

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида  
№23«Светлячок»

Согласовано  
Старший воспитатель МАДОУ  
«Детский сад № 23 «Светлячок»  
\_\_\_\_\_ Л.Ю.Байлычева  
« 25 » 08 2022 г.  
Рассмотрено и утверждено  
на педагогическом совете  
от « 25 » 08 2022 г.  
протокол № 7



Утверждаю  
Заведующий  
МАДОУ «Детский сад № 23 «Светлячок»  
\_\_\_\_\_ Г.Р.Мардисламова  
« 25 » 08 2022 г.  
Введено в действие  
приказом заведующего  
от « 25 » 08 2022 г. № 495

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«ИГРОРИТМИКА»**

для детей 3-6 лет  
(3 года обучения)

Составители:  
музыкальные руководители  
высшей категории  
Тарабрина Елена Викторовна  
Русинова Альмира Рафиловна

Набережные Челны, 2022г.

## **Оглавление**

### **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

- 1.1. Пояснительная записка. Актуальность программы
- 1.2. Цели и задачи.
- 1.3. Особенности методики работы по данной программе .
- 1.4. Методические рекомендации ,основные направления образовательной работы.
- 1.5. Характеристика методов педагогического воздействия.
- 1.6. Характеристика возрастных и индивидуальных особенностей детей дошкольного возраста 3-6 лет.
- 1.7. Планируемый результат

### **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

- 2.1. Приемы обучения и развития музыкально-речевым и двигательных способностей .
- 2.2. Формы и методы по реализации основных задач Программы.
- 2.3. Направления работы по совершенствованию двигательно- речевых способностей.
- 2.4. Структура образовательной деятельности.
- 2.5. Учебно - тематический план.
- 2.6. Календарно-тематическое планирование.
- 2.7. Организация работы с родителями воспитанников.

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

- 3.1. Методическое обеспечение программы.
- 3.2. Учебно-тематический план:
- 3.3. Диагностика уровня развития музыкально-речевым и двигательных способностей

### **IV. Список литературы**

## Паспорт программы

<b>Наименование Программы</b>	ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО РАЗВИТИЮ МУЗЫКАЛЬНО-РЕЧЕВЫХ И ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  МАДОУ № 23 «Светлячок» НА 2022-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД
<b>Обоснование для разработки Программы</b>	<i>На Федеральном уровне:</i> <ul style="list-style-type: none"><li>- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";</li><li>- Приказ от 30 августа 2013 года N 1014 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования;</li><li>- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;</li><li>- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»; ФГОС.</li><li>- Приказ Минтруда России №544н от 18 октября 2013 г. Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)». Зарегистрировано в Минюсте 6 декабря 2013, № 30550;</li><li>- Письмо Рособнадзора от 10.09.2013 N 01-50-377/11-555 «О соблюдении прав граждан при предоставлении платных дополнительных образовательных услуг в общеобразовательных организациях, расположенных на территории субъектов Российской Федерации и о нарушениях законодательства Российской Федерации об образовании в части обеспечения государственных прав граждан на получение общедоступного и бесплатного начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования».</li></ul>

	<p><i>На Республиканском уровне:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Закон Республики Татарстан от 22 июля 2013 г. № 68-ЗРТ "Об образовании"</li> <li>- Закон Республики Татарстан "О языках народов Республики Татарстан" № 1560-ХП от 8 июля 1992 года</li> <li>- Постановление Кабинета Министров № 1174 от 30.12.2010 "Об утверждении Стратегии развития образования в Республике Татарстан на 2010 – 2015 годы "Киләчәк" – "Будущее"</li> </ul> <p><i>На уровне дошкольного учреждения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Устав МАДОУ №23 «Светлячок».</li> </ul> <p>Основная образовательная программа дошкольного образовательного учреждения (далее ДОУ) может корректироваться в связи с изменениями нормативно-правовой базы дошкольного образования (далее ДО), образовательного запроса родителей, видовой структуры групп.</p>
<p><b>Основные разработчики Программы</b></p>	<p>Тарабрина Елена Викторовна. Русинова Альмира Рафиловна</p>
<p><b>Цель Программы</b></p>	<p>Целью программы является комплексное развитие детей от 3- лет формирование пластичности, ритмичности, выразительности движений, координации движений и речи, развитие творческих проявлений у детей младшего дошкольного возраста с учетом требований ФГОС выходя по данной программе за его рамки .</p>
<p><b>Задачи Программы</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать, координационные способности, двигательные- моторные способности..</li> <li>2. Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.</li> <li>3. Формировать навыки выразительности, пластичности, танцевальных движений.</li> <li>4. Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата.</li> <li>5. Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, речевую активность детей, способствовать развитию артикуляционного аппарата</li> <li>6. Формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку.</li> <li>7. Воспитывать умение эмоционального выражения, раскрепощенной личности и творчества в движениях.</li> </ol>

<b>Ценностно-целевые ориентиры образовательного процесса</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сохранение здоровья и эмоционального благополучия, обеспечение культурного развития каждого ребенка;</li> <li>2. Создание доброжелательной атмосферы, позволяющей растить воспитанников любознательными, добрыми, инициативными, стремящимися к самостоятельности</li> </ol>
<b>Содержание образования</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Режим пребывания воспитанников в детском саду;</li> <li>• Проведение организованной образовательной деятельности в неделю, общее количество ООД в год;</li> <li>• Осуществление культурно - досуговой деятельности в ходе развлечений и праздников. Программно-методический комплекс.</li> </ul>
<b>Сроки и этапы реализации Программы</b>	2022-2024 учебный год:
<b>Целевые ориентиры и показатели эффективности реализации программы дополнительного образования художественно-эстетического направления</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Внимательно слушать музыку, эмоционально откликаться на выраженные в ней чувства и настроения;</li> <li>• Исполнять несложные танцевальные движения , исполняя их выразительно и музыкально, правильно передавая мелодию (ускоряя, замедляя, усиливая и ослабляя звучание);</li> <li>• Воспроизводить и речевые и логоритмические упражнения ;</li> <li>• Сохранять правильное положение корпуса при выполнении танцевальных движений, соотносить музыку с речью , относительно свободно артикулируя,</li> </ul>

	<p>правильно распределяя дыхание;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Исполнять танцевальные упражнения и движения индивидуально и коллективно, с сопровождением и без него;</li> <li>• Активно участвовать в выполнении творческих заданий;</li> <li>• Соотносить движения различных частей тела(координировать движения рук и ног, корпуса, формировать правильную осанку при выполнении двигательных упражнений и танцевальных миниатюр)</li> </ul>
<b>Координатор Программы</b>	<b>Тарабрина Елена Викторовна</b>

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека, именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется его личность. ФГОС ДО утверждает новые принципы дошкольного образования, которые ранее не упоминались: -полноценное проживание ребенком всех этапов детства; -обогащение детского развития; - индивидуализация дошкольного образования; -учет этнокультурной ситуации развития детей ; - тесное сотрудничество детского сада с семьей.

Дошкольное образование в современных условиях ставит основной целью всего учебно-воспитательного процесса развитие гармоничной личности воспитанника. То есть дать малышам определенный запас знаний сегодня недостаточно. Намного важнее приобщить ребенка к социуму, правилам и нормам поведения в нем, а также развивать навыки самостоятельности, ответственности, взаимодействия с другими людьми, учить проявлять свои индивидуальные особенности и таланты, быть активным членом современного общества.

В период дошкольного детства время ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, особенно ритмичные движения под музыку. Как известно, движения под музыку - это танец, ритмично повторяющиеся движения частей тела.

Игра и танец для ребенка – это способ самовыражения с помощью движений. Ведь в дошкольном возрасте у ребенка словарный запас не богат, поэтому ему легче выражать свои чувства, эмоции в движении под музыку. А современная

музыка очень близка ребенку, она ему нравится своей подвижностью, веселым характером, динамикой.

Возможности применения современного детского танца в детском саду довольно широки. В этой связи актуальной становится проблема разработки программы развития музыкально-ритмических способностей средствами музыки, театра, речевых упражнений, детской поэзии и народного фольклора, с использованием эффективных разнообразных форм, средств и методов музыкального, физического и эстетического воспитания детей.

### **Актуальность программы.**

В последние годы становится очень актуальной проблема развития речи и двигательной активности у детей дошкольного возраста. Отмечается постоянное увеличение количества детей, имеющих координационные, двигательные нарушения, и речевые нарушения. Причины роста двигательной-речевой патологии у детей достаточно разнообразны: плохая экологическая обстановка, несбалансированное питание, педагогическая неподготовленность родителей, увеличение рождаемости детей с патологией центральной нервной системы, информационные нейропсихические перегрузки (замена живого общения с ребенком телевидением, интернетом.).

Наблюдая за детьми, становится очевидным, что помимо речевых расстройств у детей виден целый комплекс неречевых нарушений. Среди них невротические проявления: капризность, страхи, колебания настроения, впечатлительность, тревожность, повышенная раздражительность, повышенная утомляемость, трудности поведения. Наблюдаются патологические движения, синкинезии, многообразие сопутствующих речи движений. Обнаруживаются трудности действий с мелкими предметами, а также изменения в состоянии мимической моторики, нарушение координации речи с движением.

В неречевых психических функциях отмечается нарушение слухового восприятия, внимания, слуховой памяти, произвольного внимания, снижение скорости мыслительных операций, недоразвитие абстрактно-логического мышления.

В век гиподинамии, повального увлечения игровыми компьютерными программами –родители зачастую недооценивают ценность двигательной и речевой активности детей.

Ребенок, который увлечен компьютерными играми – не бегают и не мешает родителям.

Однако у него идет застой в системе кровообращения, дыхания, искривляется и без того не окрепший позвоночник. Дети часами сидят в одном положении, что совершенно не способствует правильному формированию всех органов и систем дошкольника.

Неразвитая мелкая моторика рук приводит к нарушению или позднему речевому развитию детей. Кроме того многие дети рождены уже с диагнозом гипоксия плода, с диагнозом недоношенность и многими другими.

В создавшихся условиях в помощь в решении данной проблемы может быть применена

данная комплексная программа, которая развивает детей сразу в нескольких направлениях: развитие двигательных умений и навыков, речевая коммуникативных способностей, формирование эмоциональной сферы.

**Новизна программы «Игроритмика» - выходя за рамки обычной образовательной**

*программа имеет интегрированный характер и основана на модульной технологии обучения, которая позволяет по мере необходимости варьировать образовательный процесс, конкретизировать и структурировать ее содержание, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. А также возможность для развития творческих способностей обучающихся. В образовательном процессе программы используются инновационные технологии: групповой деятельности, лично-ориентированные на игровые технологии.*

**1. 2. Целью** такой программы является комплексное развитие детей от 3- лет формирование пластичности, ритмичности, выразительности движений, координации движений и речи, развитие творческих проявлений у детей младшего дошкольного возраста.

### **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

- 1.Развивать, координационные способности, двигательно- моторные способности..
- 2.Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.
- 3.Формировать навыки выразительности, пластичности, танцевальных движений.
- 4.Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата.
- 5.Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность.
- 6.Формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку.
- 7.Воспитывать умение эмоционального выражения, раскрепощенной личности и творчества в движениях.

Программа рассчитана на год обучения – младшую группу детского сада. В программе представлены 5 разделов:

- Игроритмика,

- Речевая гимнастика,



- Пальчиковая гимнастика , игровой массаж, стрейчинг.

- Игротанцы ,

- Подвижные игры с музыкальным сопровождением.

Все разделы программы объединяет **метод игровых технологий** , который придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

При распределении разделов программы по годам обучения учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности каждой группы, физические возможности и психологические особенности детей 3-4 лет. Занятия проводятся раз в неделю .Включены в режимные моменты ДОУ.

### **1.3.ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ПРОГРАММЫ – «ИГРОРИТМИКА»**

Для овладения разнообразием движений, комбинаций и упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения упражнениям и танцам ,речедвигательным упражнениям можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению , логоритмическому упражнению);
- Этап углубленного разучивания упражнения (использование в играх , песенках , хороводах, миниатюрах)
- Этап закрепления и совершенствования упражнения (законченного образца).

**Начальный этап обучения** -характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения (движения), с привлечением игрушек , предметов , активизируя все анализаторы детей, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробуют упражнение.

Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу ЦНС детей.

Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким, выразительным и понятным, желательно в зеркальном изображении. Показ упражнения является наиболее существенным звеном процесса обучения, особенно для дошкольников, где восприятие движений в большей степени связано со зрительным анализатором. Правильный показ создает образ-модель будущего движения, формирует представление о нем и о способе его выполнения.

Объяснение технике исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть образным и кратким, с использованием различных наглядных средств (игрушек, картин, предметов)

Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. Воспитанник впервые выполняет упражнение на основе тех представлений, которые он получил. Важно, чтобы между ощущениями первой попытки и уже созданным представлением об упражнении (на основе его названия, показа и объяснения) не было больших расхождений.

По первым попыткам выполнения упражнения педагог может судить, как обучаемый понял свою задачу, и в зависимости от этого планировать дальнейший путь обучения. При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.). Начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. Педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения.

При проведении занятия, необходимо использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным и речевым действиям. Так, образные сравнения, приводимые в объяснении движения, помогают детям правильно его осваивать, так как создают у детей особое настроение, что вызывает желание активно действовать, сопереживать. Положительные эмоции при игровом обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Необходимо увлекать, заинтересовывать ребят – только тогда обучение движениям будет эффективным.

Успех начального этапа обучения зависит также от умелого и своевременного предупреждения и исправления ошибок. Это дополнительные и ненужные движения, несоразмерность мышечных усилий и излишняя напряженность основных мышечных групп, значительное отклонение от направления и амплитуды движений, искажения общего ритма упражнения. Данные ошибки являются характерными на стадии формирования умения.

При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

**1.4. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения.** Расчленение движения происходит только в случае уточнения его деталей. Количество повторений в одном занятии увеличивается по сравнению с предыдущим этапом.

**На втором этапе – углубленного разучивания** успех упражнения зависит и от активности обучаемых. Повышению активности детей способствуют изменение условий выполнения упражнения, постановка определенных двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления – «идеомоторной тренировки». В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем и без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения, уточнению его деталей, двигательных действий. Только тогда, когда выполнение

изучаемого упражнения отвечает характерным его особенностям, стилю исполнения, создает определенную школу движений, связь речи, движения и ритма

Создают целостный образ у детей.

**Третий этап –закрепления** и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом – соревновательный и игровой.

По мере многократного повторения упражнения двигательный и речевой навык формируется в основном варианте. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Здесь необходимо, совершенствуя качество исполнения упражнения, формировать индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями в различных комбинациях, комплексах и танцах.

## **1.5. Методические рекомендации по проведению занятий**

Для успешного педагогического процесса по данной программе необходимо выделить три направления:

1. Педагог отвечает за правильную постановку и выполнение задач программы.
2. Сформирует у детей двигательно- речевые и музыкальные способности.
3. Формирует основы музыкальной культуры, потребности в музыке и отношение к ней как к важнейшей духовной ценности.

Занятия рекомендуется проводить 1 раз в неделю. Педагог создает гигиенические условия для работы с детьми ( наличие музыкального зала, игрового оборудования, дидактического материала.)

Педагог осуществляет контроль за проведением влажной уборки и проветривания перед занятием.

Длительность занятия определяется возрастными возможностями детей.

## **1.6 .Возрастные особенности детей 3-4 лет.**

Младший возраст – важнейший период в развитии дошкольника. Именно в это время происходит переход малыша к новым отношениям со взрослыми, сверстниками, с предметным миром.

В раннем возрасте ребенок многому научился: он освоил ходьбу, разнообразные действия с предметами, у него успешно развивается понимание речи и активная речь, малыш получил ценный опыт эмоционального общения со взрослыми, почувствовал их заботу и поддержку. Все это вызывает у него радостное ощущение роста своих возможностей и стремление к самостоятельности, к активному взаимодействию с окружающим миром.

Психологи обращают внимание на «кризис трех лет», когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления малышу большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием.

Важно понять, что характерное для ребенка третьего года жизни требование «я – сам» прежде всего отражает появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень его возможностей. Поэтому задача взрослого – поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать веру ребенка в собственные силы, высказывая нетерпение по поводу его медленных и неумелых действий. Главное в работе с младшими дошкольниками состоит в том, чтобы помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности.

Стремление к самостоятельности формируется у младшего дошкольника в опыте сотрудничества со взрослыми. В совместной с ребенком деятельности взрослый помогает освоить новые способы и приемы действий, показывает пример поведения и отношения. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление малыша добиться лучшего результата.

Доверие и привязанность к воспитателю – необходимые условия хорошего самочувствия и развития ребенка в детском саду. Младший дошкольник особенно нуждается в материнской поддержке и заботе воспитателя. В течение дня педагог должен к каждому ребенку проявить свое доброе отношение: приласкать, назвать ласковым именем, погладить. Ощувив любовь воспитателя, младший дошкольник становится более общительным. Он с удовольствием подражает действиям взрослого, видит во взрослых неиссякаемый источник новых игр, действий с предметами.

К концу младшего дошкольного возраста начинает активно проявляться потребность в познавательном общении со взрослыми, о чем свидетельствуют многочисленные вопросы, которые задают дети.

Развитие самосознания и выделение образа «Я» стимулируют развитие личности и индивидуальности. Малыш начинает четко осознавать, кто он и какой он. Внутренний мир ребенка начинает наполняться противоречиями: он стремится к самостоятельности и в то же время не может справиться с задачей без

помощи взрослого, он любит близких, они для него очень значимы, но он не может не злиться на них из-за ограничений свободы.

По отношению к окружающим у ребенка формируется собственная внутренняя позиция, которая характеризуется осознанием своего поведения и интересом к миру взрослых.

Агрессивность и неутомимость малышей в этом возрасте проявляется в постоянной готовности к деятельности. Ребенок уже умеет гордиться успехами своих действий, умеет критически оценить результаты своего труда. Формируется способность к асс полаганию: более четко представить результат, сравнить с образцом, выделить отличия.

В этом возрасте ребенок может воспринимать предмет без попытки его обследования. Его восприятие приобретает способность более полно отражать окружающую действительность.

На основе наглядно-действенного к 4-м годам начинает формироваться наглядно-образное мышление. Другими словами, происходит постепенный отрыв действий ребенка от конкретного предмета, перенос ситуации в «как будто».

Как и в раннем возрасте, в 3-4 года преобладает воссоздающее воображение, т. е. ребенок способен лишь воссоздать образы, почерпнутые из сказок и рассказов взрослого. Большое значение в развитии воображения играет опыт и знания ребенка, его кругозор. Для детей этого возраста характерно смешение элементов из различных источников, смешение реального и сказочного. Фантастические образы, возникающие у малыша, эмоционально насыщены и реальны для него.

Память дошкольника 3-4-х лет произвольная, характеризуется образностью. Преобладает узнавание, а не запоминание. Хорошо запоминается только то, что было непосредственно связано с его деятельностью, было интересно и эмоционально окрашено. Тем не менее, то, что запомнилось, сохраняется надолго.

Ребенок не способен длительное время удерживать свое внимание на каком-то одном предмете, он быстро переключается с одной деятельности на другую.

В эмоциональном плане сохраняются те же тенденции, что и на предыдущем этапе. Характерны резкие перепады настроения. Эмоциональное состояние продолжает зависеть от физического комфорта. На настроение начинают влиять взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Поэтому характеристики, которые ребенок дает другим людям, очень субъективны. Тем не менее, эмоционально здоровому дошкольнику присущ оптимизм.

В 3-4 года дети начинают усваивать правила взаимоотношений в группе сверстников, а затем косвенно контролироваться взрослыми.

К четырем годам рост ребенка достигает 100-102 см. Вес детей в среднем 16-17 кг (между тремя и четырьмя годами прибавка в весе составляет 2 кг).

Ребенок трех-четырёх лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. Он умеет правильно держать карандаш, проводит горизонтальные и вертикальные линии, осваивает изобразительные умения.

Ребенок владеет разнообразными действиями с предметами, хорошо ориентируется в различении таких форм, как круг, квадрат, треугольник, объединяет предметы по признаку формы, сравнивает их по размеру (по длине, ширине, высоте). Он активно стремится к самостоятельности, уверенно осваивает

приемы самообслуживания и гигиены. С удовольствием самостоятельно повторяет освоенные действия, гордится своими успехами.

В играх ребенок самостоятельно передает несложный сюжет, пользуется предметами-заместителями, охотно играет вместе со взрослым и детьми, у него есть любимые игры и игрушки. Он умеет заводить ключиком механическую игрушку, составлять игрушки и картинки из нескольких частей, изображать в игре зверей и птиц.

Ребенка отличает высокая речевая активность; его словарь содержит все части речи. Он знает наизусть несколько стихов, потешек, песенок и с удовольствием их повторяет. Ребенок живо интересуется окружающим, запас его представлений об окружающем непрерывно пополняется. Он внимательно присматривается к действиям и поведению старших и подражает им. Ему свойственны высокая эмоциональность, готовность самостоятельно воспроизводить действия и поступки, одобряемые взрослыми.

### **1.6 -1 .Возрастные особенности детей 5- 6 лет.**

Ребенок начинает осознавать себя в этом мире и начинает более чутко воспринимать отношение к себе окружающих. В период 5-6 лет у ребенка формируется такая важная черта, как самооценка. Это один из важных показателей развития личности. Процесс формирования самооценки зависит от активного общения с окружающим его миром и в первую очередь - со взрослыми. Ребенок копирует поведение родителей, старших братьев и сестер, особенно поведение, которое получает положительные отклики у окружающих.

Каждый ребенок по природе своей хочет быть хорошим, чтобы заслужить похвалу и высокую оценку. Поэтому важно как со стороны родителей, так и со стороны педагогов поощрять подобные стремления. Если ребенок поступает хорошо, его необходимо поддержать похвалой, обязательно указав за что именно его хвалят.

Однако ребенку 5-6 лет очень трудно оценивать себя критически. Он может сомневаться в своих силах, но признавать свою вину ему пока трудно.

К 5 годам начинается развитие и созревание эмоциональной сферы: чувства вашего ребенка становятся более глубокими и устойчивыми; радость от непосредственного общения переходит в более сложное чувство симпатии и привязанности. Таким образом, в этом возрасте формируются нравственные эмоций - чуткость, доброта, чувство дружбы и постепенно - чувство долга.

К 5-м годам закладывается новое отношение к предметному миру – созидательное, то есть ранее ребенок изучал мир в том виде, в котором мир существовал вокруг малыша. Теперь у ребенка появляется способность преобразования предметов окружающего мира. То есть в этом периоде жизни идет интенсивное развитие познавательной сферы ребенка.

Следовательно, для гармоничного развития ребенка необходимо не только

давать ему новые знания в увлекательной форме, но и максимально уважительно относиться с собственным умственным поискам малыша и их результатам. На пятом году жизни ребенок способен размышлять на темы, не касающиеся непосредственной деятельности и порой приходит к неправильным выводам. Но взрослые должны проявлять интерес к первым интеллектуальным поискам ребенка и уважая их корректировать в нужную сторону.

С этого возраста интеллект ребенка способен накапливать фактические знания об окружающем мире, никогда ими не виденные (о животных, машинах, странах и т.д.) С этими знаниями ребенок приобретает определенное отношение к описываемому миру (страх к хищникам, любовь домашним животным и т.д.)

В этот периода жизни дети активно стремятся к самостоятельности, но неудачи порой сильно обескураживают их. И если неудач много, возможно появление чувства неуверенности.

Общение ребенка 5-6 лет

У ребенка появляется большой интерес к ровесникам, и он от внутрисемейных отношений все больше переходит к более широким отношениям с миром.

Отношения со сверстниками в этом возрасте носят четко разделенный характер на «плохих» и «хороших». Эта оценка, как правило, дается на основании мнения взрослых (воспитателей, родителей). Дети дружат, ссорятся, мирятся, обижаются, ревнуют, помогают друг другу. Общение со сверстниками занимает все большее место в жизни ребенка, все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников.

Ребенок стремится к партнерству в играх, ему уже неинтересно просто играть «рядом». Начинают складываться предпочтения по половому признаку. Игровые объединения становятся более или менее устойчивыми.

Физическому развитию и здоровью отводятся ведущие позиции, поэтому для создания педагогической оздоровительной системы в любом дошкольном учреждении необходимо придерживаться следующих основных направлений:

- создать условия для двигательной деятельности, эмоционального, интеллектуального, социально-нравственного здоровья ребенка и квалифицированной медицинской помощи по укреплению здоровья детей;

#### РАЗВИТИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА.

В возрасте 5 – 6 лет у детей идет активное формирование опорно-двигательного аппарата. На что следует обратить внимание в этот период?

У ребенка идет процесс окостенения хрящевой ткани. Его кости пока что гибкие и эластичные, связки и мышцы еще слабо развиты. Он достаточно легко

может получить травму конечностей. Физические нагрузки должны быть направлены на общее развитие организма ребенка.

Следите за осанкой ребенка: как он ходит, сидит за столом, перед телевизором, рассматривает иллюстрации в книге, читает, рисует. Специалисты говорят о том, что предрасположенность к сколиозу и другим заболеваниям позвоночника зарождаются не в младшем школьном возрасте, а намного раньше — в дошкольный период, когда родители не слишком обращают внимание на эту проблему.

Следует заботиться о полноценном питании ребенка. В его рационе должно быть достаточное количество строительного материала — белков животного и растительного происхождения, а также витаминов и минеральных веществ (в особенности кальция и магния — для укрепления костной ткани).

### **ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ.**

Сила нервных процессов в этом возрастном периоде еще недостаточно развита. При этом процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Дети в этом возрасте отличаются неусидчивостью, повышенной возбудимостью, невнимательностью. Они с трудом выполняют однообразные задания. Их движения нередко спонтанны, хаотичны, нерациональны. На выполнение какого-нибудь задания они затрачивают много энергии, потому что одновременно задействуют разные группы мышц.

## **1.7 Ожидаемые результаты по освоению программы:**

### **Первый год обучения (3-4 года)**

Должны знать:

- **ОБЫЧНЫЙ ШАГ** , **МЕЛКИЙ** , выполнять широкий шаг, выполнять шаг на ширину плеч
- ; выполнять прыжки на одной и двух ногах, наклоны вперед и в стороны, хлопki прямые , в танце находить себе пару. Эмоционально реагировать на веселую и грустную музыку.. Сочетать движения со словами. Исполнять танцевальные движения с предметами. Уметь имитировать движения различных персонажей(ходьбу животных, полет насекомых птиц и т.д)

К концу года дети должны уметь:

- Исполнять простейшие движения под музыкальное сопровождение.
- сохраняя прямую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку ..
- освоить основной объём композиций и отдельных видов движений;
- Иметь навыки элементарной актерской выразительности; (кккккошечка холит , медведь переваливается )Проявлять артистизм при исполнении миниатюр, в играх.

## **1.7 Ожидаемые результаты по освоению программы:**

### **Второй год обучения (4-5 ЛЕТ)**



Должны знать:

- шаг с носка, шаг с пятки, выполнять широкий шаг, выполнять шаг на ширину плеч
- ; координировать движения руки ног ; выполнять прыжки на одной и двух ногах, наклоны вперед и в стороны, хлопки прямые , боковые, находить контакт во время игр, в танце находить себе пару. Знать части музыкального произведения. Сочетать движения со словами. Исполнять танцевальные движения с предметами. Уметь имитировать движения различных персонажей(ходьбу животных, полет насекомых птиц и т.д)

К концу года дети должны уметь:

- выразительно исполнять движения под музыку;
- сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку и с пятки на носок.
- освоить большой объём разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- Иметь навыки элементарной актерской выразительности; Проявлять артистизм при исполнении миниатюр, в играх.

### **ТРЕТИЙ год обучения (5-6 ЛЕТ)**

Должны знать:

- шаг с носка, шаг с пятки, выполнять широкий шаг, боковой галоп, прямой галоп, выполнять шаг на ширину плеч
- ; координировать движения руки ног ; выполнять прыжки на одной и двух ногах, перекрестно ,наклоны вперед и в стороны, хлопки прямые , боковые, находить контакт во время игр, в танце находить себе пару. Двигаться в колоннах змейкой парах, в тройках .Знать части музыкального произведения. Сочетать движения со словами. Исполнять танцевальные движения с предметами. Уметь имитировать движения различных персонажей(ходьбу животных, полет насекомых птиц и т.д)

К концу года дети должны уметь:

- выразительно исполнять движения под музыку;
- сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку и с пятки на носок.
- освоить большой объём разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений;и предметов .
- Иметь навыки элементарной актерской выразительности; Проявлять артистизм при исполнении миниатюр, в играх.

## **II . СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

Цели и задачи данной программы определяют выбор методов педагогического воздействия.

## Приемы и методы обучения и развития музыкально- речевых и двигательных способностей

### ПО ИСТОЧНИКУ ПЕРЕДАЧИ

- 1.Наглядные*
- 2.Словесные*
- 3.Практические*

### ПО ХАРАКТЕРУ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- 1.Объяснительно-иллюстративные*
- 2.Репродуктивные*
- 3.Игровые*

### СПЕЦИФИЧЕСКИЕ

- 1.Моторно-двигательные*
- 2.Тактильные*
- 3.Вербальные*
- 4.Мимические*
- 5.Интонационные*
- 6.Темброво- инструментальные .*
- 7.Метод пластического интонирования*

## **ХАРАКТЕРИСТИКА РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ**

**Раздел «Игроритмика»** является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурными особенностями, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движения с музыкой, музыкальные задания и игры.

**Раздел «Речевая гимнастика»** служит основой для освоения ребенком логоритмических упражнений, обеспечивающих эффективное формирование речи и речедвигательных навыков. В раздел входят артикуляционно-мимические упражнения для выработки полноценных движений органов речи. , а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

**Раздел «Игротанцы»** направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическое

наслаждение занимающимся. Дети в игровой форме, близкой по содержанию данному возрасту усваивают определенные знания, навыки.

**Раздел «Пальчиковая гимнастика» и игровой массаж . стрейчинг** основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений и упражнений стретчинга, выполняемые в игровой форме. Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

**Раздел «Подвижные игры с музыкальным сопровождением»** Позволяют детям легко и непринужденно в игровой форме закреплять имеющиеся знания и навыки. «примеряя» на себя различные образы(животных. насекомых .кукол и т.д дети реализуют свои эмоциональные и двигательные способности, проявляют артистичность, фантазию.

## **ПРОГРАММНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ**

1. **Игроритмика.** Специальные упражнения для согласования движения с музыкой. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ритмических упражнений и музыки . Выполнение ходьбы, бега, движение туловища в различном темпе.
2. **Речевая гимнастика**  
Комплекс упражнений , направленный на укрепление и развитие мышц речевого аппарата, На развитие правильного дыхания, развитие мускулатуры языка и губ для дальнейшего освоения речи.
3. **Игротанцы.** Танцы , направленные на развитие позитивных эмоций , снятие физической и психологической зажатости , напряжения.

### **4.Пальчиковая гимнастика и игровой массаж , стрейчинг**

Речь ребенка и его руки тесно взаимосвязаны. Это объясняется тем, что центры речи и движения рук расположены близко в головном мозге. Стимулируя движения рук и пальчиков можно развивать речь ребёнка.

Дети, с которыми педагоги систематически играют в пальчиковые игры, лучше мыслят и начинают разговаривать гораздо быстрее своих сверстников, с которыми по этой методике совсем не занимаются.

Правая часть детского мозга отвечает за творчество, а левая — за мышление. Для того чтобы у ребёнка развивались оба полушария, необходимо правильно и одинаково их тренировать.

1. Обоюдная заинтересованность – обязательное условие для начала игры.
2. Самое благоприятное игровое время – 5-10 минут..
3. Для проведения пальчиковых игр педагог должен быть готов: хорошо знать детские стишки, иметь игровой реквизит.
4. Пальчиковые игры должны соответствовать возрасту ребенка.
5. Цель занятий – развитие мелкой моторики.

Игры на развитие мелкой мускулатуры пальцев рук. Подобные упражнения приводят в гармоничные отношения тело и разум. На ладонях и кистях рук находится множество акупунктурных зон, воздействуя на которые мы активизируем деятельность мозга и всех внутренних систем организма- улучшаем память, умственные процессы, снимаем эмоциональное напряжение, улучшаем деятельность сердечно-сосудистой системы. Кроме того развитие тонких движений пальцев развивают ловкость, координацию движений способствуют правильной артикуляции слогов.

### 5. Подвижные игры с музыкальным сопровождением

Хореографические упражнения, объединенные определенной тематикой (образным содержанием) для данного возраста это сюжетные танцы «Танец ежиков» «Мишка танцует» и т.д.

. Танцевальные позиции рук: на поясе и в свободном положении Полуприседы и подъемы на носки. Выставление ноги вперед и в сторону, поднимание ноги. Движение «фонарики», прыжки выпрямившись, перевод рук из одной позиции в другую. Соединение изученных упражнений в законченную композицию

### **ЗАДАЧИ**

1. Развивать у детей художественное восприятие музыки и движений, доступных игр, танцев, хороводов, детского репертуара.
2. Формировать начальный объем музыкально-двигательных представлений.
3. Формировать целостное, дифференцированное и сенсорное музыкальное восприятие музыкально-ритмического репертуара.
4. Учить выразительному исполнению детского репертуара различной тематики и содержания.
5. Обучать музыкально-ритмическим движениям (основным, танцевальным, сюжетно-образным)
6. Учить запоминать форму танца, композицию игры и т.д., знать название танца, игры, хоровода и т.п., движений, использованных в них.
7. Совершенствовать ориентировку в пространстве.
8. Совершенствовать речевые и двигательные навыки воспитанников.
9. Развивать речь, используя образцы детского литературного стиля ( краткие стишки, потешки, колыбельные ит.д)

### **2 год обучения**

1. **Игроритмика.** Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания

ритмического рисунка. Хлопки и удары ногой на сильную долю такта двухдольного и трехдольного музыкального размера. Использование игр со словами и ритмическим содержанием.

**2. Речевая гимнастика** Комплекс упражнений , направленный на дальнейшее закрепление и развитие мышц речевого аппарата, на развитие правильного дыхания, развитие мускулатуры языка и губ для дальнейшего освоения речи.

**3. Игротанцы.** Танцы , направленные на развитие позитивных эмоций , снятие физической и психологической зажатости , напряжения. Танцы с партнером, сюжетные .образные( куклы, гномы, звери и т.д).

Хореографические упражнения , объединенные определенной тематикой( образным содержанием) для данного возраста это сюжетные танцы «Мы корзиночки несем» «Спрячу куклу Машу» «Вот ,другок, и вот другок»

. Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью. Полуприседы и подъемы на носки. Выставление ноги вперед и в сторону, поднимание ноги,. Выставление ноги назад на носок и поднимание ноги,. Прыжки выпрямившись, перевод рук из одной позиции в другую. Соединение изученных упражнений в законченную композицию

**2. Пальчиковая гимнастика-** игры на развитие мелкой мускулатуры пальцев рук. Подобные упражнения приводят в гармоничные отношения тело и разум .На ладонях и кистях рук находится множество акупунктурных зон, воздействуя на которые мы активизируем деятельность мозга и всех внутренних систем организма- улучшаем память, умственные процессы, устраняем эмоциональное напряжение ,улучшаем деятельность сердечно- сосудистой системы. Кроме того развитие тонких движений пальцев развивают ловкость , координацию движений способствуют правильной артикуляции слогов.

## **5.Подвижные игры с музыкальным сопровождением.**

Музыкальная игра имеет следующие задачи:

- 1. Коррекционные:** Развитие слухового, зрительного, тактильного восприятия; мимической мускулатуры, дыхательной системы, артикуляционного аппарата, свойства голоса (высоту, темп, динамику, ритм), координации движений и нормализация их темпа и ритма;
- 2. Формирование выразительных средств:** интонации, мимики, жестов, движения.

**3 . Оздоровительные:** Укрепление сердечно- сосудистой, двигательной систем, костно- мышечного аппарата; развитие моторики, общей, мелкой, артикуляционной; развитие «мышечного чувства» (способности снимать эмоциональное и физическое напряжение); развитие быстроты двигательной реакции.

**4.Образовательные:** Обучение речевым, певческим, двигательным навыкам; развитие музыкальных, творческих, коммуникативных способностей; формирование умственных умений и действий.

**5. Воспитательные:** Воспитание общей музыкальной, речевой, двигательной культуры; эстетическое отношение к окружающему; развитие чувств, эмоций высшего порядка.

**6. Развивающие:** Познавательную активность; Устойчивый интерес к действию; Саморегуляцию и самоконтроль; Внимание, память, мышление; Ориентировку в пространстве.

**По формам игры подразделяются на:**

- **статические** (развивают собранность, помогают снять мышечное напряжение, сохранять равновесие тела, быстро выполнять двигательные действия без физических усилий); -

-**игры с движением** (подвижные игры с правилами развивают волевою сферу, быстроту реакции на звуковой раздражитель, формируют коммуникативные способности);

- **игры с речью** (развивают вокально-слуховую и двигательно-слуховую координацию, нормализуют процессы регуляции темпа и ритма); -

-**игры-шутки** (активизируют слуховое восприятие, формируют фонематический слух, и все стороны музыкально-слуховых представлений);

- **игры –песни** (развивают функции голосообразования и свойства голоса, способствуют развитию звукообразования, дикции, дыхания)

- **игры-забавы** (побуждают детей к творческой активности, инициативе, развивают зрительное восприятие посредством укрепления зрительной мышцы и зрительного нерва, формируют творческие способности;

- **игры-загадки** (развивают логическое мышление, сообразительность, стремление ребенка к осознанным умственным и практическим действиям. – ритмические игры (направлены на усвоение музыкальной речи, интонационную выразительность звука, слога, фразы, предложения, части и всего законченного музыкального и речевого построения с помощью двигательных упражнений под музыку.

## ЗАДАЧИ

1. Развивать музыкально-эстетическое восприятие игрового и танцевального репертуара разного характера и содержания.
2. Развивать целостное, дифференцированное сенсорное восприятие музыкально-ритмического репертуара.
3. Развивать восприятие, понимание способов выполнения музыкально-ритмических движений и согласованности их с музыкой; чувствовать необходимость смены их в соответствии с характером музыки и средствами выразительности.
4. Учить воспринимать, понимать и совершенствовать ориентировку в пространстве.
5. Учить выразительному исполнению детского репертуара различной тематики и содержания.

6. Обучать детей способам исполнения музыкально-ритмических движений, опираясь на имеющиеся музыкально-двигательные представления, развивать изящность их исполнения.
7. Побуждать к пониманию особенности движений, добиваясь точности, ритмичности, пластичности, легкости исполнения.
8. Побуждать запоминать названия упражнений, игр, танцев; учить понимать их форму, последовательность движений.
9. Развивать умение к передаче действий персонажей в сюжетных играх, образных упражнениях .
10. Побуждать в игровых импровизациях к поиску движений, помогающих детям более точно передавать особенности содержания героев или персонажей.
11. Развивать речевую активность детей, эмоциональную раскрепощенность и коммуникативные способности детей.

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1 Методическое обеспечение программы.**

Для успешной реализации данной Программы в ДОУ имеются все необходимые технические средства обучения:

1. Фортепиано
2. Музыкальный центр
3. Компьютер
5. Микрофоны
6. Музыкальные инструменты
7. CD, DVD диски
8. Учебно-наглядные пособия:
9. Игрушки (куклы, кубики, обручи, мячи, трости, гимнастические палки, ленты)
10. Дидактические игры
11. Детские музыкальные инструменты.
12. Атрибуты для игротанцев (ленты, мячи, степы, колокольчики, гимнастические палочки, погремушки и т.д.)

Обучение детей проходит на специально организованной деятельности во второй половине дня.

Способ организации – группа, количественный состав до 10-12 человек. Деятельность проводится 1 раз в неделю продолжительностью 12-15 минут.

#### **Структура проведения занятия**

##### *1. Вводная (разминка). (Игроритмика)*

- Разогревание организма. Игровая разминка, пальчиковая и речевая гимнастика.

2. *Основная (упражнения в исходном положении стоя).*  
- последовательная «проработка» мышц шеи, рук, рук туловища, ног.
3. *Бег и прыжки. Кружение в парах. Танцевальный шаг .(Игротанцы)*  
- максимальная нагрузка.
4. *Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа- на животе, спине ,на «четвереньках».*  
- комплексная проработка всех групп мышц.
5. *Заключительная. Игровой массаж, игры с музыкальным сопровождением*  
- восстановление, упражнения на гибкость и расслабление.

**Структура комплекса ритмической гимнастики и направленность каждой из его частей:**

- подготовительная часть, или игроритмика , обеспечивает разогревание организма, подготовку его к основной физической нагрузке. Вводную часть составляют упражнения, непосредственно воздействующие на весь организм ребёнка. Это движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки, упражнения на коррекцию свода стопы, общеразвивающие упражнения. Упражнения на дыхание, речевая гимнастика.
- в начале основной части следует серия упражнений различного характера: поднятие рук вверх, в стороны, упражнения для мышц шеи. Следующая серия упражнений – нагрузочная. Здесь предлагаются упражнения интенсивного характера: различные наклоны, раскачивания туловища, выпады, приседания. Подбираются они с таким расчётом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела. Эта серия упражнений проходит в быстром темпе. ИГРОТАНЦЫ.
- заканчивается основная часть танцевально-беговой серией упражнений. Она проходит в интенсивном темпе, одно упражнение быстро сменяется другим. Здесь не предусмотрено, какие виды прыжков вы будете делать. Главное – добиться высокой интенсивности в этой части комплекса.



Затем предусмотрены 1-2 дыхательных упражнения, позволяющих немного отдохнуть и восстановить свои силы.

- затем следует серия из исходных положений лёжа и сидя. Эта группа упражнений предназначена для развития гибкости позвоночника, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног. Все упражнения рекомендуется выполнять в умеренном темпе, так как они требуют наибольшей затраты энергии. Заканчивается комплекс упражнениями на дыхание, расслабление, гибкость, выполняемыми в медленном темпе. Упражнения на гибкость очень эффективны в конце комплекса, так как хорошо разогретые мышцы наиболее эластичны.
- завершается ритмическая гимнастика упражнениями на расслабление. Игровым массажем и подвижными играми с музыкальным сопровождением. Цель которых – обеспечить максимальный отдых детей в короткий промежуток времени. Это могут быть упражнения из исходных положений стоя, сидя, лёжа. Дети выполняют бег, прыжки по характеру игры. Они способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности.

### Учебно – тематический план

**1 год обучения  
(сентябрь, октябрь, ноябрь).**

<b>Разделы</b>	<b>Содержание материала</b>	<b>Музыкальное сопровождение</b>	<b>Кол-во занятий</b>
1	2	3	4
Вводная (разминка)	<u>ИГРОРИТМИКА</u> 1. Ходьба по кругу на боковой стороне стопы 2. Ходьба с перестроением. 3. Упр-е «Хитрая	«Мишка косолапый» «Вот дружок и вот дружок»  «мышка деток	4 зан

	<p>лисичка».</p> <p>4. Упр-е «Серый волк».</p> <p>5. Легкий бег.</p> <p>6. Бег змейкой.</p> <p>7. Построение врассыпную.</p> <p>8. <u>Упражнения для разных групп мышц</u></p> <p>9. <u>Речевая гимнастика</u></p>	<p>приглашает»</p> <p>«Семья»</p> <p>«Сказка про язычок»»Дудочка»</p> <p>«Птичий дом»</p> <p>«Тихо громко»</p>	
Основная	<p><u>ИГРОТАНЦЫ</u></p> <p>1. Руки вперёд, вверх, в стороны, вниз.</p> <p>2. Шаг вправо, правая рука в сорону, левая за спиной, сделать по 3шага в каждую сторону, затем две руки вперёд, в стороны.</p> <p>3. Шаг с высоким подниманием колена.</p> <p>4. Руки вверх, ладони в замке. Движение рук из стороны в сторону.</p> <p>5. Наклоны в стороны . Правое, левое плечо вперёд по очереди. Наклоны головой</p> <p>6. Круговые движения рук перед собой с хлопком.</p> <p>7. Руки вперед, правая рука к груди, назад; то же с левой.</p> <p>8. Кружение в парах – лодочкой приподнявшись на сносочках</p>	<p>Инструментальные композиции:</p> <p>«Веселая прогулка»</p> <p>«У меня –у тебя»</p> <p>«Петушок»</p> <p>«Часики»</p> <p>«Пропеллер»</p> <p>«Танец конфеток»</p> <p>«Маленькая танцовщица»</p>	4 зан
	<p>1. Поднять руки вверх, потянуться.</p> <p>2. Прыжки. Ноги врозь, руки в стороны.</p> <p>3. Бег вокруг себя вправо, влево с выбрасыванием ног назад.</p>	<p>Инструментальная композиция:</p> <p>«Веселые мячики»</p> <p>«Скок поск»</p> <p>«Веселые движение»</p>	4 зан

	<p>4. Бег по залу, подскоки (1-2 круга).</p> <p>5. Ходьба на месте с подниманием рук вверх.</p>	«Волна»	
	<p>1. Упр-я для стоп, потянуть носок правой, левой ступни.</p> <p>2. Согнуть правую, левую ногу (попеременно).</p> <p>3. Поднять прямые руки вверх, опустить согнутые в стороны.</p> <p>4. Упр-е «Качание рук с лентами».</p> <p>5. Упр-е «Танец с кубиками».</p> <p>6.Имитационное упражнение «кукла»</p> <p>7.Прыжки</p>	<p>«По дорожке в лес» Е. Лифиц «Пингвины» «Мы играем» Е.Лифиц «Самолет»</p> <p>«Ленты»</p> <p>«Кубики» Е.Лифиц</p> <p>«Лягушки»</p>	Контрольные
Заключительная	<p>Релаксация: «Расслабление».</p> <p>Подвижные музыкальные игры</p> <p>Игровой массаж</p>	<p>Инструментальная композиция: «Хлоп – раз еще раз»»Кошка и котенок «Дождик»»Облака» «Наперегонки»</p>	ОБЩ КОЛ 12 занятий

(декабрь, январь, февраль).

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Кол-во зан
1	2	3	4
Вводная (разминка)	<p><u>ИГРОИТМИКА</u></p> <p>1. Ходьба по кругу.</p> <p>2. Ходьба с заданием</p>	«Будь внимательным!» »Пингвин»	4 зан

	<p>для рук.</p> <p>3. Упр-е «Пингвин».</p> <p>4. Упр-е «Лошадки».</p> <p>5. Подскоки.</p> <p>6. Бег в рассыпную.</p> <p>7. Бег змейкой .</p>	<p>«Упражнение с мячом» А.Петров</p> <p>«Цирковые лошадки» М.Красев</p> <p>«Мельница» Т.Ломова</p> <p>«Змейка» В.Щербачев</p>	
Основная	<p>1. Круговые движения рук перед собой, поднимаясь на носочки.</p> <p>2. Руки вверх попеременно, с хлопком.</p> <p>3. Руки вниз попеременно, ладонями вниз.</p> <p>4. Руки в стороны. Вращение кистями рук одновременно двумя и попеременно.</p> <p>5. Руки у плеч, наклоны вперед.</p> <p>6. «Ножницы». Вращение кистями рук одновременно двумя и попеременно.</p> <p>7. Хлопки поперечный , боковой.</p> <p>8. Руки вверх в замке шаг в сторону, прогнуться, то же в др. сторону.</p> <p>9. Наклоны туловища в сторону, руки за головой, сгибая в колени то правую, то левую ноги.</p> <p>10. Наклоны туловища вниз, в и.п. прогнуться назад.</p> <p><u>Речевая гимнастика и игровой массаж</u></p>	<p>«Маляры» Е.Лифиц</p> <p>«Дождик»</p> <p>«Дудочка»</p> <p>«Суп для куклы»</p> <p>«Художники» автор Тарабрина Е.В</p> <p>Мальчики и девочки</p> <p>«Веселые хлопки»</p> <p>«Упражнение замок»</p> <p>«Часы»</p> <p>«Лыжник»</p> <p>«Ежик»</p> <p>«Журавль»</p> <p>«Бублики-баранки»</p> <p>«Бабочка»</p> <p>«Замок»</p> <p>«Ветерок и ветер»</p>	4 зан



(разминка)	<p>1. Ходьба по кругу.  2. Ходьба змейкой.  3. Упр-е «Мышки».  4. Упр-е «Медведь»  5. Подскоки.  6. Боковой галоп.  7. Бег змейкой.  8. Построение  в рассыпную.</p> <p><u>Речевая гимнастика</u></p>	<p>внимательным!»  Т. Ломова  «Змейка»  «Упражнение с мячом»  А. Петров  «Медведь»  М. Красев  В. Щербачев  «Казачок»  «Карусели»  «Весело шагаем»  Ж. Бизе  «Ветерок и ветер»  «Лошадка»  Е. Рагульская  «Веселая прогулка»  «Веселые мячики»  М. Сатулина  «Мир похож на цветной луг»  В. Шаинский  «Попрыгунья»</p>	
------------	---	--	--

<p>Основная</p>	<p>1. Поднять руки через стороны, сделать «пружинку», опустить руки вниз.</p> <p>2. Поднимание плеч попеременно: правое, левое, руки опущены.</p> <p>3. Имитация движений – курочка</p> <p>4. Левая рука на поясе, правая в сторону, менять положение рук.</p> <p>5. Поворот головы вправо, влево, пружинистые движения ног.</p> <p>6. Руки согнуты в локтях, параллельно туловищу: два шага в правую сторону, два в левую сторону. И два хлопка</p> <p>7. Поставить левую ногу на носок, повернуть туловище влево, правую ногу на носок-вправо.</p> <p>8. «Имитационные движения кот и мыши</p> <p>9. Наклоны туловища вперед, руки в стороны.</p> <p>10. Махи ногой в стороны, руки перед собой в замке.</p> <p>Движение по кругу с ускорением и замедлением темпа.</p>	<p>«Крошка танцует» В.Ребиков «Веселое движение» «Скок-поскок» Ю.Слонов «Курочка цыплятами» сл.Волгиной «Веселые мячики» «Качели» «Медведи»</p> <p>«Веселые ладошки»</p> <p>«Мышка и кот» «» Г.Фрид «Качание рук с лентами» р.н.м. «Танец кубиками»</p> <p>«Еле-еле закружились карусели» Ю.Степанов</p>	<p>4 зан</p>
-----------------	---	--	--------------

	<p style="text-align: center;"><u>ИГРОТАНЦЫ</u></p> <p>1. Мелкий шаг на носках</p> <p>2. Пружинка с покачиванием вправо влево</p> <p>3. Наклоны туловища</p> <p>4. Танец с игрушками, предметами</p>	<p>«Полька» П. Чайковский</p> <p>«Маленький командир» С. Майкапар</p> <p>«Мелодический вальс» М. Глинка</p> <p>«Танец с игрушками» С. Шнайдер</p> <p>«Тюльпан» Г. Лихнер</p> <p>«Вальс» Е. Дога</p>	4 зан
	<p>1. Упражнение ходьба – стрейчинг-потягивание</p> <p>2. Ходьба змейкой</p> <p>3. Игровое упражнение по показу имитация каких животных видим</p> <p>4. Руки сцеплены в замок</p> <p>5. Прыжки</p> <p>6. Плаваем на лодочке</p> <p>10. Аромат цветов (дыхательное упражнение)</p> <p>8. Перешагивание через мост</p>	<p>«Мальчик гуляет, мальчик зевает»</p> <p>«Змейка»</p> <p>«На дворе мы видим дом» Е. Котышева</p> <p>«Замок» Е. Котышева</p> <p>«Кузнечик»</p> <p>«Гимнаст»</p> <p>«Лодочка»</p> <p>«Падает лист» Е. Вершинина</p> <p>«Цветок» Н. Барсуков</p> <p>«Улитка»</p> <p>«Мост»</p> <p>«Лягушка»</p> <p>«Вьются комарики»</p>	
	<p>1. Отвести ногу в сторону, достать носок, то же с др. ногой.</p> <p>2. Наклоны корпуса в стороны</p>	<p>«Мы гимнасты»</p> <p>«Качели»</p> <p>«Медведи»</p>	4 зан



	<p>3. Ходьба на внешней стороне</p> <p>4. Хлопки различные</p> <p>5. Лёжа на животе достать ногами голову</p> <p>6. Стоя на четвереньках, ноги согнуть в коленях, движение ног в сторону.</p> <p>Акробатические упр-я «</p>	<p>«Веселые ладошки»</p> <p>«Рыбки»</p> <p>«Бег на четвереньках»</p> <p>Берёзка»,</p> <p>«Берёзка наклонилась от ветра»,</p> <p>«Полушпагат»,</p> <p>«Улитка»,</p> <p>«Кольцо»,</p> <p>«Корзинка»,</p> <p>«Мостик».</p>	
Заключительная	<p>Подвижные игры и игровой ассаж</p> <p>Релаксация: «Волны»</p>	<p>«Веселое движение»</p> <p>«скачки »</p> <p>Ю.Слонов</p> <p>«Курочка с цыплятами»</p> <p>сль.Волгиной</p> <p>«маятник »</p> <p>«Качели»</p> <p>«Медведи»</p> <p>«Хлопай , хлопай »</p>	<p>Контрольные 4 занятия</p> <p>12 занятий</p> <p><b>ИТОГО : 36 занятий за период обучения</b></p>

**2 год обучения  
(сентябрь, октябрь, ноябрь).**

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Кол-во занятий
1	2	3	4
Вводная (разминка)	<p><u>ИГРОРИТМИКА</u></p> <p><u>ПОКЛОН</u></p> <p>1. Шаги:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• бытовой,</li> <li>• танцевальный легкий шаг с носка,</li> <li>• на полупальцах,</li> <li>• легкий бег,</li> <li>• шаг с подскоком,</li> </ul>	<p>Татарский бальный</p> <p>Субботея нар т</p> <p>Польский танец</p> <p>Штраус Галоп</p>	4 зан

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• боковой подскок – галоп,</li> <li>• бег легкий с оттягиванием носков;</li> </ul> <p>2. Постановка корпуса 3. Позиции ног: I-я, VI-я 4. Подготовка к изучению позиций рук</p> <p><u>Речевая гимнастика</u></p>	Эпизоды классики	
Основная	<p><u>ИГРОТАНЦЫ</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, строение).</li> <li>• Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка).</li> <li>• Такт.</li> <li>• Творческая задача: поочередное вступление (канон) на 2/4, 3/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.</li> <li>• Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо».</li> <li>• Музыкальный жанр.</li> <li>• Полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)</li> <li>• Игра: «Марш – полька – вальс»</li> <li>•</li> </ul>	<p>Инструментальные композиции: «задорная »</p> <p>«Народный танец»</p> <p>«ФАН ФАН ТАНЕЦ»</p> <p>«Мыши вышли ...»</p> <p>«Полька-бабочка »</p> <p>«Танец горошинки» «Маленькая танцовщица»</p>	4 зан
	<p>Поднять руки вверх, потянуться. Прыжки. Ноги врозь, руки в стороны.</p>	Инструментальная композиция: «Веселые мячики»	4 зан

	<p>Бег вокруг себя вправо, влево с выбрасыванием ног назад.</p> <p>Бег по залу, подскоки (1-2 круга).</p> <p>Ходьба на месте с подниманием рук вверх.</p>	<p>«советская полька»</p> <p>«Веселые движение»</p> <p>«Волна»</p>	
	<p>Упр-я для стоп, потянуть носок правой, левой ступни.</p> <p>Согнуть правую, левую ногу (попеременно).</p> <p>Поднять прямые руки вверх, опустить согнутые в стороны.</p> <p>Упр-е «Качание рук с лентами».</p> <p>Упр-е «Танец с бручами».</p> <p>6.Имитационное упражнение «Балерина»</p> <p>Прыжки</p>	<p>«По дорожке» Е. Лифиц</p> <p>«Клоун плюх»</p> <p>«Мы играем» Е.Лифиц</p> <p>«Самолет»</p> <p>«Ленты»</p> <p>«Обручи »</p> <p>Е.Лифиц</p> <p>«Лягушки»</p>	Контрольные
Заключительная	<p>Релаксация: «Аромат моря ».</p> <p>Подвижные музыкальные игры</p> <p>Игровой массаж</p>	<p>Инструментальная композиция: «Хлоп – раз еще раз»»Кошка и котенок</p> <p>«Дождик»»Облака»</p> <p>«Наперегонки»</p>	ОБЩ КОЛ 12 занятий

(декабрь, январь, февраль).

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Кол-во зан
1	2	3	4

<p>Вводная (разминка)</p>	<p><u>ИГРОИТМИКА</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра», «Колечко», «Ящерица», «Мостик», «Лодка», «Собачка», «Рыбка».</li> <li>2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».</li> <li>3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».</li> <li>4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».</li> </ol>	<p>«Будь внимательным!»          »Мы как звери «          «Упражнение с мячом» А.Петров          «По кругу» М.Красев          «Мельница» Т.Ломова          «Змейка» В.Щербачев</p> <p>Железнова          «Зоопарк »</p>	<p>4 зан</p>
<p>Основная</p>	<p><u>Речевая гимнастика и игровой массаж</u></p> <p><u>Логоритмические попевки на различные звуки (гласны еи согласные )Массаж рук, ног , стоп .</u></p>	<p>«Мы рисуем »          Е.Лифиц          «Дождик»          «Дудочка»</p> <p>«буквы в домике живут »          «Художники»          автор Тарабрина</p>	<p>4 зан</p>

		<p>Е.В</p> <p>Мальчики и девочки -</p> <p>«Веселые хлопки»</p> <p>«Упражнение замок»</p> <p>«Часы</p> <p>«Лыжник»</p> <p>«Ежик»</p> <p>«Журавль»</p>	
	<p><u>ИГРОТАНЦЫ</u></p> <p>1. Упражнения на Укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».</p> <p>2. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».</p> <p>3. Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло», «Каракатица», упражнения с мячом: «Рыбка», «Лягушка», «Кенгуру».</p>	<p>«Казачок»</p> <p>«Карусели»</p> <p>«Танец с зонтиками»</p> <p>«Весело бегаем » Ж.Бизе</p> <p>«Лошадки»</p> <p>«По дорожке в лес»</p> <p>«Проходочка »</p> <p>«Ветерок и ветер»</p> <p>Маленькая танцовщица»</p> <p>А.Гладковский</p> <p>«Танец снеговиков»</p> <p>Г.Гладков</p> <p>«Лошадки»</p> <p>« Танец метелиц» с лентами»</p> <p>«Кукла»</p> <p>«Клоун»</p>	4 зан
Заключительная	Подвижные игры	«Ловишки», «Ищи», Найди свою игрушку»	Контрольные

		«затейники «Дай ка руку другу » «Мы играем» «Ищи » «Маленький командир»	Всего ОБЩ 12 занятий
--	--	---	-------------------------

(март, апрель, май).

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
Вводная (разминка)	<u>ИГРОРИТМИКА</u> . 1. Шаги: <ul style="list-style-type: none"> <li>• танцевальный шаг с носка,</li> <li>• марш,</li> <li>• на полупальцах,</li> <li>• подскоки,</li> <li>• галоп,</li> <li>• шаг польки.</li> </ul> 2. Бег: <ul style="list-style-type: none"> <li>• мелкий на полупальцах,</li> <li>• с высоко поднятыми коленями,</li> <li>• с откидыванием ног назад.</li> </ul> <u>Речевая гимнастика</u>	«Будь ловким !» Т.Ломова «Змейка» «Упражнение с мячом» А.Петров «белые медведи » М.Красев В.Щербачев «Казачок» «Карусели» «бег по кругу» Ж.Бизе «Ветерок и ветер» «Кошечка » Е.Рагульская «Веселая прогулка» «Веселые мячики» М.Сатулина «Мир похож на цветной луг» В.Шаинский «Попрыгунья»	4 зан
Основная	<u>Речевая гимнастика и игровой массаж</u>  <u>Логоритмические</u>		4 зан

	<u>упражнения на различные звуки (гласные и согласные)</u> <u>Массаж туловища , стоп .</u>		
	<p><u>ИГРОТАНЦЫ</u></p> <p>1. Движение по линии танца.</p> <p>2. Рисунок танца "Круг" (рассказ из истории):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• замкнутый круг;</li> <li>• раскрытый круг (полукруг);</li> <li>• круг в круге;</li> <li>• сплетенный круг (корзиночка);</li> <li>• лицом в круг, лицом из круга;</li> <li>• круг парами.</li> </ul> <p>Научить перестраиваться из одного вида в другой.</p> <p>3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);</li> <li>• перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).</li> </ul> <p>4. Понятие «Диагональ»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• перестроение из круга в диагональ;</li> </ul>	<p>«Мыы за руки взялись » «Этюд »</p> <p>«Танец с мячами »</p> <p>«Прыжок-прыжок » Ж.Аугман «Лошадки» «По дорожке в лес» «Проходочка »</p> <p>«Ветерок и ветер» Маленькая танцовщица» А.Гладковский «Танец снежных человечков» Г.Гладков «Лошадки» « Танец с шарфами » с лентами» «Лебеди » «наш любимый цирк»</p>	<p>4 зан</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).</li> <li>5. Рисунок танца «Спираль».</li> <li>• Игра «Клубок ниток».</li> </ul>		
Заключительная	Подвижные игры	1. Игра – танец «Бесконечный». 2. Найди друга 3. Мы по кругу все пойдем	Контрольные          Всего 12 занятий <b>ВСЕГО: 36</b> Занятий в год

**3 год обучения**  
(сентябрь, октябрь, ноябрь).

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Кол-во занятий
1	2	3	4
Вводная (разминка)	<u>ИГРОРИТМИКА</u> 1. <u>Введение в предмет «Русский танец»;</u> 2. <u>Постановка корпуса;</u> 3. <u>Изучение основ русского народного танца:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>работа рук в русском танце;</u></li> <li>• <u>навыки работы с платочком;</u></li> <li>• <u>русский поклон;</u></li> <li>• <u>развитие подвижности стоп на основе</u></li> </ul>	«Народный веселый» «Круовой с платочком»  «На завалинке сидим»  «Танец с гармошкой»	4 зан



	<p><u>элементов «елочка»,</u> <u>«гармошка»,</u> <u>ковырялочка;</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <u>ходы:</u></li> <li>– <u>простой, на полупальцах,</u></li> <li>– <u>боковой, приставной,</u></li> <li>– <u>боковой ход «припадание» по VI позиции,</u></li> <li>– <u>беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.</u></li> <li>● <u>подготовка к «дробям»:</u></li> <li>– <u>притопы,</u></li> <li>– <u>удары полупальцами,</u></li> <li>– <u>удары каблуком;</u></li> <li>● <u>хлопки и хлопушки для мальчиков:</u></li> <li>– <u>одинарные по бедру и голенищу.</u></li> </ul>	<p>«Дробный шаг » «Кадриль » «Как на улице на нашей «</p>	
Основная	<p><u>ИГРОТАНЦЫ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Познакомить детей с историей бального танца.</li> <li>2. Научить основам танца «Полька».</li> <li>3. Разучить основные элементы танца «Вальс».</li> </ol> <p><u>Содержание:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в предмет</li> <li>2. Изучение основ танца «Полька»: <ul style="list-style-type: none"> <li>● подскоки, шаг польки, галоп;</li> <li>● комбинирование изученных элементов;</li> <li>● положения в паре: <ul style="list-style-type: none"> <li>– «лодочка»,</li> </ul> </li> </ul> </li> </ol>	<p>«полочка для Олечки »</p> <p>«Вальс с цветами »</p> <p>Упражнение с объемными цветами</p>	4 зан
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– руки «крест- накрест»,</li> <li>– мальчик держит девочку за талию,</li> </ul>	<p>«простой вальсок»</p>	4 зан

	<p>девочка кладет руки мальчику на плечи.</p> <p>3. Изучение основ танца «Вальс»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• основные элементы: <ul style="list-style-type: none"> <li>– «качели»,</li> <li>– «квадрат»,</li> <li>– «ромб»,</li> <li>– «вальсовая дорожка»,</li> <li>– «перемена»;</li> </ul> </li> <li>• работа в паре: <ul style="list-style-type: none"> <li>– положение рук в паре,</li> <li>– «ромб» в паре,</li> <li>– вращение «звездочка»;</li> </ul> </li> <li>• простые танцевальные комбинации.</li> </ul>	<p>Эпизоды танцев вальс</p> <p>Танцующие пары</p>	<p>Контрольные</p>
Заключительная	<p>Релаксация: «Расслабление».</p> <p>Подвижные музыкальные игры</p> <p>Игровой массаж</p>	Музыка ЭНЬЯ	<p>ОБЩ КОЛ 12 занятий</p>

(декабрь, январь, февраль).

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Кол-во зан
1	2	3	4
Вводная (разминка)	<p><u>ИГРОИТМИКА</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать музыкальное произведение;</li> <li>• выделять сильные и слабые доли;</li> <li>• уметь выделить такт (объяснить понятие);</li> <li>• определять</li> </ul>	<p>«Осенний вальс»</p> <p>«Да здравствует, сюрприз»</p> <p>«Воротца»</p> <p>«Тик-так»</p> <p>«Пингвины»</p> <p>«Спать пора»</p> <p>«Мама»</p> <p>«Лесные сладкоежки»</p>	4 зан

	<p>музыкальный жанр;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• воспроизводить заданный учителем ритмический рисунок;</li> <li>• самостоятельно начинать движение после вступления, менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;</li> </ul>	<p>«Манная каша» «Где водятся волшебники» «Весенняя полька» «Праздничный вальс»</p>	
Основная	<u>Речевая гимнастика и игровой массаж</u>		4 зан
	<p><u>ИГРОТАНЦЫ</u></p> <p>11. Прыжки с касанием бедра. Руки на поясе, в стороны, вверх.</p> <p>12. Прыжки на обеих ногах, руки в стороны.</p> <p>13. Выбрасывание ног в стороны, руки к плечам.</p> <p>14. Бег вперёд, назад, руки за головой.</p> <p>15. Танец в паре</p> <p>16. Прыжки по залу с выбрасыванием ног назад, вперёд, подскоки.</p> <p>7. Упр-е на дыхание</p>	<p>«Паровозик» (этюд) «Мышиная история» «Про зайчат» «Веселая стирка» «мы весело танцуем» «Мы поймали комара»</p>	4 зан
Заключительная	Подвижные игры с музыкальным сопровождением	<p>«Я от тебя убегу» «Слева друг и справа друг»</p>	Контрольные
			Всего ОБЩ 12 занятий

(март, апрель, май).

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
Вводная (разминка)	<p><u>ИГРОРИТМИКА</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по кругу.</li> <li>2. Ходьба змейкой.</li> <li>3. Упр-е «Мышки».</li> <li>4. Упр-е «Медведь»</li> <li>5. Подскоки.</li> <li>6. Боковой галоп.</li> <li>7. Бег змейкой.</li> <li>8. Построение в рассыпную.</li> </ol> <p><u>Речевая гимнастика</u></p>	<p>«Будь внимательным!» Т.Ломова «Змейка» «Упражнение с мячом» А.Петров «Медведь» М.Красев В.Щербачев «Казачок» «Карусели» «Весело шагаем» Ж.Бизе «Ветерок и ветер» «Лошадка» Е.Рагульская «Веселая прогулка» «Веселые мячики» М.Сатулина «Мир похож на цветной луг» В.Шаинский «Попрыгунья»</p>	4 зан
Основная	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поднять руки через стороны, сделать «пружинку», опустить руки вниз.</li> <li>2. Поднимание плеч попеременно: правое, левое, руки опущены.</li> <li>3. Имитация движений – курочка</li> <li>4. Левая рука на поясе, правая в сторону, менять положение рук.</li> <li>5. Поворот головы вправо, влево, пружинистые движения</li> </ol>	<p>«Крошка танцует» В.Ребиков «Веселое движение» «Скок-поскок» Ю.Слонов «Курочка с цыплятами» сл.Волгиной «Веселые мячики» «Полетели» «Слон и моська»</p>	4 зан

	<p>ног.</p> <p>6. Руки согнуты в локтях, параллельно туловищу: два шага в правую сторону, два в левую сторону. И два хлопка</p> <p>7. Поставить левую ногу на носок, повернуть туловище влево, правую ногу на носок-вправо.</p> <p>8. «Имитационные движения кот и мыши</p> <p>9. Наклоны туловища вперед, руки в стороны.</p> <p>10. Махи ногой в стороны, руки перед собой в замке.</p> <p>Движение по кругу с ускорением и замедлением темпа.</p>	<p>«Веселые ладошки»</p> <p>«Мышка и кот» «» Г.Фрид «Качание рук с лентами» р.н.м. «Танец с кубиками»</p> <p>«Еле-еле , закружились карусели» Ю.Степанов</p>	
	<p align="center"><b><u>ИГРОТАНЦЫ</u></b></p> <p>1. Мелкий шаг на носках</p> <p>2. Пружинка с покачиванием вправо влево</p> <p>3. Наклоны туловища</p> <p>4. Танец с игрушками, предметами</p>	<p>«Полька» П.Чайковский «Маленький наездник» С.Майкапар «Мелодический вальс» М.Глинка «Танец с игрушками» С.Шнайдер «Тюльпан» Г.Лихнер «Вальс» Е.Дога</p>	4 зан
	<p>5. Упражнение ходьба – стрейчинг-потягивание</p> <p>6. Ходьба змейкой</p> <p>7. Игровое упражнение по показу имитация</p>	<p>«Человек гуляет, человек зевает» «Змейка» «На дворе мы видим</p>	

	<p>каких животных видим</p> <p>8. Руки сцеплены в замок</p> <p>5.Прыжки</p> <p>6.Плаваем на лодочке</p> <p>17.Аромат цветов(дыхательное упражнение)</p> <p>8.Перешагивание через мост</p>	<p>дом»Е.Котышева «Замок» Е Котышева</p> <p>«Кузнечик» «Гимнаст» «Лодочка» «Падает лист Е.Вершинина «Цветок» Н.Барсуков «Улитка» «Мост» «Лягушка» «Вьются комарики»</p>	
	<p>7. Отвести ногу в сторону, достать носок, то же с др. ногой.</p> <p>8. Наклоны корпуса в стороны</p> <p>9. Ходьба на внешней стороне</p> <p>10.Хлопки различные</p> <p>11.Лёжа на животе достать ногами голову</p> <p>12.Стоя на четвереньках, ноги согнуть в коленях, движение ног в сторону.</p> <p>Акробатические упр-я «</p>	<p>«Цирковое представление »</p> <p>«Качели»</p> <p>«медвежий бал» «Веселые ладошки» «Рыбки» «Бег на четвереньках» Берёзка», «Берёзка наклонилась от ветра», «Полушпагат», «Мы веселые ветерки», «Кольцо», «Корзинка», «Ты дружок и я дружок».</p>	4 зан
Заключительная	<p>Подвижные игры и игровой ассаж</p> <p>Релаксация: «Волны»</p>	<p>«Веселое движение» «Танец с сачком» Ю.Слонов «Птичья стая» сл.Волгиной</p>	Ко44нтрольные 4 занятия

		«маятник » «Качели» «Танцевальный микс » «Хлопай хлопай »	12 занятий  <b>ИТОГО : 36 занятий за период обучения</b>
--	--	--	--

## ДИАГНОСТИКА ПО ПРОГРАММЕ “ИГРОРИТМИКА”

Диагностика- процесс , позволяющий выявить динамику развития музыкально-двигательных способностей ребенка. Может быть организована в процессе специальных занятий , дающих информацию о первоначальном состоянии и дальнейшем развитии качеств воспитанников. Проводится 2 раза в год по состоянию на начало и конец года.

### КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

#### 1.Высокий уровень.

Эмоционально отзывается на музыкальные произведения. С желанием подхватывает предложенную педагогом деятельность

Наличие определенных координационных способностей, двигательно- моторные реакции. Умение соотносить музыку и движение.

В наличии имеются чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.

Навыки выразительности танцевальных движений.

#### 2.Средний уровень-

Эмоциональная отзывчивость , интерес, желание включится в музыкальную деятельность .Однако ребенок затрудняется в выполнении задания .Требуется помощь педагога , дополнительное объяснение, показ, повторы.

### 3.Низкий уровень –

ребенок малоэмоционален, «ровно» -спокойно относится к музыке, музыкальной деятельности, нет активного интереса .Не способен к самостоятельности.

Диагностика проводится в начале года и в конце года .На детей составляется общая диагностическая карта.

### *Схема прилагается.(примерная)*

№п/п	Фамилия , имя ребенка.	Разделы программы					
		Речевая гимнастика		Игротанцы и игротитмика		Пальчиковая Гимнастика и игровой массаж (стрейчинг)	
		Уровень развития и усвоения					
		Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года
1	Савельев Никита	Ср уровень	Выс уровень	Ср уровень	Выс уровень	Выс уровень	Выс уровень
2	Артамонов Антон	Низ уровень	Сред уровень	Сред уровень	Выс уровень	Средний уровень	Высокий уровень
3	Голованова Ксения	Выс уровень	Выс уровень	Сред уровень	Выс уровень	Средний уровень	Высокий уровень
4	Гимадеев Тагир	Низ уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Средний уровень	Средний уровень	Высокий уровень
5	Акбаров Альберт	Ср уровень	Высокий уровень	Ср уровень	Высокий уровень	Ср уровень	Высокий уровень
6	Трухин Семен	Высокий уровень	Высокий уровень	Ср уровень	Высокий уровень	Ср уровень	Высокий уровень
7	Потеева Ангелина	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
8	Сергеева Вера	Низ уровень	Ср уровень	Ср уровень	Высокий уровень	Ср уровень	Высокий уровень



9	Гареев Ильгиз	Ср уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
10	Исламов Карим	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Ср уровень	Высокий уровень

**Раздел : Подвижные игры с музыкальным сопровождением не оцениваются т.к. несут характер эмоциональной разрядки в конце занятия.**

### **Работа с родителями:**

В течении года проводится 1 открытых занятия для родителей.  
май.

По необходимости проводятся индивидуальные консультации.

Некоторые элементы разученные на дополнительных занятиях включены в утренники и концерты.

### **Библиография.**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ
- «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ от 30 августа 2013 года N 1014 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования;

1. «Развитие речи ,движения и мелкой моторики» Е.А.Лифиц, И.В.Лифиц. Айрис-Пресс.Москва 2010 г.
2. «Формирование двигательной сферы детей от 3-7 лет» Н.М.Соломенникова,Т.Н.Машина Из-дательство «Учитель» 2011 г.
3. «Музыка в детском саду» Н.Г.Барсукова,Н.Б.Вершинина, Издательство «Учитель»2011 г.
4. «Занимаемся , празднуем , играем» Т.И.Кандала, О.Е.Семкова Издательство «Учитель» г.Волгоград 2010 г.
5. «Развитие эмоционально-двигательной сферы детей 4-7 лет» Е.В.Михеева Издательство «Учитель» 2012 г.
6. «Развитие музыкально- художественного творчества дошкольников» О.А.Скопинцева Издательство «Учитель»2011 г.
7. «Формирование правильной осанки» Т.Г Анисимова, С.А.Ульянова Издательство «Учитель »2009 г.
8. «Культурно-досуговая деятельность дошкольников» Е.В.Фрицель

Издательство «Учитель» г.Волгоград 2009 г

9. «Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет» М.Ю.Картушина  
Творческий центр Сфера , г.Москва 2012 г.
- 10.С.Н.Худеков Иллюстрированная история танца. М. «Эксмо» -2009г. 1
- 11.С.Н. Худеков. Всеобщая история танца М. «Экало» 2009г. 1
- 12.А.Г.Колесников. Театр балета Ю.Григоровича 2008г. 1

умеровано

страниц (листов)

«Детский сад

да

Г.Р.Мардисламова

