

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](mailto: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:** 6-7 лет

**Педагог дополнительного образования :** Зиновьева С.А.

## Содержание

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

### **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 подготовительной группе.

**Расписание дополнительного образования ритмопластика, хореография.**

<b>Понедельник</b>	Группа №6 (подготовительная)	16.25-16.55
<b>Среда</b>	Группа №6 (подготовительная)	16.25-16.55

№ группы	Возраст детей	Количество часов в год
1	6-7 лет	69

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

**Тематический план  
для детей 6 -7 лет обучения**

№	Раздел программы	Количество часов
	<u>Сентябрь</u>	
1.	Неделя радостных встреч	8
2.	Неделя осенних фантазий	
3.	Неделя танцев с осенними листьями	
4.	Осенние настроения в музыке	
	<u>Октябрь</u>	
5.	Неделя дождиков и танцующих зонтиков	8
6.	Осенняя ярмарка	
7.	Неделя осенней грусти	
8.	Осенний карнавал	
	<u>Ноябрь</u>	
9.	Неделя осенних сказок	8
10.	Праздник первой снежинки и зимнего ветерка	
11.	Неделя счастливых снеговиков	
12.	Путешествие в зимний лес	
	<u>Декабрь</u>	
13.	Белая неделя: ожидание чуда	8
14.	Ожидание волшебного праздника Ёлочки	
15.	Новогодний карнавал.	
16.	Неделя снежных фантазий	
	<u>Январь</u>	
17.	Прощай Елочка!	6
18.	Неделя ледяных фигур	
19.	Неделя здоровья	
	<u>Февраль</u>	
20.	Неделя военно-спортивных игр	8
21.	Праздник Масленицы	
22.	Ожидание весны	
23.	Музыкальные подарки для бабушки и мамы	
	<u>Март</u>	
24.	Неделя маминых улыбок	8
25.	Встречаем птиц	
26.	Неделя капли и ручейков	
27.	Неделя весеннего ветерка	
	<u>Апрель</u>	
28.	Неделя весеннего ветерка	8
29.	Встречаем дорогих гостей	
30.	Наши любимые игрушки	
31.	Наши любимые песенки	
32.	Праздник первых цветов	
	<u>Май</u>	
33.	Праздник первых цветов	8
34.	Праздник весенних лучиков	
35.	Праздник одуванчиков	
36.	Здравствуй, лето красное!	
37.	Наши любимые песенки	
	<b>Всего часов:</b>	69

**Учебно-тематический план  
для детей 6- 7 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	Развитие 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 листьями – 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, поочередное 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.Осеннее настроение в музыке <u>Сентябрь</u>	7	Развитие умения различать мажорный и минорный лады, чувствовать их выразительность и передавать различные по характеру образы в движениях. Создавать условия для	2	Муз.-ритм. композиции с осенними листьями под мажор. и минор. музыку («Вальс», Е.Дюги, «Вальс» Чайковского, Жилина). Муз.
	8			

		импровизации движений под музыку		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. Леграна). 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 в рассыпную 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, различный характер музыки	2	Повторение любимых танцев и композиций осенней тематики (по выбору детей). Игры: «Ищи», эстафета «Перевези овощи», «Собери урожай» и др.
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	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



11. Неделя счастливых снеговиков <u>Ноябрь</u>	4			шарфиками. Разучивание парных танцев по выбору «Всё мы делим пополам»
	5	Развитие тембрового слуха, чувства ритма: умения исполнять ритмическую пульсацию под умеренную по темпу мелодию, отмечать сильную долю в танце	2	Танец «Снеговики» (муз. К. Вебера). Исполнение массовых круговых плясок, озвученных бубенчиками и барабанчиками (музыка плясовая народная – по выбору). Танец «Снежинки» - повторение
	6			
	7			
12. Путешествие в зимний лес <u>Ноябрь</u>	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 «Снеговики» и «Снежинки». Игра «Ловишки», муз. Й. Гайдна
	1	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 «Снеговики». Музыкальные игры и этюды – по выбору. Импровизация движений под классическую музыку
2				
14. Ожидание волшебного праздника Ёлочка <u>Декабрь</u>	3	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	2	Разучивание хороводов (по выбору), парных танцев: «Кремена», «Старинная полька». Танец «Вьюга и Снежинки» на муз. Л. Делиба
	4			
	5			
15. Новогодний карнавал <u>Декабрь</u>	6	Воспитание коммуникативных навыков, произвольности поведения на праздниках, умения согласованно выполнять движения в общих плясках и хороводах	2	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.
	7			
16. Неделя снежных фантазий <u>Декабрь</u>	8	Развитие умений импровизировать под музыку с различными атрибутами, лентами, шарфиками,	2	Музыкальные ритмические композиции и этюды

		звездочками, фонариками, и др.. развитие навыков ориентировки в пространстве, умение выполнять перестроение по кругу, парами, лицом к друг другу, и спиной, врассыпную, змейкой- за ведущей.		«Гномы», «Белоснежка», «Красная шапочка и серый волк» (музыка Чайковского и др.). Упражнение на перестроение под спокойную и подвижную музыку. Разучивание круговых и парных танцев (музыка по выбору).
17.Прощай Елочка <u>Январь</u>	1 2	Закрепление радостных праздничных впечатлений. Развитие танцевального творчества: импровизация плясовых движений, самостоятельное исполнение танцев и хороводов по желанию детей	2	Повторение знакомых плясок, игр, упражнений, хороводов (по выбору). «Пляска Скоморохов», муз. П. Чайковского, «Танец Снежинок», «Танец Конфеток» «Танец Снеговиков» и др. (по выбору)
18.Неделя ледяных фигур <u>Январь</u>	3 4	Развитие танцевально-игрового творчества, умения самостоятельно находить движения в соответствии с музыкальным образом. Продолжение работы над развитием навыков ориентировки в пространстве: умения выполнять простейшие перестроения – по кругу, парами лицом друг к другу и спиной, врассыпную, «змейкой»	2	Упражнение «Снеговика» (музыка по выбору). Муз. ритм. игровые упражнения на основе двухчастной музыки: бег или ходьба, с окончанием музыки «замереть» в образе ледяной фигуры. Повторение любимых танцев детей
19.Неделя здоровья <u>Январь</u>	5 6	Развитие основных, общеразвивающих движений, укрепление осанки. Воспитание представления о здоровом образе жизни, привычки и потребности делать зарядку, заниматься физкультурой	2	Разучивание музыкально-ритмических композиций с физкультурными атрибутами: обручами, палками, мячами (музыка по выбору). Подвижные игры и эстафеты
20.Неделя военно- спортивных игр <u>Февраль</u>	1 2	Освоение перестроений на марше. Различение маршевой музыки разного характера: спортивный, военный, шуточный марш	2	«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
21.Праздник Масленицы <u>Февраль</u>	3 4	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	2	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></p>	<p>5 6</p>	<p>топающего шага несложных (однонаправленных плясовых движений)</p> <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>	<p>2</p>	<p>Разучивание весенних хороводов. Муз.- ритм. комп: «Красный сарафан», «Веснянка» (укр. народная). Разучивание коммуникативной игры «Айда Сапожники!». Музыкальные подвижные игры по выбору детей</p>
<p>23.Музыкальные подарки для бабушки и мамы</p>	<p>7 8</p>	<p>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.</p>	<p>2</p>	<p>Упражнение с цветами («Вальс» по выбору), парные пляски с мамами по показу (музыка по выбору) Разучивание композиции «Хлопайте в ладоши» (муз. Е. Зарицкой)</p>
<p>24.Неделя маминых улыбок <u>Март</u></p>	<p>1 2</p>	<p>Повторение плясок и упражнений к празднику. Создание условий для самостоятельного исполнения праздничного репертуара</p>	<p>2</p>	<p>Пляска «Хлопайте в ладоши», упражнение с цветами (вальс по выбору), парные пляски с мамами по показу (музыка по выбору)</p>
<p>25.Встречаем птиц <u>Март</u></p>	<p>3 4</p>	<p>Закрепление навыков лёгкого бега, прыжков на двух ногах, мягкой пружинки</p>	<p>2</p>	<p>Повторение весенних хороводов, «Танец Воробьёв» (муз. Ф. Госсека)</p>
<p>26.Неделя капли и ручейков <u>Март</u></p>	<p>5 6</p>	<p>Совершенствование навыка лёгкого бега, умений начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, выполнять перестроения в соответствии с частями музыки</p>	<p>2</p>	<p>Танец «Ручейки» (лёгкий бег - муз, К. Вебера). Повторение парных плясок по желанию детей</p>
<p>27.Неделя весеннего ветерка <u>Март</u></p>	<p>7</p>	<p>Совершенствование навыка лёгкого бега, умений начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. Закрепление умений выполнять маховые движения руками (на пружинке)</p>	<p>1</p>	<p>Упр. для рук «Мельница» (муз. М. Лягерана). Парные и характерные танцы с перестроениями. Повторение упр. в лёгком беге («Ручейки»). Подвижные игры с музыкой (по выбору детей)</p>
<p>28.Неделя весеннего ветерка <u>Апрель</u></p>	<p>1</p>	<p>Совершенствование навыка лёгкого бега, умений начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. Закрепление умений выполнять маховые движения руками (на пружинке)</p>	<p>1</p>	<p>Упр. для рук «Мельница» (муз. М. Лягерана). Парные и характерные танцы с перестроениями. Повторение упр. в лёгком беге («Ручейки»). Подвижные игры с музыкой (по выбору детей)</p>

29. Встречаем дорогих гостей <u>Апрель</u>	2 3	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)
30. Наши любимые игрушки <u>Апрель</u>	4 5	Совершенствование умений выполнять плясовые движения: присядка для мальчиков, кружение в парах, поочерёдное выставление ног на каблук, кружение на месте и др.	2	Пляска «Неваляшки», «Куклы и Мишки», «Буратино», «Мячик». Повторение знакомых образно-игровых композиций и подвижных игр
31. Наши любимые песенки <u>Апрель</u>	6 7	Совершенствование умений выполнять несложные плясовые движения по показу педагога при обыгрывании детских песен	2	«Красная шапочка», «Хлопайте в ладоши», «Раз, ладошка, «Две капельки» муз. Е. Зарицкой Повторение знакомых парных плясок (по выбору)
32. Праздник первых цветов <u>Апрель</u>	8	Совершенствование умений выполнять покачивания руками (на пружинке). Закрепление умения начинать и заканчивать движения с музыкой, перестраиваться в соответствии с музыкальной формой	1	Повторение композиции «Волшебный цветок», муз. Ю. Чичкова (или по выбору). Повторение знакомых плясок и образных муз. ритм. композиций (по выбору)
33. Праздник первых цветов <u>Май</u>	1	Совершенствование умений выполнять покачивания руками (на пружинке). Закрепление умения начинать и заканчивать движения с музыкой, перестраиваться в соответствии с музыкальной формой	1	Упражнение с цветами и зелёными веточками (музыка по выбору), образно-игровые композиции: «Кот Леопольд», «Поросята», «Птички и Вороны»
34. Праздник весенних лучиков <u>Май</u>	2 3	Закрепление навыка лёгкого бега, топающего шага, прыжков на двух ногах. Закрепление навыков перестроений в пространстве: движения по кругу, в рассыпную, «змейкой» за ведущим	2	«Упражнение с цветами и зелёными веточками (музыка по выбору), образно-игровые композиции: «Кот Леопольд», «Поросята», «Птички и Вороны»
35. Праздник одуванчиков <u>Май</u>	4 5	Воспитание у детей устойчивого интереса к музыкально-ритмической деятельности. Расширение и совершенствование двигательных навыков и умений	2	Танец с цветами» (повторение). Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете», муз. Е. Крылатова

<p>36.Здравствуй, лето красное! <u>Май</u></p>	<p>6 7</p>	<p>Закрепление и расширение навыков ориентировки в 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</p>	<p>2</p>	<p>Исполнение танцев с цветами, танца «Бабочки» (Бургмюллер) и др. Повторение танцев и музыкально-ритмических композиций по выбору детей</p>
<p>37.Наши любимые песенки</p>	<p>8</p>	<p>Совершенствование умений выполнять несложные плясовые движения по показу педагога при обыгрывании детских песен</p>	<p>1</p>	<p>«Красная шапочка», «Хлопайте в ладоши», «»Раз, ладошка, «Две капельки» муз.Е. Зарицкой Повторение знакомых парных плясок (по выбору)</p>

### 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