

ПРИНЯТО:

Советом педагогов МАДОУ Д/С 9  
Протокол № 01 от 31.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ Д/С 9  
\_\_\_\_\_ М. В. Котова  
Приказ № 80-од от 31.08.2022 г.

**«Радуга движения-ритмопластика»**  
**Программа дополнительного образования**  
**художественной направленности для детей 3-7 лет**  
**муниципального автономного дошкольного образовательного**  
**учреждения детского сада комбинированного вида №9 «Радуга»**  
**города Белореченска муниципального образования Белореченский район**

Автор-составитель:  
Овчинникова Анастасия Петровна

г. Белореченск  
2022

*«Когда мы воспринимаем ухом ритм и мелодию,  
у нас изменяется душевное настроение»  
Аристотель*

## **Пояснительная записка**

### **Актуальность кружка**

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности и т.д., в зависимости от того, в каком учреждении, в каких условиях и зачем ведется данная работа. На мой взгляд важно, осознав приоритетные цели и задачи в своей деятельности, понимать в чем выражается основной эффект развития.

В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности.

**Ориентация** не только на развитие детей, но и **на совершенствование профессионализма самого педагога** в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы «на себя», «на себя во взаимодействии с детьми» — вот **первая** отличительная особенность данной программы.

**Вторая** особенность — это **использование** в качестве музыкального сопровождения, как правило, **целостных произведений** — в грамзаписи и при непосредственном, «живом» исполнении (а не отрывков по 8, 16 тактов, как это принято в традиционных музыкально-ритмических упражнениях). Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки. Идя от простого к сложному, от детских песен к симфоническим произведениям композиторов-классиков, ребенок постепенно приобщается к миру прекрасного, пропуская как бы «через себя» музыку, сложный мир чувств и образов, обыгрывая своим телом музыкальную ткань произведения, его настроение и содержание и постигая при этом на телесном, зрительном и эмоциональном уровнях специфический язык средств музыкальной выразительности.

**Третья** особенность данной программы — это акцентирование внимания педагогов не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на **анализе тех внутренних процессов**, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это прежде всего сенсорные,

мыслительные, эмоциональные процессы, а также их подвижность. Движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

Другими словами, данная программа **является музыкально-ритмическим психотренингом**, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

Программа студии «Ритмопластика» разработана для занятий с воспитанниками младшего и старшего дошкольного возраста в соответствии с требованиями ФГОС ДО, на основе программ: «Ритмическая мозаика» А. И. Бурениной – С-Пб., 2000, «Танцевальная ритмика для детей» Т.И. Суворова выпуск 4, «Топ-хлоп, малыши!» А. И.Буренина, Т. Н. Сауко – С-Пб., 2001.

#### **Нормативная база для составления программы студии «Ритмопластика»:**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями),
- Закон Краснодарского края от 16 июля 2013 года N 2770-КЗ «Об образовании в Краснодарском крае» (с изменениями и дополнениями).
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении Федерального Государственного Образовательного Стандарта Дошкольного Образования» (ФГОС ДО).
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28).
- Положение о дополнительном образовании в МАДОУ Д/С 11 (кружковой работе).
- 

#### **Программа построена с учётом следующих принципов:**

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику кружка.);
- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок.);
- принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий.);
- игровой принцип (занятие строится на игре.);

- принцип сознательности, активности (сознательное, заинтересованное отношение ребенка к своим действиям.);
- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков.);
- принцип наглядности (практический показ движений.).

**Цель программы:** психологическое раскрепощение ребёнка через освоение своего собственного тела как выразительного («музыкального») инструмента.

### **Задачи программы**

#### *1. Обучающие:*

- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- Формировать умение ориентироваться в пространстве;
- Формировать правильную осанку, красивую походку;
- Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений;
- Тренировать подвижность (лабильность) нервных процессов;

#### *2. Развивающие:*

- Развивать воображение, фантазию;
- Развивать специальные музыкальные способности: музыкальный слух (мелодический, гармонический, тембровый), чувство ритма;
- Развивать музыкальный кругозор и познавательный интерес к искусству звуков;
- Развивать музыкальную память;
- Развивать ловкость, точность, координацию движений;
- Развивать гибкость и пластичность;
- Развивать умение ориентироваться в пространстве;
- Развивать способность к импровизации;
- Развивать эмоциональную сферу и умение выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- Развивать восприятие, внимание, волю, память, мышление.

#### *3. Воспитательные:*

- Воспитывать у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности;
- Создать благоприятные условия для детского творчества в сотрудничестве;
- Воспитывать выносливость;
- Воспитывать умение сопереживать другим людям и животным;
- Воспитывать умение вести себя в группе во время движения;
- Формировать чувство такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

#### *4. Оздоровительные:*

- Способствовать укреплению здоровья детей.

### **Сроки реализации программы.**

Программа предназначена для работы с детьми младшего и старшего дошкольного возраста – младшая, средняя, старшая и подготовительная к школе группы и рассчитана на 4 года обучения.

Занятия в кружке проходят 2 раз в неделю, всего 66 занятий в год.

Продолжительность каждого занятия:

- для детей 3-4 лет – 15 минут,
- для детей 4-5 лет – 20 минут,
- для детей 5-6 лет – 25 минут,
- для детей 6-7 лет – 30 минут.

Отбор детей проводится в соответствии с желанием, индивидуальными особенностями детей и письменным заявлением родителей (законных представителей).

### **Способы и направления поддержки детской инициативы:**

- игра,
- импровизация,
- показ,
- объяснение,
- обсуждение,
- наблюдения,
- музыкально-ритмические игры,

### **Возрастные особенности детей**

Дети **3-4 лет** чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированное сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

**Дети 4-5 лет.** Важнейшим показателем уровня музыкально-ритмического развития ребенка в возрасте **4-5 лет** является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ. При недостаточной координации, ловкости и точности движений (что в этом возрасте встречается довольно часто) выразительность пластики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность. Разнообразие выполняемых движений, соответствие их темпу, ритму, форме музыкального произведения свидетельствуют о высоком уровне музыкального и двигательного развития ребенка.

У детей **5-6 лет** появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Показателем уровня развития детей данного возраста является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

**Дети 6-7 лет.** В возрасте **6-7 лет** ребёнок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений — из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Показателем уровня развития детей 6-7 лет являются:

- 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.

### **Формы и виды контроля.**

Наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Кроме этого результат отслеживается при участии воспитанников в мероприятиях различного уровня: концертах, фестивалях, конкурсах.

### **Предполагаемые результаты реализации программы:**

К концу первого года обучения дети должны:

- **знать** назначение музыкального зала и правила поведения в нем;
- **уметь** ориентироваться в зале, строиться в шеренгу, выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку, хлопать и топтать в такт музыки, в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.), а так же овладевают навыками ритмической ходьбы.

К концу второго года обучения дети должны:

- **знать** о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики и **закрепить** навыки, полученные в первый год обучения;

- **уметь** выполнять простейшие построения и перестроения, исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений второго года под музыку, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

К концу третьего года обучения дети должны:

- **владеть** навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- **уметь** передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.), исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, исполнять движения в характере музыки, сохраняя осанку.

К концу четвёртого года обучения дети должны:

- **знать** настроение и характер музыки, жанровые особенности музыки, виды движений, используемые в процессе музыкально-ритмического исполнения, навыки культурного поведения в процессе группового общения, виды основных движений, используемые для передачи музыкального образа, контрасты и характер музыки, стиль музыкального произведения.
- **уметь** передавать в пластике разнообразный характер музыки, передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, регистр и т.д., самостоятельно находить свое место в зале, исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, самостоятельно начинать и заканчивать движения вместе с музыкой, сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, передавать в пластике музыкальный образ, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом и т.д., сочинять несложные плясовые движения, выразить различные эмоции в мимике и пантомимике.

Участники кружка за два года обучения должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов.

## Содержание студии «Ритмопластика»

### Первый год обучения

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

#### **Основное содержание.**

##### **Вводная часть.**

Знакомство с детьми, проведение инструктажа по правилам безопасного поведения в музыкальном зале и на занятиях хореографического кружка «Каблучок».

##### **«Осень».**

Этот период - один из самых сложных для ребенка, его родителей и педагогов, так как именно в этом возрасте детей чаще всего впервые приводят в детский сад. Адаптация малышей к жизни в группе детей часто проходит очень напряженно, иногда болезненно. Отсюда главная задача музыкально-ритмического воспитания - использование игровых двигательных упражнений как средства эмоционального взаимодействия ребенка и взрослого. В этот период самым необходимым является создание для малышей психологического комфорта. Вызвать у ребенка радостные эмоции, интерес к играм-забавам, музыке, увлечь и занять его значительно важнее, чем обучить каким-либо движениям и умениям. Тем не менее, педагог уделяет внимание развитию следующих навыков:

- Дети осваивают ходьбу и бег как основные, контрастные виды движений (упражнения "Вот как мы умеем", "Ноги и ножки" и др.). Эти упражнения дети выполняют по показу педагога и двигаются по кругу и стайкой.
- Дети учатся передавать простейшие игровые действия (язык жестов) также по показу воспитателя (упражнение «Прятки», «Птичка и Собачка» и др.).
- Дети обучаются ритмично исполнять простейшие танцевальные движения: притопы правой ногой и поочередно каждой, «фонарики» и др. (Пляска "Айда", "Чок да чок", "Маленькая полечка").
- В знакомых упражнениях дети подпевают повторяющиеся слова и звукоподражания («тук-тук», «ля-ля-ля», «баю-баю», «кап-кап» и т. д.).

Повторим еще раз, что в осенний период работы с детьми самое главное - это установление контакта с ребенком и его родителями. Если эта задача будет решена, то последующее обучение будет продвигаться успешно.

Репертуар: Е. Теличеева «Вот как мы умеем», «Маленькая полечка», «Да-да-да!», р.н.п. «Я на горку шла», Т. Ломова «Прятки», «Устали наши ножки», Е. Макшанцева «Чок да чок!», «Погуляем», «Лошадка», «Дождик» В. Агафонников «Ноги и ножки» М. Иорданский «Ладушки-ладошки», н.м. «Ой, летали птички», н.м. «Кап-кап», Н. Метлов «Поезд», р. Рустамов «Идём-прыгаем».

### **«Зима».**

В этот период развитие детей в музыкально-ритмической деятельности происходит более интенсивно: меньше времени тратится на установление контакта, у детей уже вырабатывается своеобразный рефлекс на музыкальный зал и «музыкальную тетю», которая танцует и поет, играет вместе с малышами. Педагог получает возможность больше внимания уделить качеству движения и при этом добивается более четких, ритмичных и уверенных движений.

Ставятся задачи:

- Совершенствовать ходьбу и бег.
- Развивать выразительные образно-игровые движения («Зайцы и Лисичка»).
- Развивать умение передавать ритм мелодии в пляске с погремушками (развитие чувства ритма, ловкости движений).
- Формировать умения исполнять простейшие плясовые движения (пляска под русскую народную мелодию «Ах вы, сени»).
- Вызывать желание подпевать, исполнять вместе с педагогом повторяющиеся слова.

К концу зимы движения детей становятся заметно более уверенными и координированными. Исполнение упражнений по показу педагога отличается слаженностью и синхронностью (чего трудно было добиться в начале года).

Репертуар: Е. Теличеева «Марш», «Ходим-бегаем», А. Филиппенко «Кулачки», «Едем на поезде», Т. Сауко «Повторяй за мной», «Санки», р.н.м. «Ах, вы сени!», «Во поле берёза стояла», Е. Макшанцева «Разминка», «Лодочка», «Весёлые ладошки», б.п.м. «Бульба», Б. Финоровский «Зайчики и лисичка», н.п.м.

### **«Весна».**

В третьем квартале детям предлагаются музыкально-ритмические упражнения, включающие новые, более сложные движения:

- ходьба вперед и пятясь назад («Научились мы ходить»);
- прямой галоп («Лошадка»);
- полуприседание – «пружинка»;
- пляски в парах («Приседай»);
- разнообразные образно-игровые упражнения с предметами (с куклами, с платочками), образно-игровые выразительные движения («Воробушки и Кошка»);
- пляски и упражнения проводятся в различных исходных положениях и построениях (парам, по кругу, в рассыпную, сидя и лежа на ковре), что позволяет разнообразить движения рук и ног.

Задачи музыкально-ритмического воспитания детей по сути те же, что и в предыдущем квартале, однако педагог может немного увеличивать нагрузку на занятиях, предлагая исполнять большее количество упражнений подряд (на 1-2 композиции).

Репертуар: В. Дешёвый «Марш», М. Раухвергер «Лошадка», Е. Макшанцева «Научились мы ходить», «Резвые ножки», «Велосипед», «Пальчики шагают», «Солнышко», р.н.м. «Из-под дуба», «Жили у бабуся», н.н.м., э.н.м., В Кикта «Бойцы идут».

## Второй год обучения

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

### Основное содержание

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

**2. Развитие двигательных качеств и умений:** развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

*Основные:* ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках; бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.); прыжковые движения - на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», подскоки (4-й год жизни).

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

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

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

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

**4. Развитие творческих способностей:** воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку; формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку; развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и сверстниками.

**5. Развитие и тренировка психических процессов:** развитие умения начинать и заканчивать движение вместе с музыкой - развитие слухового внимания, способности координировать слуховые представления и двигательную реакцию; развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике - радость, грусть, страх, и т.д., т.е. контрастные по характеру настроения, например: «Зайчик испугался», «Мишка радуется меду» и др.; тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов — умение изменять движения в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и умеренно медленным), формой (двухчастной) и ритмом музыки; развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления — умение выполнять упражнения 1-го уровня сложности (см. прил. 2) от начала до конца, не отвлекаясь — по показу взрослого или старшего ребенка.

**6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:** воспитание умения чувствовать настроение музыки, понимать состояние образа, переданное в музыкальном произведении, и выражать это в пластике (контрастные эмоции, например, «грустный Чебурашка» - «веселый Чебурашка» и др.); воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место.

Репертуар: М. Старокадомский «Веселые путешественники», «Любитель-рыболов», В. Шаинский «Чебурашка», «Кузнечик», «Белочка», «Белые кораблики», В. Кривцов «Плюшевый медвежонок», З. Левина «Куклы-неваляшки», Б. Савельев «Разноцветная игра», г.п. «Едем к бабушке в деревню», Дж. Уотт «Поросята», Ф. Кулау «Вариации».

### Третий год обучения

**Приоритетные задачи:** развитие гибкости, пластичности, мягкости движений; воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

#### Основное содержание

**1. Развитие музыкальности:** воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх; обогащение слушательского опыта - включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков, (например, из

«Детского альбома» П. Чайковского: «Баба Яга», «Новая кукла», «Марш деревянных солдатиков» или из «Бирюлек» М. Майкапара: «Мотылек», «В садике» и др.); развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое - грустное, шаловливое - спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.); развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый - умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3 - частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями; развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

## **2. Развитие двигательных качеств и умений:**

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

*Основные:* ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках; бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку»); прыжковые движения — на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп — «лошадки», легкие поскоки.

*Общеразвивающие упражнения:* на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений.

*Имитационные движения:* разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения, например, «обида — прощение — радость».

*Плясовые движения:* элементы народных плясок, доступных по координации — например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной ногой, «выбрасывание» ног, полуприседания и полуприсядка для мальчиков и др. Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные).

**3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

**4. Развитие творческих способностей:** воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку; формирование умений исполнять

знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку; развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

**5. Развитие и тренировка психических процессов:** развитие умения **самостоятельно** начинать и заканчивать движение вместе с музыкой — развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию; развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике — радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: «Кошка обиделась», «Девочка удивляется» и др.; тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах; развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи — в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании.

**6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:** воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике; формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения); воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Репертуар: Г. Свиридов «Марш», а.н.п. «Цыплята», В. Шаинский «Чунганга», «Антошка», «Вместе весело шагать», «Все мы делим пополам», А. Рыбников «Красная шапочка», музыка из к/ф «Звуки музыка», Н. Ефремов «Ни кола и ни двора», М. Минков, «Мячик», П. Овсянников «Кукляндия», Д. Кабалевский «Танец Кукол и Мишки», Г. Гладков музыкальная пьеса «Добрая фея».

#### **Четвёртый год обучения**

**Приоритетные задачи:** развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

#### **Основное содержание.**

**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, средний, низкий); 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 и замедлением; бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, 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, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль»).

**4. Развитие творческих способностей:** развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации; формирование умений исполнять знакомые движения в 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», «Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной» и др.

**6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:** воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам (например, радоваться успеху других детей и переживать, если кто-то упал или уронил предмет, головной убор во время движения); 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 — например, если кто-то отдыхает или работает, не танцевать, не проявлять бурно радость, если у кого-то горе и т.д.); воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Репертуар: М. Лягерман мелодия из к/ф «Шербургские зонтики», Е. Дога «Вальс», П. Чайковский «Танец феи Драже», С. Рахманинов «Итальянская полька», Поль Мориа «Звезды в твоих очах», Э. Григ «В пещере горного короля», О. Юдахина «Песенка о разных языках», М. Козлов «Два барана».

**Календарно-тематическое планирование  
студии «Ритмопластика»**

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
	<b>1-ый год обучения</b>	<b>66 ч.</b>		
1.	<b>Вводная часть.</b>	1		
	<b>«Осень»</b>	<b>24 ч.</b>		
2-3.	«Вот как мы умеем»	2		Формирование навыка ритмичной ходьбы, развитие слухового внимания, умения начинать и заканчивать движения под музыку.
4.	«Ладощечка»	1		Повторение предыдущих упражнений. Способствовать установлению теплых, доверительных отношений между воспитателем и ребенком.
5-6.	«Да-да-да»	2		Повторение предыдущих упражнений. Развивать у детей слуховое внимание, координацию движений, чувство ритма.
7.	«Прятки»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает координацию движений, чувство ритма. Способствует повышению эмоционального тонуса, созданию хорошего настроения.
8-9.	«Погуляем»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает чувство ритма, умение выполнять движения в соответствии с музыкой и текстом, формирует навык ходьбы парами под музыку.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
10-11.	«Чок да чок»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение формирует элементарные плясовые навыки у малышей, расширяет их двигательный опыт, развивает умение координировать движения с музыкой.
12.	«Ноги и ножки»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает чувство ритма, формирует основные двигательные навыки - ходьбу и бег.
13.	«Устали наши ножки»	1		Повторение предыдущих упражнений. Выполнение данного упражнения способствует релаксации.
14-15.	«Ладушки-ладошки»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает мелкую моторику, выразительность исполнения имитационных движений, умение координировать движения с музыкой и текстом песни.
16-17.	«Лошадка»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение направлено на развитие эмоций, чувства ритма, координации движений.
18.	«Дождик»	1		Повторение предыдущих упражнений. Игра развивает выразительность движений, обогащает двигательный опыт, умения согласовывать движения с текстом песни и музыкой. В упражнении присутствуют элементы самомассажа, что способствует релаксации.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
19-20.	«Маленькая полечка»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение расширяет двигательный опыт детей, знакомит их с элементарными плясовыми движениями.
21.	«Ой, летали птички»	1		Повторение предыдущих упражнений. Игра развивает способность детей исполнять выразительные движения в соответствии с музыкой и игровым образом.
22.	«Ай-да»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает чувство ритма, умение менять темп движения в соответствии с музыкой.
23.	«Кап-кап»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает мелкую моторику, умения начинать и заканчивать движения вместе с музыкой.
24.	«Поезд»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает чувство ритма, умение координировать движения в соответствии с музыкой и текстом, координацию движений.
25.	«Идем-прыгаем»	1		Повторение предыдущих упражнений. Развитие навыков основных движений под музыку.
	<b>«Зима»</b>	<b>20 ч.</b>		
26.	«Марш»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение на развитие навыка ритмичной ходьбы (умение поднимать ноги, а не шаркать), умения начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
27.	«Кулачки»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает координацию движений рук, умения выразительно выполнять жесты в соответствии с текстом песни.
28.	«Ходим-бегаем»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает навыки основных видов движений: ходьбы и бега, способствует повышению эмоционального тонуса.
29-30.	«Повторяй за мной»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает координацию движений, умение бегать под музыку, прыгать вперед-назад, выполнять движения в соответствии с текстом.
31-32.	«Топ-хлоп»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение на развитие чувства ритма, умения менять движения в соответствии с изменением музыки и текстом. Расширение двигательного опыта.
33-34.	«Веселая пляска»	2		Повторение предыдущих упражнений. Пляска развивает чувство ритма, координацию движений.
35.	«Разминка»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает мелкую моторику, чувство ритма, внимание.
36-37.	«Пляска с погремушками»	2		Повторение предыдущих упражнений. Пляска развивает ловкость, точность, координацию движений, чувство ритма, умение различать контрастные части в музыке.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
38.	«Лодочка»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение на развитие чувства ритма, координации движений, выразительности пластики.
39.	«Зайчики и лисичка»	1		Повторение предыдущих упражнений. Игра способствует развитию эмоций, выразительности движений.
40.	«Санки»	1		Повторение предыдущих упражнений. Игра направлена на развитие выразительности движений, способности координировать движения с музыкой и текстом, развитие внимания.
41-42.	«Спокойная пляска»	2		Повторение предыдущих упражнений. Пляска развивает динамический слух, чувство ритма, координацию движений, слуховое внимание.
43-44.	«Едем на поезде»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает чувство ритма, координацию движений.
45.	«Веселые ладошки»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение на развитие координации движений в соответствии с темпом музыки.
	<b>«Весна»</b>	<b>21 ч.</b>		
46.	«Марш»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает навык ходьбы под музыку, умение начинать и заканчивать движение с началом и концом ее звучания.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
47-48.	«Лошадка»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение расширяет двигательный опыт: дети осваивают движение прямым галопом, "высокий" шаг.
49-50.	«Научились мы ходить»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает навык ходьбы вперед и назад, воспитывает чувство ритма.
51-52.	«Резвые ножки»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение способствует развитию умения легко, ритмично прыгать на одной и двух ногах.
53.	«Пальчики шагают»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение способствует развитию мелкой моторики, чувства ритма.
54-55.	«Русская»	2		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает координацию движений, чувство ритма, формирует навыки исполнения элементарных плясовых движений.
56.	«Велосипед»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение на развитие координации движений в соответствии с темпом музыки.
57.	«Тихо-тихо мы сидим»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение на развитие координации движений в соответствии с темпом музыки.
58-59.	«Пляска с куклами»	2		Повторение предыдущих упражнений. Пляска способствует развитию точности, ловкости, выразительности движений.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
60-61.	«Полька»	2		Повторение предыдущих упражнений. Пляска развивает умения выполнять движения в парах, расширяет двигательный опыт, обогащает эмоциональные переживания детей.
62.	«Солнышко»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает медленные, плавные движения, способствующие вытягиванию позвоночника, формированию правильной осанки. Развивает чувство ритма, обогащает двигательный опыт
63.	«Пляска с платочками»	1		Повторение предыдущих упражнений. Пляска развивает мелкую моторику, музыкальный слух, расширяет двигательный опыт детей.
64.	«Приседай»- парная пляска	1		Повторение предыдущих упражнений. Пляска развивает чувство ритма, координацию, умение менять движения в соответствии со сменой частей музыки.
65.	«Игра с бубном»	1		Повторение предыдущих упражнений. Игра развивает внимание, терпение (волю), умения согласовывать движения с текстом и музыкой.
66.	«Летняя»	1		Повторение предыдущих упражнений. Упражнение развивает выразительность и координацию движений.
	<b>2-ый год обучения</b>	<b>66 ч.</b>		
1.	Вводное занятие.	1		Закрепление правил безопасного поведения в музыкальном зале и на занятиях в студии «Ритмопластика». Повторение пройденного материала.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
2-6.	«Веселые путешественники»	5		Повторение изученных упражнений. Развитие координации движений рук и ног в процессе ходьбы, быстроты реакции, умения сочетать движения с музыкой и словом.
7-12.	«Рыбачок»	6		Повторение изученных упражнений. Развитие координации, точности движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песни в движениях.
13-16.	«Чебурашка»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие выразительности пластики, точности и ловкости движений, музыкального слуха.
17-20.	«Плюшевый медвежонок»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, выразительности движений, воображения.
21-25.	«Куклы-неваляшки»	5		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, выразительности, точности и координации движений.
26-30.	«Разноцветная игра»	5		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкального слуха, быстроты реакции, памяти, выразительности движений.
31-34.	«Кузнечик»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие координации движений, чувства ритма, образного восприятия музыки.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
35-38.	«Белочка»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие мягкости, плавности движения рук, формирование навыка пружинить ногами во время маховых движений руками; развитие музыкального слуха, выразительной пластики, воображения.
39-43.	«Едем к бабушке в деревню»	5		Повторение изученных упражнений. Развитие точности и ловкости движений, формирование навыка пружинящей ходьбы, умения координировать движения с музыкой, воспитание творческого воображения.
44-47.	«Лошадки»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, координации движений, чувства равновесия, выразительности пластики, умения перестраиваться в пространстве (в круг – в рассыпную).
48-51.	«Поросята»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие координации движений, чувства ритма, образного восприятия музыки.
52-55.	«Игра «Птички и Ворона»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, выразительности движений, способности к импровизации, воображения и фантазии.
56-61.	«Маленький танец»	6		Повторение изученных упражнений. Развитие способностей работы с атрибутикой.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
62-66.	«Белые кораблики»	5		Повторение изученных упражнений. Развитие мягкости, плавности движений рук, музыкальности и выразительности движений.
	<b>3-ый год обучения</b>	<b>66 ч.</b>		
1.	Вводное занятие.	1		Закрепление правил безопасного поведения в музыкальном зале и на занятиях в студии «Ритмопластика». Повторение пройденного материала.
2-4.	«Марш»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие координации движений рук, ног в процессе ходьбы, развитие ритмического слуха (чувства сильной доли), ловкости и точности движений
5-8.	«Цыплята»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой
9-12.	«Чунга-чанга»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие точности, ловкости, координации движений, быстроты реакции, чувства ритма, способности к импровизации
13-16.	«Красная шапочка»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие умения переносить вес тела с ноги на ногу, творческого воображения, внимания и памяти.
17-19.	Игра «Козочки и Волк»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие творческого воображения, выразительности движений.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
20-22.	«Кот Леопольд»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие выразительности движений, творческого воображения, чувства ритма, координации движений, памяти и внимания.
23-25.	«Три поросенка»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие координации, выразительности движений, внимания, умения быстро переключаться от одного движения к другому, способности к импровизации.
26-28.	«Антошка»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие выразительности движений, творческого воображения, чувства ритма, координации движений, памяти и внимания, быстроты реакции.
29-31.	«Вместе весело шагать»	3		Повторение изученных упражнений. Формирование навыков ходьбы, исполнения ритмичных подскоков, развитие чувства ритма, координации движений.
32-34.	«Мячик»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, формирование навыков кружения на месте на поскоках, развития координации, точности и ловкости движений, памяти и внимания, способности к импровизации. Тренировка подвижности нервных процессов, умения сочетать движения с музыкой в быстром темпе.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
35-37.	«Кукляндия»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие выразительности движений, творческого воображения, способности к импровизации, а также подвижности нервных процессов (быстроты реакции), координации движений.
38-41.	«Танец Кукол и Мишки»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие выразительности пластики, творческого воображения, чувства ритма, ловкости и координации движений, памяти, внимания, быстроты реакции, освоение шага «с каблучка».
42-44.	«Полька»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, быстроты реакции, умения быстро перестраиваться в пространстве.
45-47.	«Танцуйте сидя»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие координации движений, чувства ритма, произвольного внимания, способности к импровизации.
48-51.	«Упражнения с цветами»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, способности к импровизации, мягкости, плавности движений.
52-54.	«Кошка и девочка»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие творческого воображения, способности к импровизации.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
55-57.	«Веселая пастушка»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие координации, слухового восприятия и движений, создание положительной атмосферы, воспитание ласкового, теплого отношения друг к другу.
58-60.	«Все мы делим пополам»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкального слуха, внимания, умения ориентироваться «на себя» и «от себя».
61-63.	Танец-игра «Найди себе пару»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, ориентировки в пространстве, коммуникативных навыков, способности к импровизации.
64-66.	«Песенка о лете»	3		Развитие способности к импровизации под музыку, координации движений. Освоение шага «с каблучка», бега.
	<b>4-ый год обучения</b>	<b>62 ч.</b>		
1.	Вводное занятие.	1		Закрепление правил безопасного поведения в музыкальном зале и на занятиях в студии «Ритмопластика». Повторение пройденного материала.
2-5.	«Упражнение с осенними листьями»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, способности к импровизации.
6-8.	«Осенний парк»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, пластичности и выразительности движений рук.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
9-12.	«Птичка польку танцевала»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, координации движений, выразительной пластики, быстроты реакции.
13-15.	«Игра с мячом»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, ловкости, точности движений, быстроты реакции, внимания, памяти.
16-19.	«Танец колокольчиков»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, танцевальности.
20-22.	«Какадурчик»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие танцевальности, артистизма.
23-26.	«Полонез»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, выразительности движений, познакомить детей с жанром старинных бальных танцев, освоить шаг полонеза и характерные для этого танца перестроения.
27-30.	«Старинная полька»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, выразительности движений, танцевальности.
31-33.	«Танец мотыльков»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, выразительности движений, танцевальности.
34-37.	«Лирический танец»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, пластичности, мягкости движений, образного мышления, памяти и внимания.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
38-40.	«Танец Троллей»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, выразительности движений. Фантазии и воображения, способности к импровизации.
41-44.	«Танец тройками»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, способности чувствовать музыкальную форму, а также образного мышления.
45-47.	«Дети и природа»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие музыкальности, творческого воображения, выразительной пластики, способности к импровизации.
48-51.	«Парный танец»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, координации движений, внимания и памяти.
52-55.	«Полкис»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие чувства ритма, ловкости и точности движений, быстроты реакции, внимания и памяти.
56-59.	«Сиртаки»	4		Повторение изученных упражнений. Развитие внимания, памяти, чувства ритма, координации движений.
60-62.	«Два барана»	3		Повторение изученных упражнений. Развитие внимания, творческого воображения. Способности к импровизации, а также чувства юмора.

## Методические рекомендации

В процессе реализации поставленных задач педагог сталкивается с проблемой выбора методов и форм развития ребенка, обеспечения максимально комфортных условий для занятий с детьми и, в то же время, поиска наиболее эффективных способов достижения результатов. Как научить детей тонко воспринимать музыку, выполнять разнообразные двигательные упражнения, свободно импровизировать, выражая в пластике музыкальный образ?

В своей системе работы, я условно выделяю три этапа.

На 1-м этапе (начало использования в работе с детьми музыкально-ритмических композиций) мы опираемся на способность детей к подражанию, которая ярко выражена в дошкольном возрасте. Подражая взрослому, ребенок осваивает разнообразные виды движений и постепенно начинает использовать их в самостоятельной деятельности (в играх, танцевальных импровизациях). В основе 1-го этапа обучения — подражание детей образцу исполнения движений педагогом в процессе совместной деятельности. "Вовлекающий показ" (выражение С. Д. Рудневой) помогает детям освоить достаточно сложные двигательные упражнения. Совместное исполнение движений способствует созданию общего приподнятого настроения, единое ритмичное дыхание под музыку регулирует психофизиологические процессы, максимально концентрирует внимание. На таких групповых занятиях ритмикой на занимающихся оказывается как бы гипнотическое воздействие, сила которого зависит от музыки и от того, насколько выразителен артистичен показ педагога. Показ должен быть "опережающим", то есть на доли секунды движения опережают музыку. Это необходимо для того, чтобы дети успели "перевести" зрительное восприятие в двигательную реакцию. Другими словами, необходимо, время для отражения зрительных сигналов, и тогда мышечные ощущения точно совпадут со звучанием музыки. Если такого опережения в показе не происходит, то движения детей (отражающие показ педагога) все время чуть-чуть запаздывают по отношению к музыке, что затрудняет формирование музыкально-ритмических навыков. Есть еще одна особенность такого показа — он должен быть в "зеркальном" отражении, поскольку дети повторяют все движения автоматически. В процессе подражания у детей легче формируются разнообразные двигательные навыки и умения. Благодаря "вовлекающему показу" дети справляются с такими упражнениями, которые они не могли бы выполнить самостоятельно или при фрагментарном показе со словесными объяснениями. Однако степень сложности двигательных упражнений, которые дети могут выполнить в процессе подражания, не безгранична. Чтобы ее определить, педагог должен определить "ближайшую зону" развития ребенка (по Л.С.Выготскому), что позволяет предвидеть последующую ступеньку в его развитии. Процессе совместного исполнения важно дать детям почувствовать свои возможности и закрепить их в сознании. При последующих повторениях движения уточняются, запоминаются и автоматизируются. Конечно, у детей это происходит по-разному — у кого-то быстрее и легче, а у кого-то медленнее, с каким-то своеобразием. Важно, чтобы педагог не делал никаких замечаний (на этом этапе работы), не фиксировал внимание детей на том, что у них

что-то не получается, и тогда постепенно сложные элементы упражнений, повторяющиеся в различных композициях, будут освоены.

2-й этап обучения (после того, как дети уже приобрели некоторый опыт в исполнении по показу и запомнили несколько композиций) способствует развитию у детей умений самостоятельно исполнять выученные ранее упражнения, композиции в целом и отдельные движения. Происходит это постепенно, как бы незаметно для занимающихся. Педагог время от времени прекращает показ в процессе совместного исполнения и предлагает детям продолжать исполнять движения самостоятельно. Это очень важный момент, так как в случае исполнения только по показу у детей не тренируется произвольное внимание, память, воля. Постепенно детям предлагается исполнить всю композицию самостоятельно от начала до конца (иногда можно подсказывать некоторыми жестами). На этом этапе используются следующие приемы:

- показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога — по очереди или по желанию);
- показ упражнения условными жестами, мимикой;
- словесные указания;
- "провокации", то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей и побуждения к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку.

Не все композиции следует выучивать с детьми до уровня самостоятельного исполнения по памяти. Наша задача — накопить двигательный опыт, сформировать навыки и умения, а для этого нужно много двигаться (чтобы добиться автоматизма, то есть навыка), и этот этап работы мы рассматриваем как интенсивный тренинг. Однако некоторые композиции, удобные для включения в развлечения, утренники, игры-драматизации (эффектные, "зрелищные") можно выучить с детьми с целью последующего выступления (к ним, например, относятся: "Волшебный цветок", "Белочка", "Упражнение с обручами" и др.). В этом случае ведется более тщательная работа над качеством исполнения, так как у детей важно воспитывать чувство красоты, культуры движения, стремление все делать с полной отдачей сил. Таким образом, параллельно присутствуют два уровня в работе над композициями: "тренинг", исполнение по показу (без тщательной отработки движений) и подведение детей к самостоятельности, выразительности исполнения движений (на отдельных композициях, доступных индивидуальным возможностям детей) с целью воспитания и развития личности ребенка. Самостоятельное исполнение упражнения говорит о сформированности двигательных навыков, является показателем результата обучения и показывает уровень развития важнейших психических процессов — воли, произвольного внимания, музыкальной и двигательной памяти.

3-й этап работы подведение детей к творческой интерпретации музыкального произведения, развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно подбирать и комбинировать знакомые движения и придумывать собственные, оригинальные упражнения. Реализация этих задач наиболее важна в данной программе, так как именно в развитии творчества, способности к импровизации концентрируется основная идея

— владение собственным телом, тонкость музыкального восприятия, нестандартность мышления, психологическая свобода.

Итак, резюмируя сказанное, подчеркнем, что импровизация как у детей, так и у взрослых возможна только на базе развития музыкального слуха, творческого воображения, а также на основе свободного владения своим телом, то есть тогда, когда движения автоматизированы и не отвлекают внимания на технику их исполнения. Также считал и Жак Далькроз: «Когда все, что касается ритма и техники, перейдет в категорию автоматического, — все внимание освободится для передачи облеченного в ритм и звуки чувства». Поэтому, если мы хотим достичь действительно художественной, а не примитивной интерпретации музыкальных произведений в пластике, необходима большая и скрупулезная работа над двигательными навыками. Но сам процесс этой технической работы также должен быть привлекательным, игровым и творческим. И тогда дети будут развиваться, обучаться движениям легко и непринужденно, незаметно для себя осваивая разнообразные и сложные двигательные комбинации. А это в свою очередь будет стимулировать их общее развитие.

### **Техника безопасности.**

Во избежание несчастных случаев дети должны приходить на занятие и уходить обратно только в сопровождении руководителя.

*Без разрешения взрослых дети не должны:*

- Пользоваться музыкально-спортивным инвентарем. При использовании его на занятиях дети не должны бросать его на пол, наступать на него, а также бросать его в окна!
- Бросать стульчики на пол, прыгать на них и с них, вставать ногами. Сидя на стульчике, раскачиваться на нем, а также вытягивать вперед ноги, чтобы другие дети не споткнулись.
- Если стульчик оказался ломаным — указать на него руководителю.
- Прыгать и передвигать тяжелые предметы в зале (скамейки, столы, кубы).
- Трогать мультимедийное оборудование.

В упражнениях, плясках, играх, хороводах дети не должны: бегать навстречу друг другу, сталкиваться, толкать друг друга и хвататься за одежду, подставлять подножки. Если во время исполнения движений под музыку (бег, прыжки, подскоки) случайно падает предмет, который ребенок держал в руках - не останавливаться и не поднимать его до конца движения, чтобы не создавать помех другим детям.

### **Работа с родителями.**

Беседа с родителями о необходимости наличия тренировочной формы (шорты, футболка, носки, чешки) для детей.

Консультация для родителей на тему: «Всестороннее развитие ребенка средствами музыки и ритмических движений».

Индивидуальные беседы с родителями по возникающим у них вопросам.

Анкетирование родителей, с целью улучшения реализации программы студии «Ритмопластика».

**Описание материально - технического обеспечения деятельности  
студии «Ритмопластика»**

<b>Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения</b>	<b>Количество</b>
<b>1.Методическая литература</b>	
А.И. Буренина «Ритмическая мозаика». Санкт-Петербург, 2000; Т.И. Суворова «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 4 А.И. Буренина, Т.Н. Сауко «Топ-хлоп, малыши!». Санкт-Петербург, 2001. <a href="https://stavsad164.ru/wp-content/uploads/sites/31/2016/05/%D0%91%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%D0%A0%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F-%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0.pdf">https://stavsad164.ru/wp-content/uploads/sites/31/2016/05/%D0%91%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%D0%A0%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F-%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0.pdf</a>	
<b>2. Технические средства обучения</b>	
Мультимедийное оборудование	1
Компьютер	1
Колонки	2
<b>3. Экранно-звуковые пособия</b>	
Музыкальная подборка произведений: П. И. Чайковского, М. П. Мусоргского, Е. Дога, Д. Шостаковича, Д. Кабалевского, К. Сен – Санса.	
<b>4. Оборудование</b>	
Реквизит для танцев: - ленты; - веточки с осенними листочками; - коврики; - кастаньеты; - снежинки. Зеркало Стульчики	

Анкета «Удовлетворенность услугами дополнительного образования студии  
«Ритмопластика»

**Уважаемые родители!**

Приглашаем вас принять участие в анкетировании «Удовлетворенность услугами дополнительного образования хореографический кружок «Каблучок»

**Цель:** оценить уровень удовлетворенности предоставляемых услуг дополнительного образования с детьми лет, при.

**Подчеркните выбранный Вами вариант ответа.**

1. Удовлетворены ли Вы качеством предоставляемых дополнительных услуг вашего ребенка?

- да;
- нет;
- в какой то степени.

2. С большим ли интересом ваш ребёнок идёт в объединение дополнительного образования хореографический кружок «Каблучок»

- всегда;
- нет;
- иногда.

3. Созданы ли условия для успешности Вашего ребёнка?

- да;
- нет;
- в какой то степени.

4. В объединение дополнительного образования хореографический кружок «Каблучок» всегда хорошие отношения меду сверстниками и педагогом?

- всегда;
- нет;
- иногда.

5. Считаете ли Вы, что знания, умения и навыки, которые получает Ваш ребёнок, имеет значение для успешного обучения в школе?

- да;
- нет;
- в какой то степени.

**Спасибо за участие!**

