

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 101 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА»  
КИРОВСКОГО РАЙОНА Г. КАЗАНИ**

Программа утверждена  
на педагогическом совете  
МБДОУ «Детский сад № 101»  
Протокол № 1  
от «31» августа 2023 г.



**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий  
МБДОУ «Детский сад № 101»  
Л.Р.Галиева

«31» августа 2023 г. приказ № 207

**Рабочая программа**  
по дополнительной образовательной услуге  
**«Ритмика»**  
дошкольный возраст (3 – 7 лет)

Составила:

Ельченкова Ирина Михайловна  
музыкальный руководитель

Казань, 2023-2024 уч. Г.

## Содержание

<b>1. Целевой раздел.....</b>	<b>3</b>
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели и задачи.....	6
1.3. Основные педагогические принципы.....	7
1.4. Организация образовательного процесса.....	9
1.5. Возрастные образовательные нагрузки детей.....	11
1.6. Планируемые результаты.....	13
<b>2. Содержательный раздел.....</b>	<b>14</b>
2.1. Основное содержание.....	14
2.2. Методика обучения.....	18
2.3. Перспективный план детей 3-4 лет.....	20
2.4. Перспективный план детей 5-7 лет.....	25
<b>3. Организационный раздел.....</b>	<b>30</b>
3.1. Материально – техническое обеспечение.....	30

## **1. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Данная программа разработана в соответствии с общей концепцией воспитания и современными методиками и формами обучения танцам; обеспечивает развитие детей и активизацию их познавательных интересов в свободное время в области танцевального искусства.

Танцевальное воспитание предполагает приобретение знаний и навыков в области ритмики, формирование художественного вкуса. Обучение танцам сочетает средства музыкального, пластического, спортивно-физического, художественно-эстетического развития и образования. Занятия танцами учат детей слушать и воспринимать музыку, передавать в движении ее образы, эмоциональное состояние, развивают музыкально-двигательные навыки и эстетический вкус; общаться посредством движения, работать в команде, сосредотачиваться, импровизировать.

В программу заложена идея приобщения детей к танцевальной культуре с помощью обучения их основам хореографии и современных танцев. Танцы затрагивают музыкальную, спортивную, творческую сферы жизни и относятся к группе сложно-координационных видов досуговой деятельности. Танцевальное искусство, давая выход энергии детей, наполняет их бодростью, удовлетворяет потребность в празднике, в зрелище, игре.

Танцы для дошкольников построены на изучении основных средств выразительности (движения и позы, пластика и мимика, ритм и темп), которые связаны с эмоциональными впечатлениями маленького человека от окружающего мира. Детский танец начинается с ритмики, где изучаются простые движения, формируются навыки передачи с помощью движения эмоциональных оттенков (танцуем спокойно, бодро, весело, плавно или резко), навыки выполнения движений в различных темпах. Часто занятия больше похожи на игру. Наряду с четко определенным построением урока, состоящего из тренировочных движений, следует включать упражнения, позволяющие ребенку свободно, произвольно двигаться, «выплескивать» эмоции, фантазировать и проявить себя в игре.

Игра и движение – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, они всегда готовы играть и двигаться. Игра как способ познания действительности – одно из главных условий развития детского воображения и самостоятельности. Игра снимает усталость и дает простор лучшим силам и свойствам ребенка, развивает сообразительность, находчивость, инициативу, мышление, воображение и творческие способности. Игра способна трудную работу сделать легкой и увлекательной; рождает стремление переносить трудности, которое необходимо любой трудовой деятельности. Игры вызывают чувства сопричастности и переживания совместного успеха. В игре легко и незаметно для ее участника формируются способности взаимодействия с людьми.

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

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

Учебная программа реализуется посредством основной общеобразовательной программы «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, технологией по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, дополнительной парциальной программой по хореографии для детей дошкольного возраста «Прекрасный мир танца» О.Н. Калининой.

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» составлена с учетом **нормативно-правовых документов:**

- Федеральный закон от 29.12.12 №273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-Постановление Главного государственного санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций;

- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

А также на основе методических рекомендаций А.И. Бурениной, О.Н. Калининой

## **1.2. Цели и задачи**

**Цель программы** – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

#### **Воспитательные:**

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

#### **Развивающие:**

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

**Оздоровительные:** -укрепление здоровья детей.

### 1.3. Основные педагогические принципы

#### 1.Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок -

Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

**2.Систематичность** -Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

**3.Вариативность** - Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

**4.Наглядность**-Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.

**5.Доступность** -Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

**6.Закрепление навыков** - это выполнение упражнений на повторных НОД и в домашних условиях.

#### 7.Индивидуализация - Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

Формирование творчества в танце – очень тонкий, хрупкий процесс. Поэтому, при использовании всех перечисленных методов обучения, необходимыми являются следующие условия:

- Чтобы дети не теряли интереса к изучаемому материалу, не следует работать над каждым упражнением или этюдом дольше 2-4 НОД подряд. Даже если за это время выполнены не все поставленные задачи, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя.
- В процессе обучения используются игрушки, атрибуты с целью побуждения детей к более выразительному исполнению движений. В связи с этим нужно отбирать

яркий, эстетически – выразительный игровой материал в том количестве, которое необходимо для НОД.

- На НОД должна быть доброжелательная обстановка, искренний и чуткий интерес педагога к любым, малейшим находкам, успехам своих воспитанников; поддержка и поощрение их самостоятельности.

- Чрезвычайно важно воспитывать такое же 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 НОД, без которой невозможно становление и развитие творчества.



#### 1.4. Организация образовательного процесса

Программа рассчитана на 60 учебных часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствует возрасту детей 3-7 лет.

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

##### **Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста:**

Возраст детей	Продолжительность	Количество в неделю	Количество в год
3-4 лет	20 минут,	2	60 часов
5-7 лет	30 минут,		

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

- 1. Подготовительная часть* занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика(*строевые, общеразвивающие упражнения*); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы(*танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы*); музыкально- ритмическая композиция.
- 2. Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические, современные танцы, народные, гимнастика.
- 3. Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на

укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

## **1.5. Возрастные образовательные нагрузки детей**

### **3-4 лет**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

### **5 – 6 лет.**

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 старшего 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.

## **6 – 7 лет.**

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

### **1.6. Планируемые результаты**

На 3 - 4 году жизни дети чувствуют смену контрастных частей музыки. Могут выполнить и усвоить небольшие музыкальные задания. Но они еще плохо ориентируются в пространстве, поэтому педагог учит двигаться в соответствии с ярко – контрастным характером музыки, в различном темпе реагировать на начало окончание звучания музыки, исполнять простейшие движения, передавать несложные имитационные движения игровых образов (птички летают, лошади скачут, зайчики прыгают и т.д.)

На 5 - 6 году жизни у детей уже есть опыт слушания, они могут узнавать знакомые мелодии, определять характер музыки и некоторые средства музыкальной выразительности (динамика – громко, тихо; темп – быстрый, медленный). Движения становятся более ритмичными, четкими, согласованными с началом и окончанием звучания музыки. Дети выполняют более разнообразные движения (боковой галоп, движения парами, притоп одной ногой, выставление ноги на пятку и т.д.) и могут двигаться в соответствии с менее контрастным характером музыки.

Дети 6-7 года жизни уже произвольно владеют навыками выразительного и ритмичного движения. Они могут передавать движениями разнообразный характер музыки, несложный ритмический рисунок, изменять движения в связи со сменой частей музыкального произведения. Детям доступно овладение разнообразными движениями (от ритмичного бега с высоким подъемом ноги и подскоков с ноги на ногу до шага польки, полуприседаний и т.д.)

Итоговое занятие проводится в форме концерта. Концерт является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации учащихся.

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1. Основное содержание**

#### **1. Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3 частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;
- развитие способности различать жанр произведения – плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях.

#### **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, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным» шагом, с ускорением замедлением;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий,

14

широкий, острый, пружинящий бег;

- прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «легкий» и «сильный» и др.;

*общеразвивающие упражнения* - на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

*имитационные движения* -различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе» и т.д.);

*плясовые движения* – элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

**3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.).

#### **4. Развитие творческих способностей:**

- Развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои

творческие проявления и давать оценку другим детям.

### **5. Развитие и тренировка психических процессов:**

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – по фразам;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления – на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);
- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде».

### **6. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам;
- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;
- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослого: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

### **Показатели уровня развития детей:**

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства



музыкальной выразительности;

- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

## **2.2. Методика обучения**

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:

- Начальный этап – обучение упражнению (*отдельному движению*);
- Этап углубленного разучивания упражнений;
- Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап	Этап углубленного разучивания	Этап закрепления и совершенствования
название упражнения; - показ; - объяснение техники; - опробования упражнений.	- уточнение двигательных действий; - понимание закономерностей движения; - усовершенствование ритма; - свободное и слитное выполнение упражнения.	- закрепление двигательного навыка; - выполнение упражнений более высокого уровня; - использование упр. в комбинации с другими упражнениями; - формирование индивидуального стиля.

Первостепенную роль на НОД по хореографии играет музыкальное сопровождение. Музыкальные произведения, используемые для сопровождения НОД очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения доступны пониманию детей, музыкальны, выразительны, пробуждают у детей фантазию и воображение. Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

Чтобы учебный процесс у детей 3-7 лет был эффективным, на НОД по ритмике, максимально используется ведущий вид деятельности ребенка-дошкольника – игра.

Используя игровые упражнения, имитационные движения, сюжетно-творческие зарисовки усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают полнее и всестороннее решить поставленные задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на НОД в качестве динамических пауз для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части НОД: в разминку или в занятие целиком. Комплексы объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения.

В работе над выразительностью движений, над пластикой, над эмоциональной насыщенностью образа, включаются на НОД имитационные движения, которые очень ценны для дошкольного возраста.

НОД по хореографии способствуют развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Формируется эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребёнка. Движения под музыку рассматриваются как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом. Формирование творчества в танце – очень тонкий, хрупкий процесс. Поэтому, при использовании всех перечисленных методов обучения, необходимыми являются следующие условия.

### 2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности с детьми 3-4 лет

Месяц	Направление работы	Программные задачи	Количество часов в месяц
<b>О К Т Я Б Р Ь</b>	Образно-двигательные действия	Упражнения: - передвижение в обход, шагом, бегом; - бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); - ориентировка в пространстве: налево, направо, в круг, из круга, повороты по кругу;	<b>8</b>
	Ритмические игры	- развитие умений находить свое место на ковре, в кругу, игра «Найди свое место» Игра «Делай, как я» - хлопки на каждый счет; - шаги на каждый счет.	
	Общеразвивающие упражнения	Постановка корпуса, рук, ног и головы.	
	Танцевальные шаги	- ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием колена («цаплет»)	
	Музыкально-подвижная игра	«Танцевальное эхо» «Найди свое место» (построение в круг, в шеренгу)	
	Упражнения на расслабление мышц	- потряхивание рук в положении лежа на спине; - потряхивание ног в положении лежа на спине; - имитационные, образные упражнения	
<b>Н О</b>	Образно-двигательные действия	Упражнения: - передвижение в обход, шагом, бегом;	<b>8</b>

<b>Я Б Р Ь</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- бег по кругу и по ориентирам («змейкой»);</li> <li>- ориентировка в пространстве: налево, направо, в круг, из круга, повороты по кругу;</li> </ul>	
	Ритмические игры	<p>Игра «Делай, как я» (построение в круг, в шеренгу, две шеренги),</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отхлопывание ритма,</li> <li>- хлопки на каждый счет и через счет;</li> <li>- шаги на каждый счет и через счет.</li> </ul>	
	Общеразвивающие упражнения	Сочетание основных движений прямыми и согнутыми руками за голову, к плечам, на пояс	
	Ритмический танец	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием колена («цаплет»)</li> <li>- шаг с носка на носок;</li> </ul>	
	Музыкально-подвижная игра	<p>«Часики»</p> <p>«Птички-невелички»</p>	
	Упражнения на расслабление мышц	<ul style="list-style-type: none"> <li>- потряхивание рук в положении сидя и стоя;</li> <li>- потряхивание ног в положении сидя и стоя в образно-игровой форме</li> </ul>	
<b>Д Е К А Б Р Ь</b>	Строевые упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- построения в шеренгу, в круг;</li> <li>- передвижения по кругу в различных направлениях;</li> <li>- бег в рассыпную;</li> </ul>	<b>6</b>
	Игроритмика	<ul style="list-style-type: none"> <li>- отхлопывание ритма,</li> </ul> <p>Игра «Ритмическое эхо»</p>	
	Танцевально-ритмическая гимнастика	- комплекс общеразвивающих упражнений из пройденного материала, выполняемого под музыку	
	Ритмический танец	«Часики»	

		«Аэробика бобика»	
	Музыкально-подвижная игра	«Роботы и снежинки» «Саночки»	
	Упражнения на расслабление мышц, восстановление дыхания	«Снежинки»	
<b>Я Н В А Р Ь</b>	Строевые упражнения	- построение в круг, передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом, за ведущим  Игра «Елочки-пенечки»	<b>6</b>
	Танцевальные шаги	- ходьба на полупальцах;  - бег на месте и с продвижением вперед, с высоким подниманием колена («лошадки»)	
	Ритмический танец	Танец «Вот какая красота»	
	Танцевально-ритмическая гимнастика	- комплекс общеразвивающих упражнений из пройденного материала, выполняемого под музыку	
	Музыкально-подвижная игра	«Аэробика бобика»	
<b>Ф Е В Р А Л Ь</b>	Танцевальные шаги	- приставной шаг в сторону;  - переменный шаг	<b>8</b>
	Игроритмика	Игра «Назови себя» (прохлопывание своего имени)	
	Ритмический танец	«Все вокруг стараются»	
	Образно-слуховая гимнастика	- различие динамики звука «громко – тихо»;  - комбинирование образно-двигательных действий;	

	Музыкально-подвижная игра	«Найди предмет»	
	Хореографические упражнения	- комбинация из танцевальных шагов и бега; - полуприседы; - повороты на право (налево), бег на носочках	
<b>М А Р Т    А П Р Е Л Ь</b>	Образно-двигательные действия	Упражнения «Кто березку причесал»	<b>8</b>
	Игроритмика	Игра «Веселый счет»	
	Ритмический танец	«Веселые матрешки»	
	Музыкально-подвижная игра	«Самолеты», «Бибика»	
	Упражнения на расслабление мышц	«Роботы и звездочки»	
	Ритмические игры	«Веселый ритм тела»	
	Общеразвивающие упражнения	- бег по кругу, на месте; - приставной шаг вперед, назад; - «звездочка»	
	Ритмический танец	«Мы - маленькие звезды»	
	Музыкально-подвижная игра	Игра «День – ночь»	
	Упражнения танцевально-ритмической гимнастики	«Упражнения с лентами» (платочками, шарфами, полотнами)	
<b>М А Й</b>	Образно-двигательные действия	Повторение всего пройденного материала за год	<b>8</b>
	Ритмические игры		
	Общеразвивающие упражнения		
	Ритмический танец		

	Музыкально-подвижная игра		
	Упражнения на расслабление мышц		
	<b>Отчётное мероприятие для родителей в форме концерта</b>		
<b>Итого в год: 60 условных часов в месяц</b>			



## 2.4. Перспективное планирование образовательной деятельности с детьми 5-7 лет

Месяц	Направление работы	Программные задачи	Коли-во часов в месяц
<b>О К Т Я Б Р Ь</b>	Образно-двигательные действия	Упражнения: - передвижение в обход, шагом, бегом; - бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); - повороты переступанием по команде; - ориентировка в пространстве: налево, направо, в круг, из круга, повороты по кругу; - построение в круг, передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом, за ведущим.	<b>8</b>
	Ритмические игры	- развитие умений находить свое место на ковре, в кругу, игра «Найди свое место»  Игра «Повтори как я» - отхлопывание ритма, - хлопки на каждый счет; - шаги на каждый счет.	
	Общеразвивающие упражнения	Сочетание основных движений прямыми и согнутыми руками за голову, к плечам, на пояс	
	Танцевальные шаги	- шаг с носка на носок; - приставной и скрестный шаг в сторону; - ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием колена («цапля»)	
	Музыкально-подвижная игра	«Нитка – иголочка» «Танцевальное эхо» «Найди свое место» (построение в круг, в	

		шеренгу)	
	Упражнения на расслабление мышц	<ul style="list-style-type: none"> <li>- потряхивание рук в положении лежа на спине;</li> <li>- потряхивание ног в положении лежа на спине;</li> <li>- имитационные, образные упражнения</li> </ul>	
<b>Н О Я Б Р Ь</b>	Образно-двигательные действия	<p>Упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передвижение в обход, шагом, бегом;</li> <li>- бег по кругу и по ориентирам («змейкой»);</li> <li>- повороты переступанием по команде;</li> <li>- ориентировка в пространстве: налево, направо, в круг, из круга, повороты по кругу;</li> <li>- построение в круг, передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом, за ведущим.</li> </ul>	<b>8</b>
	Ритмические игры	<p>Игра «Найди свое место» (построение в круг, в шеренгу, две шеренги),</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отхлопывание ритма,</li> <li>- хлопки на каждый счет и через счет;</li> <li>- шаги на каждый счет и через счет.</li> </ul>	
	Общеразвивающие упражнения	Сочетание основных движений прямыми и согнутыми руками за голову, к плечам, на пояс	
	Ритмический танец	<ul style="list-style-type: none"> <li>- шаг с носка на носок;</li> <li>- приставной и скрестный шаг в сторону;</li> <li>- «Ежики», «Флешмоб»</li> </ul>	
	Музыкально-подвижная игра	<p>«Часики», «Дружба»</p> <p>«Поезд»</p>	
	Упражнения на расслабление мышц	<ul style="list-style-type: none"> <li>- потряхивание рук в положении сидя и стоя;</li> <li>- потряхивание ног в положении сидя и стоя в образно-игровой форме</li> </ul>	
<b>Д</b>	Строевые упражнения	- акцентированная ходьба с выделением	<b>6</b>

<b>Е К А Б Р Ь</b>		<p>сильной доли такта (счет 1 и 3 музыкального размера);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба на носке на сильную долю в вальсовом размере;</li> <li>- построения в шеренгу, в круг;</li> <li>- передвижения по кругу в различных направлениях;</li> <li>- бег в рассыпную;</li> <li>- перестроения из одной шеренги в несколько по ориентирам и сигналу</li> </ul>	
	Игроритмика	<p>- отхлопывание ритма,</p> <p>Игра «Ритмическое эхо»</p>	
	Танцевально-ритмическая гимнастика	- комплекс общеразвивающих упражнений из пройденного материала, выполняемого под музыку	
	Ритмический танец	«Чику-рику»	
	Музыкально-подвижная игра	«Роботы и снежинки»	
	Упражнения на расслабление мышц, восстановление дыхания	«Снежинки»	
<b>Я Н В А Р Ь</b>	Строевые упражнения	<p>- построение в круг, передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом, за ведущим</p> <p>Игра «Шишки, желуди, орехи»</p>	<b>6</b>
	Танцевальные шаги	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба на полупальцах;</li> <li>- бег на месте и с продвижением вперед, с высоким подниманием колена («лошадки»)</li> </ul>	
	Ритмический танец	Полька «Старый жук»	
	Танцевально-ритмическая гимнастика	- комплекс общеразвивающих упражнений из пройденного материала, выполняемого под	

		музыку	
	Музыкально-подвижная игра	«Лялечка не спит»	
<b>Ф Е В Р А Л Ь</b>	Танцевальные шаги	- прыжки с ноги на ногу, с поворотом 360 градусов; - приставной и скрестный шаг в сторону; - переменный шаг	<b>8</b>
	Игроритмика	Игра «Назови себя» (прохлопывание своего имени)	
	Ритмический танец	«Ну, погоди!» - образно-беговое упражнение	
	Образно-слуховая гимнастика	- различие динамики звука «громко – тихо»; - комбинирование образно-двигательных действий;	
	Музыкально-подвижная игра	«Найди предмет»	
	Хореографические упражнения	- комбинация из танцевальных шагов и бега; - полуприседы; - повороты на право (налево), переступая на носках	
<b>М А Р Т  А П Р</b>	Образно-двигательные действия	Упражнения «березки и дубы»	<b>8</b>
	Игроритмика	Игра «Веселые озвучки ритма»	
	Ритмический танец	«Давай, Россия»	
	Музыкально-подвижная игра	«Самолеты»	
	Упражнения на расслабление мышц	«Роботы и звездочки»	
	Ритмические игры	«Веселый ритм тела»	
	Общеразвивающие упражнения	- бег с захлестами по кругу, на месте;	

Е Л Б		- приставной шаг вперед, назад;  - «звездочка»	
	Ритмический танец	«Новое поколение»	
	Музыкально-подвижная игра	Игра «День – ночь»	
	Упражнения танцевально-ритмической гимнастики	«Упражнения с лентами» (платочками, шарфами, полотнами)	
М А Й	Образно-двигательные действия	Повторение всего пройденного материала за год	8
	Ритмические игры		
	Общеразвивающие упражнения		
	Ритмический танец		
	Музыкально-подвижная игра		
	Упражнения на расслабление мышц		
	Отчётное мероприятие для родителей в форме концерта		
Итого в год: 60 условных часов в месяц			

### 3.Организационный раздел

#### 3.1. Материально – техническое обеспечение:

1. Музыкальный зал.
2. Нотно-методическая литература.
3. Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности:
  - а) Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
  - б) Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
  - в) Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
  - г) Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
  - д) Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
  - е) Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
  - ж) Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
  - з) Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.
4. Аудиокассеты, CD – диски, видеодиски.
5. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
6. Фортепиано.
7. Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.

30

ОТПРАВИТЕЛЬ МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД №101	ПОДПИСАНО
ВЛАДЕЛЕЦ СЕРТИФИКАТА Галиева Лилия Рамзильевна	
ДОЛЖНОСТЬ Заведующий	
СЕРТИФИКАТ 009D7E6B81FE3831C233228189F10B0FE 3	ПОДПИСАН 22.09.2023 10:27:01 МСК
ПОДПИСЬ ВЕРНА	