ритмике предлагает проведение занятий 1 раз в неделю во вторую половину дня. Исходя из календарного плана текущего года (с 1 октября по 31 мая) количество часов, отведенных для занятий - 32 ч.

Продолжительность занятий 20 минут.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Перспективное планирование

Месяц: Октябрь

Тема: «Ритмика и пластика»

Виды Деятельности	Программные задачи	Репертуар
Музыкально-ритмические навыки	1. Осваивать танцевальный шаг, шаг на полупальцах, легкий бег, подскок, топающий шаг; ходьбу на внешней стороне стопы, марш с высоко поднятыми коленями. 2. Развивать мышцы плечевого пояса, шеи, плеч, ног («Поднимание и опускание плеч», «Маятник», «Наклон головы вперед-назад», «Паровозик»). 3. Развивать кисти рук («Сгибание кистей	«Побежали по дорожке маленькие ножки...» «Да, да сказала голова...». «Голова, плечи, колени и носочки...» «Лошадки» В. Витлин. Упражнения с платочком...» «Петушок» Р.Н.М. Т. Ломова. «Три притопа» Н. Александрова.

	вниз и вверх»). 4. Развивать плавность рук («Полоскать платочки»). 5. Учить маршировать под музыку в разных темпах, выполнять различные ритмические хлопки. 6. Развивать внимание, память («Слушай хлопки»). 7. Уметь представлять ритм, рисунок мелодии.	
Партерная гимнастика	1. Осваивать упражнения: - на напряжение и расслабление мышц («Мягкие и твердые карандаши», «Книжечка»); - для укрепления мышц («Сокращение и вытягивание стоп» по I и VI позиции): - сидя на полу в «позе слушания»	«Осень» из цикла «Времена года» П.И.Чайковский. (в аранжировке).

Ориентирование в пространстве	1. Развивать умение самостоятельно находить свободное место в зале, и «по домикам»: перестраиваться в круг. 2. Осваивать бег по залу за ведущим «змейкой».	Игра: «Чей кружок быстрее соберется». «Как под яблонькой» Р.Н.М. Игра «Ниточка с иголочкой».
Творчество	Осваивать хоровод «Осень».	Песня «Осень постучалась к нам...».

Месяц: Ноябрь

Тема: «Ритм и Танец два веселых человечка»

Виды деятельности	Программные задачи	Репертуар
Музыкально ритмические навыки	1. Развивать способности передавать в пластике музыкальный образ. Прыжковые движения («На двух ногах на месте и с продвижением вперед», «Прямой галоп»). 2. Развивать умение самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. 3. Развивать мышцы шеи («Повороты головы направо налево, вверх-вниз»)	«Зайчики», «Поскачем» Т. Ломова. «Всадники» В. Ветлин «Вальс» Ш.Гуно

Партерная гимнастика	1. Осваивать упражнения на напряжение и расслабление мышц («Мягкие и твердые карандаши», «Коробка с карандашами», «Молодые и старые карандаши», «Волшебные палочки»). 2. Осваивать упражнения на развитие гибкости («Собачка», «Кошечка», «Змея»).	«Колыбельная»
Ориентирование в пространстве	1. Развивать умение самостоятельно становится по «домикам» (ориентеры), в круг, перестраиваться в пары, в колонны.	Игра: «Найди себе пару» Т. Попатенко
Основы классического Танца	1. Осваивать элементы: - поднимание на полупальцы «releve» по VI позиции; Познакомить с позициями рук (подготовительное положение, I, II, III позиции);	«Вальс» К. Грабарь. «Гавот» А. Глазунов. «Этюд» К. Черни Упражнения с мячиком .
Творчество	1. Воспитывать потребность к самовыражению в движении под музыку. 2. Учить давать характеристику музыкальному произведению. Игра «Хитрый кот».	Игра: «Птички и Ворона» А. Кравцович.

Месяц: Декабрь

Тема: «Хора и Графия два веселых человечка»

Виды деятельности	Программные задачи	Репертуар
Музыкально ритмические навыки	1. Развивать мышцы плечевого пояса, ног («Маятник», «Отведение стопы наружу и внутрь»). 2. Учить чувствовать расслабление и напряжение мышц корпуса. 3. Развивать кисти рук («Ронять руки», «Отведение кистей вправо-влево»). 4. Развивать мышцы шеи («Повороты головы направо-налево, вверх-вниз»,	«Медвежата», «Бег» Т. Ломова. В. Моцарт. «Вальс» Ш.Гуно
Основы классического танца	1. Осваивать элементы: - поднимание на полупальцы «releve» по VI позиции; - позиции рук (подготовительное положение, I, III позиции); (Упражнение с ленточками) 2. Закрепление	«Гавот» А. Глазунов. «Вальс» К. Грабарь. «Этюд» К. Черни

	пройденного материала.	
Партерная гимнастика	Осваивать упражнения: - на напряжение и расслабление мышц («Змея», «Собачка»); - для укрепления мышц («Сокращение и вытягивание стоп» по I и VI позиции): - сидя на полу в «позе слушания»; -«поза бабочка».	«Осень» из цикла «Времена года» П.И.Чайковский. (в аранжировке).
Элементы народносценического танца	Изучать элементы русского танца - поклон; - положение рук «полочка», «кулачок на бочок» - руки раскрыты в стороны; - выставление ноги на носок в сторону и вперед. 3. Постановка танца.	«Полянка» обработка Н. Метлова. «Как у наших у ворот» обработка А. Быканова. «Во поле береза...» Р.Н.М.
Элементы бального и историко-бытового танца	Осваивать элементы: - бытовой шаг и легкий танцевальный шаг; - положение корпуса, головы, плеч, рук, ног; 2. Познакомить с понятиями – по линии танца, против линии танца. 3. Разучивать	«Полька» А. Арскос

	специфические положения рук.	
Творчество	1.Разучить «Танец кукол» 2. Игра «Хитрый кот».	Д. Д. Шостакович «Вальс-шутка». Песня игра «Хитрый кот». Русская народная прибаутка.

Месяц: Январь

Тема: «Хора и Графия два веселых человечка»

Виды деятельности	Программные задачи	Репертуар
Музыкально ритмические навыки	- Осваивать ритмические хлопки «тарелочки», «бег на носочках положение в паре «саночки», «притопы», имитационные движения руками «лепим ком».	Песня Ой, ты Зимушказима»
Партерная гимнастика	Осваивать упражнения: - на напряжение и расслабление мышц («Змея», «Собачка»); - для укрепления мышц («Сокращение и	«Осень» из цикла «Времена года» П.И.Чайковский. (в аранжировке).

	вытягивание стоп» по I и VI позиции): - сидя на полу «поза бабочка»	
Основы классического танца	Осваивать элементы: - поднимание на полупальцы «releve» по VI позиции; - позиции рук (подготовительное положение, I, III позиции); (Упражнение с ленточками) Закрепление пройденного материала.	«Гавот» А. Глазунов. «Вальс» К. Грабарь. «Этюд» К. Черни
Элементы народносценического танца	Осваивать элементы: - «ковырялочка», «шаг с притопом», пяточканосочек» -положение рук «полочка»	Песня «Башмачок»
Элементы бального и историко-бытового танца	Осваивать элементы: - положение рук «лодочка» подскоки, приставной шаг, шаг с пружинкой.	«Сударушка» Р.Н.М.
Творчество	Разучить «Танец с платочком», Игра «Саночки».	1.Песня «В правую руку платочек бери..» 2. А.Филиппенко

		«Саночки».
--	--	------------

Месяц: Февраль

Тема: «Хора и Графия два веселых человечка»

Виды деятельности	Программные задачи	Репертуар
Музыкально ритмические навыки	Осваивать элементы: -«мягкие лапки», ритмические хлопки «тарелочки», по коленям», «колокола» (над головой).	Песня «Кот сибирский, кот царапка».
Партерная гимнастика	Осваивать упражнения: - на напряжение и расслабление мышц («Змея», «Собачка»); - для укрепления мышц («Сокращение и вытягивание стоп» по I и VI позиции): - сидя на полу в «позе слушания» - поза «кошка» (злая, добрая)	«Осень» из цикла «Времена года» П.И.Чайковский. (в аранжировке).
Основы классического танца	Знакомить с I и vl поз. ног. - plie(приседание), releve vl поз.	Вальс Шарль Гуно
Элементы народносценического танца	Осваивать элементы: -положение рук «кренделек», «кулачок на бочок»,	Песня «Валенки».

	«топотушки».	
Элементы бального и историко-бытового танца	Осваивать элементы: - приставные шаги (впередназад, влево-вправо), «качалочка».	Песня «Раз, два, три на носочки».
Творчество	Осваивать движения танца «Балалайка».	3. Роот «Ах, ты моя балалайка».

Месяц: Март

Тема: «Хора и Графия два веселых человечка»

Виды деятельности	Программные задачи	Репертуар
Музыкально ритмические навыки	Осваивать движения: «мягкие лапки», ритмические хлопки «тарелочки», по коленям», «колокола» (над головой).	Песня «Кот сибирский, кот царапка».
Партерная гимнастика	Осваивать упражнения: - на напряжение и расслабление мышц («Летучая мышь», «Собачка»); - для укрепления мышц («Сокращение и вытягивание стоп» по I и VI позиции): - сидя на полу на кочке» (нос в колени)	«Осень» из цикла «Времена года» П.И.Чайковский. (в аранжировке).

Элементы классического танца,	Знакомить с I и VI поз. ног. - plie(приседание), releve VI поз.	Вальс Шарль Гуно
Элементы народносценического танца	Осваивать движения: - ритмичные притопы, «ритмичные удары кулачками». движение «удивляться».	Песня «Башмачок»
Элементы бального и историко-бытового танца	Осваивать движения: - приставные шаги (впередназад, влево-вправо), «качалочка».	Песня «Раз, два, три на носочки».
Творчество	Осваивать движения танца «Часики».	Песня «Тики так часики идут»..».

Месяц: Апрель -Май

Тема: «Хора и Графия два веселых человечка»

Виды деятельности	Программные задачи	Репертуар
Музыкально ритмические навыки	1. Осваивать движения: -«мягкие лапки», ритмические хлопки «тарелочки», по коленям» , «колокола» (над головой). 2. Осваивать имитационные движения: -«собака», «кошка», «корова», «лягушка», «ослик», «козлик». Осваивать	Песня «Кот сибирский, кот царапка». Песня «А, крокодильчик просто класс». Песня «Муха справа...».

	ритмические движения: - «ловим муху» (хлопки справа, слева, над головой), «муха летает.	
Партерная гимнастика	Осваивать упражнения: - на напряжение и расслабление мышц («Лодочка»), «Загораем»); - для укрепления мышц («Сокращение и вытягивание стоп» по I и VI позиции): - сидя на полу в «позе бабочка»	«Осень» из цикла «Времена года» П.И.Чайковский. (в аранжировке).
Основы классического танца	Знакомить с I и VI поз. ног. - plie(приседание), releve VI поз. Упражнение «цапля» (стоит, летит).	Вальс Шарль Гуно.
Элементы народносценического танца	Повторение пройденного материала	
Элементы бального и историко-бытового танца	Повторение пройденного материала	

Творчество	Танец «Балалайка».	3. Рюот «Ах, ты моя балалайка».
-------------------	--------------------	--

2.2. Взаимодействие с родителями

Взаимодействие с родителями дошкольников

Необходимым условием эффективного художественно-эстетического развития дошкольников при реализации программы является взаимодействие с семьей воспитанников. Музыкальное воспитание начинается именно с младенчества, ведь чем младше ребенок, тем более он восприимчив к звучащему миру. Для более эффективного вовлечения родителей в процесс художественно – эстетического развития детей представлены следующие виды работы с родителями:

- консультации об особенностях музыкального и психомоторного развития детей 4-5 лет на занятиях по ритмике и танцу;
- совместное участие взрослых и детей в конкурсах, праздниках, досугах, в которых предполагается совместная деятельность взрослых и детей;
- проведение анкетирования;
- наглядно-информационное обеспечение, знакомство с тематикой текущих занятий и предстоящих праздников;
- вовлечение родителей в изготовление костюмов, атрибутов к танцам и музыкальным спектаклям;
- совместные выезды на фестивали, конкурсы, концерты;

- взаимодействие при создании фото-видео отчетов, презентаций, совместный их просмотр с последующим обсуждением; - семейные творческие проекты.

Взаимодействие педагогов и родителей позволяет установить доверительные отношения между семьей и детским садом, вовлечь семью в единое образовательное пространство, помочь родителям определиться с направлением дополнительного образования для развития творческих способностей после детского сада. Участие в творческих проектах расширяют кругозор детей и взрослых, помогают выстраивать взаимодействие и сотрудничество семьи и дошкольного образовательного учреждения.

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Режим дня в средней группе

<i>Режимный момент</i>	<i>Время</i>
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7:30 – 8:10
Подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8:10 – 8:40
Игры, подготовка к занятиям	8:40 – 9:00
Занятия	9:00 – 9:50
Второй завтрак	9:50 – 10:05

Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:05 – 12:10
Подготовка к обеду, обед	12:10 – 12:40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:40 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 15:50
Игры, самостоятельная деятельность детей, занятия со специалистами	15:50 – 16:30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16:30 – 18:00

Планирование образовательной деятельности
в средней группе

<i>понедельник</i>	Развитие речи	09:00 – 09:20
	Физкультура	09:30 – 09:50
	<i>Кружок «Говорушки» реализация платной образовательной программы по познавательно-речевому развитию</i>	15:50 – 16:10
<i>вторник</i>	Математическое развитие	09:00 – 09:20
	Музыка	09:30 – 09:50

<i>среда</i>	Физкультура	09:00 – 09:20
	Рисование	09:30 – 09:50
<i>четверг</i>	Ознакомление с окружающим миром	09:00 – 09:20
	Физкультура (на прогулке)	10:30 – 10:50
	<i>Кружок «Весёлые лучики» реализация платной образовательной программы по художественно- эстетическому развитию</i>	15:50 – 16:10
<i>пятница</i>	Музыка	09:00 – 09:20
	Лепка/аппликация	09:30 – 09:50

3.2. Кадровые условия реализации Программы

Руководителем образовательного процесса, реализующим выполнение данной программы, является воспитатель высшей квалификационной категории, имеющий высшее образование, стаж работы 19 лет.

Курсы переподготовки по программе в ООО Московский институт профессиональной переподготовки и повышения квалификации педагогов» по программе «Педагог дополнительного образования»
11 июля 2024 года

3.3. Материально-техническое обеспечение Программы

Технические средства обучения.

1. Музыкальный центр
2. Компьютер
3. Мультимедийное оборудование

Учебно-наглядные пособия

1. CD и DVD Диски
2. Презентации
3. Костюмы
4. Атрибуты к танцам
5. Игрушки
6. Наглядные пособия
7. Плакаты
8. Картотека.

Список литературы

1. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет. В соответствии с ФГОС ДО. Издательство: Музыкальная палитра СП-б. 2015 г.
2. Васильева Т.К. СПб.6 ТОО «Диамант, ООО «Золотой век, 1997 г.
3. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. Пособие для музыкальных руководителей детских садов. – М.: Издательство «Гном иД», 2004 г.\
4. Зацепина М.Б. «Культурно - досуговая деятельность в детском саду» М.Б. «Мозаика-синтез» 2005-2010 г.
5. Жукова Р.А. Танцы для детей. Волгоград: ИТД «Корифей».
6. Слуцкая С.Л.«Танцевальная мозаика» Приложение к журн. «Обруч» ЛИНКА-ПРЕСС. 2006 г.
7. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей».

8. Киенко О.Л., (Секреты Терпсихоры). Рисунок и схемы танцев в детской хореографии.