

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №83 «Колосок» муниципального образования
город Новороссийск

✉ 353982, Россия, Краснодарский край, г. Новороссийск, ст. Натухаевская, Красная, 35
8(8617)71-70-99, E-mail: mbdou83kolosok@mail.ru

Утверждаю
решением педагогического совета
протокол № _____ от _____ 2016г.
Заведующей МБДОУ детский сад №83
_____ Ж.М. Сабирова

Программа по дополнительному образованию ритмопластике, хореографии *«Ритмическая мозаика»*



Срок реализации: 1 год

Возраст воспитанников: 5-6 лет

Педагог дополнительного образования : Зиновьева С.А.

Содержание

| | |
|---|-----------|
| Пояснительная записка..... | 3 |
| Расписание групп..... | 4 |
| Тематический план для детей 5-6 лет..... | 6 |
| Учебно-тематический план для детей 5-6 лет | 7 |
| Список литературы | 14 |

Пояснительная записка.

Программа по дополнительному образованию «Ритмопластика, хореография» составлена на основе программы «Ритмическая мозаика», Буренина А.И. Санкт-Петербург, 2015г., издание четвертое, переработанное и дополненное в соответствии ФГОС ДО – программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет. Всестороннее развитие человека имеет своё начало в дошкольном возрасте.

Задача дошкольного воспитания состоит в создании каждому ребёнку условий для наиболее полного раскрытия и реализации его неповторимого, специфического возрастного потенциала.

В наиболее близких и естественных для ребёнка видах деятельности – игре, общении, экспериментировании, предметной, изобразительной, речевой и театральной деятельности – происходит интеллектуальное, эмоционально-нравственное, волевое, социальное развитие дошкольника, что создаёт важнейшие предпосылки для активной содержательной жизни ребенка и успешной деятельности в школе.

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.

Основная направленность предлагаемой вашему вниманию программы, которая, на наш взгляд, является универсальной, — психологическое раскрепощение ребёнка через освоение своего собственного тела как выразительного («музыкального») инструмента.

Актуальность - у многих детей наблюдается мышечная зажатость, речевые и моторные нарушения. Работая с дошкольниками, я пришла к выводу, что музыка, движение – это средства, которые благотворно действуют на здоровье ребёнка.

Музыкально-ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственные перегрузки и утомления.

Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение. Движение и танец помогают ребёнку подружиться с другими детьми, дают определённый психотерапевтический эффект.

Исследования Н. А. Бернштейна, И. М. Сеченова, В. М. Бехтерева, методика М. Фельденкрайза доказывают, что занятия движениями у детей с задержкой, патологией в развитии тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов и при этом - движения под музыку для ребёнка - один из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию.

Сроки реализации программы: 1 год,
занятия проводятся 2 раза в неделю в старшей группе.

Расписание дополнительного образования ритмопластика, хореография

| | | |
|--------------------|---------------------|-------------|
| Понедельник | Группа №5 (старшая) | 15.55-16.20 |
| Среда | Группа №5 (старшая) | 15.55-16.20 |

| № группы | Возраст детей | Количество часов в год |
|----------|---------------|------------------------|
| 1 | 5-6 лет | 68 |

*Тематическое планирование содержания работы
по музыкально-ритмическому воспитанию
для детей старшего дошкольного возраста*

**Тематический план
для детей 5 - 6 лет обучения**

| № | Раздел программы | Количество часов |
|---------------------------------|--|------------------|
| 1. 2. 3. 4. | <u>Сентябрь</u> Неделя радостных встреч Неделя осенних фантазий Неделя танцев с осенними листьями Осенние настроения в музыке | 8 |
| 5. 6. 7. 8. | <u>Октябрь</u> Неделя дождиков и танцующих зонтиков Осенняя ярмарка Неделя осенней грусти Осенний карнавал | 8 |
| 9. 10. 11. 12. | <u>Ноябрь</u> Неделя осенних сказок Праздник первой снежинки и зимнего ветерка Неделя счастливых снеговиков Путешествие в зимний лес | 8 |
| 13. 14. 15. 16. | <u>Декабрь</u> Белая неделя: ожидание чуда Ожидание волшебного праздника Ёлки Новогодний карнавал Неделя снежных фантазий | 8 |
| 17. 18. 19. | <u>Январь</u> Прощай Елочка! Неделя ледяных фигур Неделя здоровья | 6 |
| 20. 21. 22. 23. | <u>Февраль</u> Неделя военно-спортивных игр Праздник Масленицы Ожидание весны Музыкальные подарки для бабушки и мамы | 8 |
| 24. 25. 26. 27. | <u>Март</u> Неделя маминых улыбок Встречаем птиц Неделя капели и ручейков Неделя весеннего ветерка | 7 |
| 28. 29. 30. 31. 32. | <u>Апрель</u> Неделя весеннего ветерка Встречаем дорогих гостей Наши любимые игрушки Наши любимые песенки Праздник первых цветов | 8 |
| 33. 34. 35. 36. | <u>Май</u> Праздник первых цветов Праздник весенних лучиков Праздник одуванчиков Здравствуй, лето красное! | 7 |

| | | |
|--|---------------------|----|
| | Всего часов: | 68 |
|--|---------------------|----|

**Учебно-тематический план
для детей 5 - 6 лет**

| Тема | № занятия | Программное содержание | Количество часов | Музыкально-ритмический репертуар |
|--|-----------|---|------------------|---|
| 1.Неделя радостных встреч <u>Сентябрь</u> | 1 | Социализация детей, развитие нравственно-коммуникативных навыков, способностей к вербальному и невербальному общению с взрослыми и сверстниками. Развитие музыкальной памяти, обогащение музыкально-слуховых представлений | 2 | Коммуникативные танцы-игры: «Найди себе пару», игры с именами. Повторение знакомых образно-игровых композиций: «Белочка», «Кот Леопольд», «Поросята», разучивание парной пляски по показу (по выбору) |
| | 2 | | | |
| 2.Неделя осенних фантазий <u>Сентябрь</u> | 3 | музыкального восприятия: умения отражать в движениях характер музыки: «спокойный», «осенний». Развитие сенсорных музыкальных способностей: различение оттенков в динамике (громко-умеренно, громко-тихо), темпе (быстро-умеренно-медленно) и умение согласовывать темп движения с разным темпом музыки | 2 | Хоровод с осенними листиками (по показу взрослого) – по выбору. Муз.-ритм. композиции и этюды на осеннюю тему: «Упражнение с листьями» (муз. М.Леграна). Игра «Эхо» (с хлопками). Игры с листиками – по выбору |
| | 4 | | | |
| 3.Неделя танцев с осенними листьями <u>Сентябрь</u> | 5 | Развитие слухового внимания и тембрового слуха. Различение на слух различных тембров (металлический звук, деревянный, бумажный, струнный, стеклянный). Закрепление умения двигаться в соответствии с метрической пульсацией. Формирование движений: хороводный шаг, топающий шаг, приставной шаг, шаг с притопом, поочерёдное выставление ноги на пятку и носок и др. Развитие умений выполнять руками плавные, мягкие движения | 2 | Разучивание хороводов осенней тематики (по выбору). Упражнение с осенними листьями (муз. В. Моцарта, вальс «Осенний сон», муз. М. Леграна), «Танец с зонтиками», муз. А. Петрова |
| | 6 | | | |

| | | | | |
|---|--------|---|---|---|
| 4. Осенние настроения в музыке <u>Сентябрь</u> | 7 8 | Развитие умения различать мажорный и минорный лады, чувствовать их выразительность и передавать различные по характеру образы в движениях. Создавать условия для импровизации движений под музыку | 2 | Муз.-ритм. композиции с осенними листьями под мажор. и минор. музыку («Вальс», Е. Доги, «Вальс» Чайковского, Жилина). Муз. пластические этюды на развитие танцевального творчества (по выбору) |
| 5. Неделя дождиков и танцующих зонтиков <u>Октябрь</u> | 1 2 | Развитие образного восприятия музыки, умения передавать в движениях нюансы музыки: паузы, акценты, формирование навыков различных видов движений: лёгкий, отрывистый и широкий бег, бег с «захлестом» | 2 | Танец с зонтиками (муз. А. Петрова), танец с осенними листиками и зонтиками (муз. М. Лягани). Муз.-ритм. композиция «Осенний парк» (муз. Е. Доги) |
| 6. Осенняя ярмарка <u>Октябрь</u> | 3 4 | Развитие танцевального творчества в музыкально-ритмических играх и упражнениях | 2 | Танцевальные импровизации: подарки Осени (танец овощей, танец грибочков, танец лесных ягодок, рябинок и др.). Танец с ложками, платками (рус. нар. музыка – по выбору, «Светит месяц» рус. нар. муз.) |
| 7. Неделя осенней грусти <u>Октябрь</u> | 5 6 | Воспитание музыкальной отзывчивости на музыку: умение выражать в движениях спокойный, неторопливый, немного грустный образ осени. Развитие слухового внимания, умения менять движения в соответствии с контрастными частями музыки, самостоятельно останавливаться в конце звучания. Закрепление двигательных навыков, освоенных на предыдущих занятиях | 2 | Повторение «Танца с зонтиком» упражнение «Прыжки через лужицы», упражнения в лёгком беге врассыпную по залу. Упражнение с осенними веточками под минорный вальс (по выбору «Вальс», Е. Доги) |
| 8. Осенний карнавал <u>Октябрь</u> | 7 8 | Подведение к импровизации движений под музыку на заданную тему. Развитие эмоциональной сферы: способности передавать в движениях более тонкие средства выразительности, | 2 | Повторение любимых танцев и композиций осенней тематики (по выбору детей). Игры: «Ищи», эстафета «Перевези овощи», «Собери урожай» и др. |

| | | | | |
|--|--------|---|---|---|
| | | различный характер музыки | | |
| 9.Неделя осенних сказок <u>Ноябрь</u> | 1 2 | Подведение детей к пластической импровизации в движениях знакомых сказок под музыку. Развитие умений дополнять пластический образ различными выразительными средствами: музыкальными инструментами, деталями костюмов и атрибутами. Воспитание потребности выступать перед другими детьми | 2 | Инсценирование рус. нар. сказок «Колосок», «Репка» по показу педагога и самостоятельно под народную музыку. «Манечки -Ванечки», «Ах, вы сени», «Светит месяц» Показ постановок детям других групп |
| 10.Праздник первой снежинки и зимнего ветерка <u>Ноябрь</u> | 3 4 | Развитие выразительности движений, мимики. Формирование умений передавать в движениях лёгкий, воздушный образ снежинок | 2 | Таней Снежинок (вальсовая музыка – по выбору). Музыкально-пластические этюды, танцы-импровизации с ленточками и лёгкими шарфиками. Разучивание парных танцев по выбору «Всё мы делим пополам» |
| 11.Неделя счастливых снеговиков <u>Ноябрь</u> | 5 6 | Развитие тембрового слуха, чувства ритма: умения исполнять ритмическую пульсацию под умеренную по темпу мелодию, отмечать сильную долю в танце | 2 | Танец «Снеговика» (муз. К. Вебера). Исполнение массовых круговых плясок, озвученных бубенчиками и барабанчиками (музыка плясовая народная – по выбору). Танец «Снежинки» - повторение |
| 12.Путешествие в зимний лес <u>Ноябрь</u> | 7 8 | Развитие музыкального восприятия: музыкального настроения, игрового образа. Импровизация под музыкальные пьесы игрового характера: «Ворона сердится», «Трусливый заяц» и др. | 2 | Пластические этюды на музыку Ю. Забутова: «Ворона сердится», « Храбрый заяц» (или другие пьесы – по выбору) Повторение танцев «Снеговика» и «Снежинки». Игра «Ловишки», муз.Й Гайдна |
| 13.Белая неделя: ожидание чуда <u>Декабрь</u> | 1 2 | Развитие музыкального восприятия: музыкального настроения, игрового образа, передавая разнообразные оттенки звучания в движениях. Знакомство с классической музыкой зимней и рождественской тематики (из балета «Щелкунчик» П.Чайковского) | 2 | Парная пляска «Метелица» (по показу педагога, рус. нар. мелодия).Повторение танцев «Снежинки» и «Снеговика». Музыкальные игры и этюды – по выбору. Импровизация движений под классическую музыку |

| | | | | |
|---|----------------|---|----------|--|
| <p>14.Ожидание волшебного праздника Ёлки <u>Декабрь</u></p> | <p>3 4</p> | <p>Развитие эмоциональной сферы: умения выражать в движениях разные игровые образы. Закрепление навыков ориентировки в пространстве – ходьба хороводным шагом по кругу, сужение и расширение круга, выполнение разнообразных плясовых движений</p> | <p>2</p> | <p>Разучивание хороводов (по выбору), парных танцев: «Кремена», «Старинная полька». Танец «Вьюга и Снежинки» на муз. Л. Делиба</p> |
| <p>15.Новогодний карнавал <u>Декабрь</u></p> | <p>5 6</p> | <p>Воспитание коммуникативных навыков, произвольности поведения на праздниках, умения согласованно выполнять движения в общих плясках и хороводах</p> | <p>2</p> | <p>Исполнение плясок, игр и упр. по показу педагога и самостоятельно. Пляски с родителями «Найди себе пару» «Бубенчики» и др. Новогодние хороводы (по выбору). Исполнение сольных танцев: «Гномы», «Скоморохи», «Снежинки и Вьюга» и др.</p> |
| <p>16.Прощай, Ёлочка! <u>Декабрь</u></p> | <p>7 8</p> | <p>Закрепление радостных праздничных впечатлений. Развитие танцевального творчества: импровизация плясовых движений, самостоятельное исполнение танцев и хороводов по желанию детей</p> | <p>2</p> | <p>Повторение знакомых плясок, игр, упражнений, хороводов (по выбору). «Пляска Скоморохов», муз. П. Чайковского, «Танец Снежинок», «Танец Конфеток» «Танец Снеговиков» и др. (по выбору)</p> |
| <p>17.Неделя снежных фантазий <u>Январь</u></p> | <p>1 2</p> | <p>Развитие умений импровизировать под музыку с различными атрибутами: лентами, шарфиками, звездочками, фонариками и др. Развитие навыков ориентировки в пространстве: умения выполнять перестроения – по кругу, парами лицом друг к другу и спиной, врассыпную, «змейкой» - за ведущим</p> | <p>2</p> | <p>Музыкально-ритмические композиции и этюды: «Гномы», «Белоснежка», «Красная шапочка и Серый Волк» (муз. П. Чайковского и др.) Упражнения на перестроения под спокойную и подвижную музыку. Разучивание круговых и парных танцев (музыка по выбору)</p> |
| <p>18.Неделя ледяных фигур <u>Январь</u></p> | <p>3 4</p> | <p>Развитие танцевально-игрового творчества, умения самостоятельно находить движения в соответствии с музыкальным образом. Продолжение работы над развитием навыков</p> | <p>2</p> | <p>Упражнение «Снеговик» (музыка по выбору). Муз. ритм. игровые упражнения на основе двухчастной музыки: бег или ходьба, с окончанием музыки «замереть» в образе ледяной фигуры. Повторение любимых</p> |

| | | | | |
|---|--------|--|---|--|
| 19.Неделя здоровья <u>Январь</u> | 5 6 | <p>ориентировки в пространстве: умения выполнять простейшие перестроения – по кругу, парами лицом друг к другу и спиной, врассыпную, «змейкой»</p> <p>Развитие основных, общеразвивающих движений, укрепление осанки. Воспитание представления о здоровом образе жизни, привычки и потребности делать зарядку, заниматься физкультурой</p> | 2 | <p>танцев детей</p> <p>Разучивание музыкально-ритмических композиций с физкультурными атрибутами: обручами, палками, мячами (музыка по выбору). Подвижные игры и эстафеты</p> |
| 20.Неделя военно-спортивных игр <u>Февраль</u> | 1 2 | <p>Освоение перестроений на марше. Различение маршевой музыки разного характера: спортивный, военный, шуточный марш</p> | 2 | <p>«Военный марш» Г. Свиридова Цирковой марш Дунаевского, песня «Физкульт-ура!» Ю. Чичкова. Разучивание танцев: «Богатыри», «Моряки и морячки» и др. (по выбору). Подвижные игры и эстафеты</p> |
| 21.Праздник Масленицы <u>Февраль</u> | 3 4 | <p>Приобщение к традиционной русской культуре. Развитие эмоциональной сферы детей, создание радостной атмосферы (психологического комфорта) средствами коммуникативных музыкальных игр, весёлых плясок, знакомство с весенними хороводами,. Повторение топающего шага несложных (однонаправленных плясовых движений)</p> | 2 | <p>Разучивание весенних хороводов по показу педагога (по выбору). Коммуникативные танцы-игры: «Ручеёк с платочком», «Игра в козла» (рус. народная) и др.</p> |
| 22.Ожидание весны <u>Февраль</u> | 5 6 | <p>Закрепление умений воспроизводить в движении ритмическую пульсацию, несложный ритмический рисунок, сильную долю. Закрепление навыков плясовых движений: топающий шаг, присядка для мальчиков, кружение на топающем шаге, кружения в парах</p> | 2 | <p>Разучивание весенних хороводов. Муз.- ритм. комп: «Красный сарафан», «Веснянка» (укр. народная). Разучивание коммуникативной игры «Ай-да Сапожники!». Музыкальные подвижные игры по выбору детей.</p> |
| 23.Музыкальные подарки | 7 8 | <p>Развитие умений выполнять плясовые движения по показу и самостоятельно.</p> | 2 | <p>Упражнение с цветами («Вальс» по выбору), Разучивание композиции</p> |

| | | | | |
|--|--------|---|---|---|
| для бабушки и мамы | | Закрепление умений начинать и заканчивать движение с музыкой. | | «Хлопайте в ладоши» (муз. Е. Зарицкой) |
| 24.Музыкальные подарки для бабушки и мамы <u>Март</u> | 1 2 | Развитие умений выполнять плясовые движения по показу и самостоятельно. Разучивание плясок с мамами. Закрепление умений начинать и заканчивать движение с музыкой, менять в соответствии с музыкальными фразами движения. | 2 | Упражнение с цветами («Вальс» по выбору), парные пляски с мамами по показу (музыка по выбору) Разучивание композиции «Хлопайте в ладоши» (муз. Е. Зарицкой) |
| 25.Неделя маминых улыбок <u>Март</u> | 3 4 | Повторение плясок и упражнений к празднику. Создание условий для самостоятельного исполнения праздничного репертуара | 2 | Пляска «Хлопайте в ладоши», упражнение с цветами (вальс по выбору), парные пляски с мамами по показу (музыка по выбору) |
| 26.Встречаем птиц <u>Март</u> | 5 6 | Закрепление навыков лёгкого бега, прыжков на двух ногах, мягкой пружинки | 2 | Повторение весенних хороводов, «Танец Воробьёв» (муз. Ф. Госсекса) |
| 27.Неделя капли и ручейков <u>Март</u> | 7 8 | Совершенствование навыка лёгкого бега, умений начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, выполнять перестроения в соответствии с частями музыки | 2 | Танец «Ручейки» (лёгкий бег - муз, К. Вебера). Повторение парных плясок по желанию детей |
| 29.Неделя весеннего ветерка <u>Апрель</u> | 1 2 | Совершенствование навыка лёгкого бега, умений начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. Закрепление умений выполнять маховые движения руками (на пружинке) | 2 | Упр. для рук «Мельница» (муз. М. Леграна). Парные и характерные танцы с перестроениями. Повторение упр. в лёгком беге («Ручейки»). Подвижные игры с музыкой (по выбору детей) |
| 30.Встречаем дорогих гостей <u>Апрель</u> | 3 4 | Развитие умений выполнять движения в паре (формирование коммуникативных навыков). Выполнение движений по показу, импровизация движений в соответствии с характером музыки | 2 | Коммуникативные танцы-игры: «Всё мы делим пополам» (муз. В. Шаинского, повторение композиции «Волшебный цветок» (муз. Чичкова). Парная пляска на 2-3 фигуры (по выбору) |
| 31.Наши любимые игрушки <u>Апрель</u> | 5 6 | Совершенствование умений выполнять плясовые движения: присядка для мальчиков, кружение в парах, поочерёдное выставление ног | 2 | Пляска «Неваляшки», «Куклы и Мишки», «Буратино», «Мячик». Повторение знакомых образно-игровых композиций и |

| | | | | |
|---|---|---|---|--|
| | | на каблук, кружение на месте и др. | | подвижных игр |
| 32. Наши любимые песенки <u>Апрель</u> | 7 | Совершенствование умений выполнять несложные | 2 | «Красная шапочка», «Хлопайте в ладоши», «Раз, ладошка, две капельки» муз. Е. Зарицкой Повторение знакомых парных плясок (по выбору) |
| | 8 | плясовые движения по показу педагога при обыгрывании детских песен | | |
| 33. Праздник первых цветов <u>Май</u> | 1 | Совершенствование умений выполнять покачивания | 2 | Повторение композиции «Волшебный цветок», муз. Ю. Чичкова (или по выбору). Повторение знакомых плясок и образных муз. ритм. композиций (по выбору) |
| | 2 | руками (на пружинке). Закрепление умения начинать и заканчивать движения с музыкой, перестраиваться в соответствии с музыкальной формой | | |
| 34. Праздник весенних лучиков <u>Май</u> | 3 | Закрепление навыка лёгкого бега, топающего шага, | 2 | Упражнение с цветами и зелёными веточками (музыка по выбору), образно-игровые композиции: «Кот Леопольд», «Поросята», «Птички и Вороны» |
| | 4 | прыжков на двух ногах. Закрепление навыков перестроений в пространстве: движения по кругу, врассыпную, «змейкой» за ведущим | | |
| 35. Праздник одуванчиков <u>Май</u> | 5 | Воспитание у детей устойчивого интереса к | 2 | «Танец с цветами» (повторение). Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете», муз. Е. Крылатова |
| | 6 | музыкально-ритмической деятельности. Расширение и совершенствование двигательных навыков и умений | | |
| 36. Здравствуй, лето красное! <u>Май</u> | 7 | Закрепление и расширение навыков ориентировки в | 2 | Исполнение танцев с цветами, танца «Бабочки» (Бургмюллер) и др. Повторение танцев и музыкально-ритмических композиций по выбору детей |
| | 8 | пространстве: умений становится в круг, парами по кругу, занимать свободное место в зале, выполнять перестроения в соответствии с двух- и трёхчастной музыкой. Воспитание у детей устойчивого интереса к музыкально-ритмической деятельности. Совершенствование двигательных навыков и умений | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

Список используемой литературы.

1. «Ритмическая мозаика», Буренина А.И. Санкт-Петербург, 2015г., издание четвёртое переработанное и дополненное в соответствии ФГОС ДО – программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет.
2. CD «Ритмическая мозаика», Буренина А.И. – музыкальное приложение, диск №1
3. CD «Ритмическая мозаика», Буренина А.И. – музыкальное приложение, диск №2
4. CD «Ритмическая мозаика», Буренина А.И. – музыкальное приложение, диск №3
5. CD «Ритмическая мозаика», Буренина А.И. – музыкальное приложение, диск №4