

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида № 325 «Незабудка»  
городского округа Самара

443028 г. Самара, пос. Мехзавод, квартал 10, д. 21-А

тел/факс: (846) 957-29-09, 957-31-96

E-mail: doo325@samara.edu.ru Сайт: www.детсад325.рф

«ПРИНЯТА»

На педагогическом совете  
МБДОУ «Детский сад № 325  
«Незабудка» г.о. Самара  
Протокол № 4 от «27» мая 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ «Детский  
№ 325 «Незабудка» г.о. Самара  
Леухина Л.А.  
Приказ № 61 – од от «27» мая 2022 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа «Весёлая ритмика»**

*Художественная направленность*

*Возраст детей: 3 - 5 лет  
Срок реализации: 9 месяцев*

Разработчик: инструктор по ФК  
Берестина Екатерина Валерьевна

г. Самара, 2022 г.

## Оглавление

Пояснительная записка	3
Цель и задачи программы «Весёлая ритмика»	4
Возрастные особенности детей от 3 до 5 лет	5
Планируемые результаты освоения программы	6
Содержание программы	8
Учебно – тематический план	12
Календарно – тематическое планирование	13
Оценка планируемых результатов освоения программы	19
Учебно – методическое обеспечение	20
Список литературы	20
Приложение	21

## Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования «Веселая ритмика», для детей 3-5 лет разработана в соответствии с ФГОС дошкольного образования, основана на:

- Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина. «Раз - ступенька, два - ступенька»;
- Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Са-фи-дансе» танцевально-игровая гимнастика для детей.

Эта программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста. Разнообразие композиций по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений, позволяют использовать их в любых формах организации работы с детьми (от утренней зарядки и физкультуры до праздничных утренников). Органическое соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребенка, делают его поведение естественным и привлекательным.

При решении образовательных задач важно учитывать общедидактические и специфические принципы.

### ***Общедидактические принципы:***

1. *Принцип систематичности* обуславливает непрерывность, регулярности и планомерность образовательного процесса, определенного для развития двигательных навыков;
2. *Принцип сознательности и активности* реализуется в формировании мотивации к ритмическим занятиям, представлений о развитии какого-либо двигательного качества, интереса к предлагаемым видам деятельности;
3. *Принцип наглядности* обеспечивает тесную взаимосвязь всех систем организма;
4. *Принцип доступности и индивидуальности* предусматривает учет возрастных, физиологических особенностей, характера. Действие этого принципа строится на преимуществах двигательных, музыкальных и речевых заданий;
5. *Принцип постепенного повышения требований* предполагает постепенный переход от более простых к более сложным заданиям по мере овладения и закрепления навыков;

### ***Специфические принципы:***

1. *Принцип единства развития и оценки индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики;*
2. *Принцип полифункционального подхода* предусматривает одновременное решение нескольких задач в структуре одного занятия по ритмике;
3. *Личностно-деятельностный принцип* лежит в основе разработки системы ритмических упражнений и заданий, обеспечивающий воспитание положительных личностных качеств детей;
4. *Принцип реализации коммуникативного намерения* предполагает активную деятельность детей, создание ситуации общения;
5. *Принцип закономерности развития при формировании и психофизического механизма воздействия занятий ритмикой на организм ребенка.*

### **Цель и задачи программы «Весёлая ритмика»**

*Основной целью* программы «Весёлая ритмика» является содействие всестороннему развитию ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка. И, как известно, чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности. И, возможно, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки.

Исходя из целей программы, предусматривается решение следующих основных задач для детей дошкольного возраста.

#### *1. Укрепление здоровья:*

- ✓ способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- ✓ формировать правильную осанку;
- ✓ содействовать профилактике плоскостопия;
- ✓ содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращению, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.

#### *2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:*

- ✓ развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;
- ✓ содействовать развитию чувства ритма музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- ✓ формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев; развивать ручную умелость и мелкую моторику.

*3. Развитие творческих и созидательных способностей занимающихся:*

- ✓ развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- ✓ формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- ✓ воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощения творчества в движениях;
- ✓ развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

*Сроки реализации программы.* Программа рассчитана на один год обучения и рекомендуется для занятий детей с 3 до 5 лет.

*Режим занятий.* Программа танцевального объединения предполагает проведение занятий 2 раз в неделю. Исходя из календарного года (с 1 сентября по 31 мая) количество часов, отведенных для занятий танцевального объединения 68 ч. Занятия длятся 30 мин.

*Наполняемость группы:* 12-15 человек.

*Категория детей:* без хореографической подготовки. Физически здоровые.

### **Возрастные особенности детей от 3 до 5 лет**

Данный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В этот период повышается активность ребёнка, усиливается её целенаправленность; более разнообразными и координированными становятся движения.

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

Ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;

- проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку;
- эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);
- узнает знакомые мелодии;
- двигается в соответствии с характером музыки, начинает движение с первыми звуками музыки;
- умеет выполнять движения: притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук;
- проявляет активность при подпевании и пении, выполнении простейших танцевальных движений.

### **Планируемые результаты освоения программы (3-5 года)**

*Специальные упражнения для согласования движений с музыкой.*

Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко – тихо». Выполнение упражнений под музыку.

*Строевые упражнения.*

Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение в рассыпную, бег в рассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.

*Общеразвивающие упражнения.*

Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприседание, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений. Упражнения с погремушками, султанчиками (хлопками).

*Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.*

Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положение рук, ног. Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнение на осанку, стоя спиной к опоре. Имитационные, образные упражнения.

*Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.*

Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положение рук, ног. Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре. Имитационные, образные упражнения.

*Акробатические упражнения.*

Группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках. Перекаты в положении лежа, руки вверх и в седе на пятках с опорой на предплечья. Равновесия на носках с опорой и без нее. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

*Хореографические упражнения.*

Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений.

*Танцевальные шаги.*

Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов.

*Ритмические танцы.*

«Хоровод», «Мы пойдем сначала вправо», «Танец сидя», «Галоп шестерками» (на приставном шаге), «Если весело живется делай так», «Танец утят», «Лавота», «Кузнечик».

*Танцевально-ритмическая гимнастика.*

Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

*Пальчиковая гимнастика.*

Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: сгибание и разгибание, приведение и отведение, противопоставление пальцев рук при работе двумя руками и одной рукой. Игры-потешки. Выполнение фигурок из пальцев.

*Игровой самомассаж.*

Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме.

*Музыкально-подвижные игры.*

«Отгадай чей голосок», «Найди свое место», «Нитка – иголка», «Попрыгунчики-воробышки», «Мы – веселые ребята», «Совушка», «Цапля и лягушки», «У медведя во бору», «Водяной».

Музыкально-подвижные игры по ритмике. Подвижные и образные игры для строевых и общеразвивающих упражнений.

*Игры-путешествия.*

«На лесной опушке», «Путешествие по станциям», «Путешествие в морское царство – подводное государство», «В гости к Чебурашке», «Поход в зоопарк», «Конкурс танца».

*Креативная гимнастика.*

Музыкально-творческие игры «Кто я?», «Море волнуется». Специальные задания «Создай образ», «Импровизация под песню».

Современность и актуальность программы «Веселая ритмика» в том, что музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и физические 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.

Другими словами, программа «Веселая ритмика», нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания.

## **Содержание программы**

В программе «Весёлая ритмика» основными разделами физического, музыкального и эстетического воспитания детей являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика. Объединяет их игровой метод проведения занятий. Так, в танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями.



Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания.

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

*2.Игрогимнастика* служит основой освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых в дальнейшей работе по программе «Веселая ритмика». В раздел входят строевые, общеразвивающие, упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

*3.Игротанцы* направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.

*4.Танцевально ритмическая гимнастика* включает в себя образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

*5.Игροгимнастика* основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы гимнастических движений и управления стретчинга, выполняемые в игровой и сюжетной 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.

6. *Пальчиковая гимнастика* в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

7. *Игровой самомассаж* является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

8. *Музыкально-подвижные игры* содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике.

9. *Игры-путешествия* (или сюжетные занятия) включают все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побыть, где захочешь и увидеть, что пожелаешь.

10. *Креативная гимнастика* предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

11. *Постановочно – репетиционная* работа предусматривает постановку танцевальных номеров и выступление с ними на мероприятиях, утренниках ДОУ.

*Игровой метод* придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

**Основными формами** проведения занятий по ритмике являются: индивидуальные, парные, групповые и подгрупповые чередования

- ✓ *Индивидуальная* – самостоятельное выполнение заданий;
- ✓ *Групповая*–предполагает наличие системы «педагог-группа воспитанник»;
- ✓ *Парная* – может быть представлена постоянными и сменными парами;
- ✓ *Подгрупповая*–концертная деятельность (выступление с танцевальными номерами).

*Занятия по типу* идут комбинированные, теоретические, практические, диагностические, репетиционные.

*Средства обучения:* аудиозапись, наглядный показ.

*Современные образовательные технологии:* игровые методы, обучение в сотрудничестве (групповая, командная работа), здоровьесберегающие технологии.

### Учебный и учебно – тематический план

Общее количество образовательных занятий в год	Кол-во образ. занятий в неделю	Продол-сть занятия	Форма организации образ. процесса
68 часа	2	30 минут	Подгрупповая

№	Тема	Теория	Практика	Всего	Форма аттестации (контроля)
1	Игроритмика		4	4	
2	Игрогимнастика		4	4	
3	Игротанцы		10	10	
4	Танцевально-ритмическая гимнастика		10	10	
5	Игропластика		6	6	
6	Пальчиковая гимнастика	1	1	2	
7	Игровой самомассаж	1	1	2	
8	Музыкально-подвижные игры		6	6	
9	Игры-путешествия	1	9	10	

10	Креативная гимнастика		4	4	
11	Постановочно – репетиционная работа		10	10	Выступление на мероприятиях, утренниках, открытое занятие
	Итого	3	65	68	

## Комплексно-тематическое планирование

Организованная образовательная деятельность		Методическое обеспечение	Реализация тем в ходе режимных моментов и свободной деятельности
Тема	Программные задачи		
Игроритмика	Построение в шеренгу, колонну по команде. Хлопки в такт музыки. Шаг с носка, на носках.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №2 (с.35)	Муз.подв. игра «Найди свое место»
	Передвижение в сцеплении за руки. Построение врассыпную. Основные движения туловищем и головой. Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №4 (с.36)	Муз.подв. игра «Нитка-иголка»
	Построение в круг и передвижение по кругу. Полуприсед, упоры: присев, лежа на согнутых руках, стоя на коленях; положение лежа. Группировка. Сед ноги врозь, сед на пятках. Поднимание рук на вдохе, свободное опускание рук на выдохе.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №6 (с.36)	Муз.подв. игра «Гусеница»
	Ходьба сидя на стуле. Комплекс общеразвивающих упражнений под музыку. Подъемы на носки, держась за опору. Полуприсед на одной ноге другую – вперед на пятку. Натяжение и расслабление рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, сидя, стоя	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №8 (с.38)	Муз.подв. игра «Гусеница»

Игрогимнастика	Построение в шеренгу, в круг. Передвижение по кругу в различных направлениях. Бег врассыпную. Стойка руки на пояс и за спину. Пружинные полуприседы. Потряхивание кистями рук. Т-ц «Танец сидя»	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №10 (с.39)	Муз.подв. игра «Найди свое место» Т-ц «Танец сидя».
	Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.Перекаты в положении лежа, руки вверх и в седее на пятках с опорой на предплечья. Свободные плавные движения руками. Приставной шаг в сторону.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №11 (с.40)	Муз.подв. игра «Цапли и лягушки», Т-ц «Танец сидя».
	Ритм.т-ц «Кузнечик».Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №13 (с.41)	Игра «Цапли и лягушки» Т-ц «Танец сидя».
	Приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле.т-ритм. г-ка «У оленя дом большой».	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №15 (с.42)	Муз.подв. игра «Гусеница», т-ритм. г-ка «У оленя дом большой».
Игротанцы	Построение в круг, передвижение по кругу за педагогом. Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Свободные, плавные движения руками. Имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», «столбик»).	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №17 (с.43)	Игра «У медведя во бору», т-ритм. г-ка «У оленя дом большой».
	Построение врассыпную. Комбинация в образно-двигательных действиях. «Качалочка», «Буратино», «бревнышко».	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №19 (с.44)	Игра «У медведя во бору», т-ритм. г-ка «У оленя дом

			большой».
	Общеразвивающие упражнения пальчиками. Комбинация в образно-двигательных действиях. Имитационно-образные движения на укрепление осанки.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №21 (с.45)	Игра «Кто я», т-ритм. г-ка «У оленя дом большой».
	Совершенствовать исполнение танца «Кузнечик», Закрепить выполнение комплекса танцевально-ритмической гимнастики «У оленя дом большой». Содействовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №22(с.46)	Игры «Цапля и лягушки», «У медведя во бору», «Зайчики и волк»
Танцевально-ритмическая гимнастика	Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта. Ритмический танец «Если весело живется...». Танц.-ритм. гимнастика «На крутом берегу». Упражнения на развитие силы мышц: «змея», «ежик». Лежа на спине, полное расслабление.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №23(с.49)	Муз.-подв. Игра «Быстро по местам»
	Построение в рассыпную..Под муз. Марша все маршируют в любом направлении, под муз.польки все прыгают.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №25(с.52)	Ритмический танец «Если весело живется...». Танц.-ритм. гимнастика «На крутом берегу».
	Различие динамики звука «громко-тихо». Комбинация из танцевальных шагов. Выполнение фигурок из пальчиков: «круг», «очки», «домик». Потряхивание кистями рук.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №27 (с.53)	Ритмический танец «Если весело живется...». Танц.-ритм. гимнастика «На крутом берегу».
	Импровизация движений под музыку.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева,	Муз-подв игра «Эхо». Ритмический танец «Если весело

		Е.Г.Сайкина №29 (с.54)	живется...». Танц.-ритм. гимнастика «На крутом берегу».
Игропластика	Имитационно образные упражнения на дыхание: «насос».	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №31 (с.55)	Муз-подв игра «Эхо».
	Научить детей различать динамические оттенки «громко-тихо». Совершенствовать выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «на крутом берегу». Повторить ритмический танец «Если весело живет». Воспитывать организованность, дисциплинированность, доброту.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №32(с.58)	Муз-подв игра «Эхо». Ритмический танец «Если весело живет...». Танц.-ритм. гимнастика «На крутом берегу».
	Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 и на каждый счет. Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Специальные упражнения для развития силы мышц. Морские фигуры: «морская звезда», «морской конек», «краб», «дельфин».	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №33 (с.58)	Ритмический танец «Галоп шестерками. Танц-ритм гимнастика «Песня Муренки». Креативная гимнастика «Море волнуется».
Пальчиковая гимнастика	Специальные упражнения для развития гибкости – морские фигуры: «улитка», «морской лев», «медуза», «уж», «морской червяк».	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №35 (с.61)	Ритмический танец «Галоп шестерками». Танц-ритм.гимнастика «Песня Муренки». Креативная гимнастика «Море волнуется». Пальчиковая гимнастика «Игра на рояле»
Креативная	Комбинация хореографических движений	Танцевально-игровая	Игра «У ребят порядок



гимнастика	лицом к опоре, держась за нее	гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №37 (с.61)	строгий». Креативная гимнастика «Море волнуется».
	Перестроение из одной шеренги в несколько по команде. Игровые задания для развития пластической выразительности.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №39 (с.62)	Муз.-подв. игра «Водяной». Креативная гимнастика «Создай образ» Креативная гимнастика «Море волнуется».
Музыкально-подвижные игры	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения «Вороны»	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №41(с.64)	Муз.-подв. игра «Водяной». Креативная гимнастика «Создай образ»
	Закрепить выполнение упражнений пройденного материала. Способствовать развитию ловкости, координации движений, мышечной силы и гибкости. Содействовать развитию воображения и творческих способностей.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №42 (с.64)	Муз.-подв. игра «Водяной». Креативная гимнастика «Создай образ», «Море волнуется».
Игровой самомассаж	Различие динамики звука «громко-тихо». Игровой самомассаж «Ладочки-мочалка», «Смываем водичкой руки, ноги».	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №43 (с.67)	Муз.-подв. игра «Отгадай чей голосок?»
Игры-путешествия	Комбинация акробатических движений : «Ванька-Встанька», «Мальвина-балерина», «солдатик».	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №45 (с.69)	Т-ц «Танец утят», муз.-подв. игра «Отгадай чей голосок?», ритмическая гимнастика «Хоровод»
	Построение в круг, передвижение по кругу. Различие динамики звука «громко» - «тихо». Под громкую муз. Дети бегают, прыгают; под тихую – ходьба на носках, в полуприседе, в упоре присев. Потряхивание кистями рук. Сед руки за спину.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №47 (с.70)	Муз.-подв. игра «Попрыгунчики-воробышки». Пальчиковая гимнастика «Сорока-белобока».

	Расслабление рук с выдохом.		
	Построение в шеренгу, колонну по команде. Общеразвивающие упражнения пальчиками. Разгибание всех пальцев по очереди и одновременно. Отведение и приведение пальцев врозь – вместе.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №49 (с.71)	Муз.-подв. игра «Попрыгунчики-воробышки». Пальчиковая гимнастика «Сорока-белобока».
	Построение в шеренгу, колонну по ряспорядию. Различие динамики звука. Под громкую муз. дети идут вперед (охотники), под тихую, пригнувшись – назад (звери прячутся от охотников).	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №51 (с.72)	Муз.-подв. игра «Мы веселые ребята».
Постановочно – репетиционная работа	Способствовать развитию творческих способностей, выдумки, фантазии. Закрепить выполнение упражнений пройденного материала. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентировки в пространстве.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №52 (с.73)	Ритмический танец «Галоп шестерками». Танц-ритм. гимнастика «Песня Муренки».
	Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения (наклона, приседа, маха и т. д.)	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №53 (с.74)	Ритмический т-ц «Мы пойдем сначала вправо». Пальчиковая гимнастика «Игра на рояле»
	Напряжение и расслабление положение рук в И.П. сед и лежа на спине. Выполнение общеразвивающих упражнений руками в различном темпе (на два и четыре счета каждое движение).	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №55 (с.77)	Танц.-ритм. гимнастика «Чебурашка», муз.-подв. игра «Совушка»
	Повторить изученные ритмические танцы. Учить импровизировать под музыку. Содействовать танцевальности, музыкальности и координации движений, чувства ритма.	Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина №60(с.81)	т-ц «Кузнечик», «Утят», «Галоп шестерками», «Каравай», «Если весело живетса!», импровизация «Я танцую».

## Оценка планируемых результатов освоения программы

Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:

- выявление начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы;
- оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявление детей, сравнивая их между собой, и условно ориентироваться на лучшие показатели, выявленные для данного возраста.

По прошествии первого года обучения занимающиеся получают следующие знания, умения и навыки.

- Знают правила поведения на занятиях.
- Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу.
- Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку.
- Овладевают навыками ритмической ходьбы.
- Умеют хлопать и топтать в такт музыки.
- Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т. д.)

**Цель** диагностики: оценка эффективности педагогических действий по музыкально-ритмическому развитию детей, выявление уровня физического, музыкального и психического развития ребенка.

**Метод** диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

При определении оценки индивидуального развития ребенка, за основу взяты следующие **критерии**:

*Достижения ребенком (что нас радует)* – творческая активность, самостоятельность, инициатива, быстрое осмысление задания, точное выразительное его выполнение без помощи взрослого, ярко выраженная эмоциональная отзывчивость интерес к музыкальной деятельности, желание включиться в нее при некотором затруднении в выполнении задания ребенок нуждается в помощи педагога, дополнительном объяснении, показе, неоднократных повторях.

*Что вызывает озабоченность* - ребенок мало эмоционален, равно, спокойно относится к музыкальной деятельности, не проявляет активного интереса, равнодушен, не способен к самостоятельности.

### *Планируемый уровень интегративных качеств детей.*

Ребенок после реализации программы по ритмике будет: физически развитым, любознательным, активным, эмоционально отзывчивым, овладевшим средствами общения и способами общения со взрослыми и сверстниками, способный управлять своим поведением, планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдает элементарные общепринятые нормы и правила поведения, овладевший необходимыми умениями и навыками.

### **Учебно-методическое обеспечения**

#### 1. Технические средства обучения:

- музыкальный центр;
- реквизит к танцевальным постановкам;
- USB носитель с записями мелодий.

#### 2. Учебно-наглядные пособия.

#### 3. Музыкальные игры.

### **Список литературы**

1. Комплексная программа развития и воспитания дошкольников «Детский сад 2100» в образовательной системе «Школа 2100», под научной редакцией Р.Н. Бунеева - М.: Баласс, 2016.

2. «Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования» /Министерство образования и науки РФ.-М.:Просвещение,2015г.

3.Основная образовательная программа дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 12 «Звездный»;

4. Петерсон Л.Г., Холина Н.П.. «Раз - ступенька, два - ступенька».

5.Буренина А.И. « Ритмическая мозаика». Программа по ритмической пластике для детей. -С.Петербург, 2000.

6. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс,2016. -352

### **Диагностика. Организация педагогической диагностики**

Согласно пункту 3.2.3. ФГОС дошкольного образования «...при реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Главная *цель педагогической диагностики* – получить оперативные данные о текущем реальном состоянии и тенденциях изменения объекта диагностирования. Это не столько изучение детей, сколько раскрытие ресурсов образовательной деятельности и эффективности их использования в конкретной дошкольной организации.

*Задача педагогической диагностики* – получить наиболее полную информацию об индивидуальных особенностях детей, на основании которой могут быть разработаны рекомендации по совершенствованию образовательной деятельности.

Согласно ФГОС ДО, результаты педагогической диагностики могут быть использованы исключительно для решения следующих образовательных задач: во-первых, индивидуализации образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития); во-вторых, оптимизации работы с группой детей.

В данных требованиях ФГОС ДО раскрываются функции педагогической диагностики, а именно:

- диагностико-аналитическая: выявление причинно-следственных связей в образовательной деятельности между созданными образовательными условиями и эффективностью педагогических воздействий;
- экспертно-оценочная: изучение уровня профессиональной компетентности педагога;
- регулирующая: создание объективной основы для изменения условий образовательной деятельности, поиска ресурсов для удовлетворения индивидуальных образовательных потребностей детей;
- пропедевтическая: исследование рисков, профилактика дидактогений.

*Предмет педагогической диагностики* составляет индивидуальное развитие детей, характеризующееся такими личностными особенностями, которые определяют их индивидуальные потребности и ориентируют педагога на индивидуализацию образовательной деятельности с детьми. Эти особенности могут быть обусловлены биологически (темпом созревания нервной системы, соотношением процессов возбуждения и торможения, типом темперамента, задатками); спецификой социальной среды, прежде всего детско-родительскими отношениями; индивидуальным опытом деятельности и общения ребенка; условиями его образования.

В качестве *основного метода*, наиболее органично вписывающегося в образовательную деятельность в условиях ДОО, является *включенное наблюдение*, которое может дополняться педагогом изучением продуктов деятельности детей, свободными беседами с детьми, анкетированием и интервьюированием родителей как экспертов в отношении особенностей их ребенка.

Наблюдение осуществляется педагогом ежедневно, во всех образовательных ситуациях, попутно с выполнением иных профессиональных функций. Подобное наблюдение за ребенком педагог осуществляет в естественно возникающих образовательных ситуациях: в группе, на прогулке, во время прихода в детский сад и ухода из него. Обязательным условием успешного проведения педагогической диагностики является отсутствие противопоставления повседневного педагогического общения с ребенком и диагностического общения.

Для осуществления включенного педагогического наблюдения педагогу необходимо обладать педагогической зоркостью, то есть давать себе отчет в том, что он может и должен заметить в проявлениях развития детей. Прежде чем наблюдать, необходимо изучить те показатели, которые характеризуют разные уровни эффективности педагогических воздействий по каждой образовательной области и ее содержательным направлениям.

Педагогическая диагностика проводится во всех возрастных группах 2 раза в год: в начале года и в конце. На основании полученных результатов в начале учебного года педагоги проектируют образовательную деятельность с планируют индивидуальную работу с детьми каждой возрастной группе, а также планируют индивидуальную работу по образовательным областям с теми детьми, которые требуют особой педагогической поддержки. В середине учебного года педагогическая диагностика проводится только с детьми «группы риска». В конце учебного года организуется итоговая диагностика. Проводится сравнительный анализ результатов на начало и конец учебного года, показывающий

эффективность педагогических воздействий. Данные обсуждаются, интерпретируются, выявляются причины недостатков, определяются ресурсы и пути их минимизации. Таким образом, определяется основа для конструирования образовательного процесса на новый учебный год, а также для организации методической работы с педагогами.

#### *Процедура педагогической диагностики:*

*1-й шаг.* Педагоги совместно со старшим воспитателем и педагогом-психологом изучают показатели уровней эффективности педагогических воздействий по образовательным областям и направлениям их реализации. Данные показатели позволяют педагогу составить схему наблюдения за детьми.

*2-й шаг.* Педагоги, работающие в данной возрастной группе, коллегиально под руководством старшего воспитателя соотносят свои наблюдения и определяют уровень эффективности педагогических воздействий по образовательным областям в отношении каждого ребенка. Уровни определяются на основе соотнесения данных наблюдений с показателями уровней: высокого (4 уровень), среднего (3 уровень), низкого (2 уровень) и низшего (1 уровень). Определяется средний уровень по каждому критерию. Каждый последующий уровень определяет для ребенка «зону ближайшего развития». Составляют индивидуальные профили эффективности педагогических воздействий для каждого ребенка. Данные по группе детей систематизируют и отражают в таблицах.

*3-й шаг.* Разрабатываются рекомендации по совершенствованию образовательной деятельности в направлении ее индивидуализации как с конкретными детьми, так и с группой детей.

#### *КРИТЕРИИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 3-5 ЛЕТ*

*Высокий уровень.* Ребенок проявляет устойчивый интерес к музыкально – ритмическим движениям, самостоятельно меняет движения в соответствии с изменениями в музыке. Может ритмично ходить друг за другом, легко бегать под музыку, выполнять легкие прыжки на двух ногах, ходить простым хороводным шагом, выставлять ногу на пятку, выполнять притопы, «топотушки», кружение в лодочке.

*Средний уровень.* У ребенка сформирован интерес к музыкально – ритмической деятельности. Достаточно верно овладеет музыкально – ритмическими умениями и навыками, но требуется помощь взрослого.

*Низкий уровень.* У ребенка отсутствует интерес к музыкально – ритмическим движениям. При оказании любой помощи не воспринимает различия в темпе, динамике, не различает многие танцевальные движения, нет согласованности в исполнении движений под музыку.

## СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ОЦЕНКИ УРОВНЕЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ (в %)

Возрастная группа \_\_\_\_\_

Дата заполнения: \_\_\_\_\_

Начало учебного года \_\_\_\_\_

Конец учебного года \_\_\_\_\_

Направления	Период	Уровни		
		высокий	средний	низкий
Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности)	Начало уч. г.			
	Конец уч. г.			
Эмоциональная сфера	Начало уч. г.			
	Конец уч. г.			
Координация движений	Начало уч. г.			
	Конец уч. г.			
Внимание	Начало уч. г.			
	Конец уч. г.			
Память	Начало уч. г.			
	Конец уч. г.			



	г.			
Пластичность, гибкость	Начало уч. г.			
	Конец уч. г.			
Творческие проявления	Начало уч. г.			
	Конец уч. г.			

### ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

*Условные обозначения:*

3 балла	Усвоил полностью
2 балла	Усвоил частично
1 балл	Не усвоил

*Оценочная шкала:*

Высокий уровень: 2.5 - 3 балла.

Средний уровень: 2.1 – 2.4 балла.

Низкий уровень: ниже 2