

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛИЦЕЙ № 244
КИРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

СОГЛАСОВАНО

Председатель МО

Протокол №1 от 26.08.2025

Рекомендована к использованию
решением Педагогического совета
ГБОУ Лицея № 244 Кировского района
Санкт-Петербурга
Протокол №4 от 29.08.2025

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ Лицея № 244
Кировского района Санкт-Петербурга

Светлицкий С.Л.

Приказ от 09.09.2025 №60.1-ОД

Подписано цифровой подписью:
Светлицкий Сергей Леонидович
Дата: 2025.08.30 14:12:41 +03'00'

Рабочая программа дополнительного образования

«Ритмика»

Возраст обучающихся – 6-7 лет

Срок реализации программы: 01.10.2025 – 30.04.2026

Педагог дополнительного образования:

Быкова Татьяна Алексеевна

Санкт-Петербург

2025 год

Пояснительная записка

В связи с введением Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования возросла потребность в эффективных методах воспитания детей дошкольного возраста. Явление — это не случайное и связано, прежде всего, с пониманием самоценности этого периода детства, значения общего и музыкального развития в дошкольном возрасте для последующего становления личности ребёнка. И музыкально-ритмическое воспитание является одним из стержневых видов деятельности, поскольку по своей природе является синтетическим, объединяющим музыку (пение, движение и слово).

Не секрет, что дети любят двигаться под музыку, но спонтанный танец - это не продукт интеллектуальной деятельности человека, это, скорее движение, возникающее на уровне подсознания. Гораздо сложнее точно выполнять комплекс движений в определённой последовательности под определённую музыку. Ещё сложнее танцевать группой, когда необходимо не просто выполнить движение, но и выполнить их синхронно. При разучивании танца происходит тренировка многих умений ребёнка: запоминание отдельных движений и движений в комплексе, координация движений, способность слушать музыку и повторять под неё движения (т. е. чувство ритма, способность выразиться творчески).

Все эти умения помогают формировать умственные способности ребёнка, т. е. помогают развивать интеллект. Даже если ребёнок не станет профессиональным танцором, он может состояться, как гармонично развитая личность.

Таким образом, танцевальное движение — это один из наиболее продуктивных видов музыкальной деятельности с точки зрения формирования у школьников музыкального творчества и творческих качеств личности.

Дети 6-7 лет самый благодатный материал для танцевального творчества. Они уже хорошо двигаются под музыку, им доступны более сложные танцевальные движения, которые они выполняют согласованно, соблюдая заданный темп, двигаются по кругу, передают игровые и танцевальные художественные образы, двигаются по кругу друг за другом и парами, у них уже хорошо развита речь и память. Хочется подарить радость детям, приобщив их к самому замечательному, к самому приятному занятию - танцам посредством ритмики. Очень важен подбор музыки, она должна быть понятна, доступна детям, темп умеренно быстрый. Должно четко прослушиваться смена частей в музыке, и очень важна хорошая аранжировка. Чаще всего в ООД по ритмике используется фонограмма, которая позволяет педагогу танцевать вместе с детьми и, кроме того, развивает музыкально-слуховые представления. Занятия танцами развивает не только эмоциональную сферу, но и совершенствует ребёнка физически.

Эта программа поможет детям познакомиться с таким интересным направлением музыкально-танцевального искусства как ритмика.

Ритмика — это передача музыки через движения, это эмоциональный отклик на музыку, это выполнение простых танцевальных упражнений под музыку. Она доступна детям, начиная со среднего возраста. Ритмика не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств. Ритмика закладывает надёжный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребёнка. Ритмика создаёт ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, сообщает более светлое восприятие жизни.

Содержание рабочей программы по ритмике разработано в соответствии с ФГОС ДО.

Программа относится к художественно-эстетическому направлению. Она направлена на творческое развитие детей дошкольного возраста через приобщения их к жанру танцевального искусства.

Программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию музыкально-ритмической деятельности в ДОУ.

Основу данной программы составляет, с одной стороны, ориентация на общечеловеческие ценности истории культуры своего народа, а с другой это установка на развитие творческой индивидуальности ребенка. Это и определяет актуальность программы.

Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности, танцы, пляски и игры способствуют **гармоническому развитию личности**. В изящных или задорных движениях, каждый имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроение, мысли, проявить характер. Соприкасаясь с танцевальным искусством, в доступной для детей форме, они постепенно приобщаются к миру прекрасного.

Основная цель программы заключается в углублении и дифференциации восприятия музыки (выделение средств выразительности, формы), её образов и формировании на этой основе навыков выразительного движения. Необходимо обучить детей умению владеть своим телом, красивой осанке, грациозной походке, умению выступать перед другими, развить координацию, музыкальность, выразительность и мягкость исполнения, развить свою гибкость и выносливость.

На занятиях по ритмике работа с детьми ведется по следующим направлениям, которые решают следующие задачи:

Развитие музыкальности:

- развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации в движении.

Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения;
- формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Содержание программы по ритмике определяют следующие разделы:

- игроритмика;
- танцевально-ритмическая гимнастика;
- пальчиковая гимнастика;

- строевые упражнения;
- игровой самомассаж;
- музыкально-подвижные игры.

«Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, 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.

«Танцевально - ритмическая гимнастика». Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов.

«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 мир внутреннего мира ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Очень важным фактором, необходимым для развития речи, является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами.

«Строевые упражнения» являются средством организации занимающихся и целесообразного их размещения в зале. Строевые упражнения способствуют развитию 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.

«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.

«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.

«Образно-игровые упражнения» представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д.

Данная программа направлена на обучение танцевальной ритмикой детей от 6 до 7 лет, и рассчитана на 7 месяцев обучения.

При решении образовательных, эстетических и педагогических 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 преемственности 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 психофизического механизма воздействия занятий ритмикой на организм ребенка.

Форма реализации программы: занятия ритмикой проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятия: 35 + 35 минут с перерывом 10 минут.

Ожидаемые результаты освоения программы:

- умеют свободно двигаться под музыку различного характера;
- умеют хорошо ориентироваться в зале при исполнении танцев и проведении музыкальных подвижных игр: владеют основными упражнениями и танцевальными движениями, умеют различать жанры музыкальных произведений (марш, полька, вальс);
- активизируются, эмоционально отзывчивым;
- самостоятельно умеют исполнять танцы, пляски и комплексы танцевально-ритмических упражнений под музыку, действовать, не подражая друг другу.
- соблюдают элементарные общепринятые нормы и правила поведения;
- умеют танцевать 5-6 новых танцевальных композиций.

Формы подведения итогов реализации программы: открытое мероприятие, выступления на утренниках, участие в развлечениях.

Характеристика особенностей детей старшего дошкольного возраста.

Старший возраст - важнейший период в развитии дошкольника. В этом возрасте возрастают физические возможности детей: движения их становятся значительно более уверенными и разнообразными, восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными повторять различные не очень сложные движения за педагогом, запоминать композиции из нескольких движений. Начинает развиваться и образное мышление. Дети с удовольствием исполняют движения, создают образы сказочных персонажей, животных. Это очень активный возраст, что создаёт новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. Дети старшего возраста отличаются высокой эмоциональностью, ярко и непосредственно выражают свои чувства.

Увеличивается устойчивость внимания. Он уже способен удерживать в памяти, при выполнении действий, определенные условия: прямая спина, подтянутый корпус, поднятая голова и т.д. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро и резко утомляется, становится психически и физически вынослив. Именно в этом возрасте очень важно начать заниматься танцевальным творчеством. Дети уже легко воспринимают и выполняют требования педагога. Физиология ребенка готова к определенным нагрузкам. В этом возрасте ребенок как губка впитывает всю полезную информацию.

Научно доказано, что ребенок в старшем возрасте запоминает столько материала, сколько он не запомнит потом никогда. В этом возрасте ребенку интересно все, что связано с окружающим миром, расширяет его кругозор. Начав заниматься танцами в 6 лет, ребенок может пронести это увлечение через всю жизнь.

Игра, как известно, является ведущей деятельностью дошкольника.

В этом возрасте дети с удовольствием принимают участие в игровой деятельности. Поэтому музыкальные игры имеют огромное значение в обучении детей старшего возраста. Образные упражнения и музыкальные игры являются наиболее интересными для детей видами музыкально-ритмической деятельности. Они создают широкую возможность для развития художественно-творческих способностей детей – проявления фантазии, выдумки, активности, инициативы. Обучение двигательным навыкам необходимо проводить в увлекательной форме. В этот период резко возрастает потребность в движении. Растущий организм ребенка требует активных движений. Дети очень энергичны, активны, подвижны.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Ребенок может достаточно точно повторять за педагогом позу, несколько простых движений, следя за точным положением рук, ног, головы, корпуса. В этом возрасте уже неплохо развита ловкость, координация движений. Дети уже могут держать равновесие.

В этом возрасте дети легко общаются, идут на контакт со сверстниками и взрослыми. Они с удовольствием принимают участие в игровых упражнениях. Для этого возраста интересна работа в парах. Дети с удовольствием меняются партнерами. Это помогает подружить детей и легче сформировать танцевальную группу. Когда в группе появляются лидеры, то появляется и элементы соревновательности. Это очень важно для сравнения себя с другими, что ведет к стремлению ребенка двигаться вперед.

Содержание программы

Музыкальное воспитание средствами движения осуществляется в играх, плясках, танцах, упражнениях, доступных и интересных детям.

1. Музыкальная игра.

Игра – наиболее активная творческая деятельность, направленная на выражение эмоционального содержания музыки, осуществляется в образных движениях. Игра имеет определённый сюжет, правила, музыкально-учебные задания, и, облегчённая в интересную форму, помогает лучшему усвоению программных навыков.

В методике дошкольного музыкального воспитания определены два вида игр: игры под инструментальную музыку и игры под пение.

В свою очередь игры под инструментальную музыку разделяются на *сюжетные*, где выступают определённые персонажи, развёртывается действие и решается основная задача – передать музыкально-игровой образ персонажа, и *несюжетные*, правила которых связаны с музыкой, и решается задача двигаться в соответствии с содержанием, характером и формой музыкального произведения.

Игры под пение включают хороводы, инсценировки песен и тесно связаны между собой. Построение их зависит от содержания. В действие поочерёдно включаются отдельные дети, небольшая их группа, весь коллектив, меняется направление движения, происходят перестроения: в круг, шеренги, пары, «стайку», колонны и т. д. Таким образом, музыкальные игры по своим задачам принадлежат к дидактическим, по характеру – к подвижным. Их содержание находится в полном соответствии с музыкой.

2. Пляски, танцы.

Своеобразной формой музыкально - ритмических движений являются детские пляски, танцы, включающие элементы народных и классических танцевальных движений.

Исходя из поставленных задач и общего содержания, их можно последовательно сгруппировать:

- *пляски с зафиксированными движениями*, построение которых всегда зависит от структуры музыкального произведения;

- *пляски комбинированные*, имеющие зафиксированные движения и свободную импровизацию;

- *свободные пляски*, которые носят творческий характер и исполняются под народные плясовые мелодии. Дети, используя знакомые элементы танцев, построений, упражнений, комбинируют их по-новому, придумывают «свою» пляску;

- *детский «бальный танец»*, включающий разнообразные польки, галопы, вальсообразные движения. Лёгкий, оживленный характер музыки сопровождается всё время повторяющимися танцевальными элементами (шаг польки, шаг галопа).

В плясках очень ограниченно используются самые простые движения, так как детям трудно запомнить их последовательность.

3. Упражнения.

Музыкально-ритмические навыки усваиваются главным образом в ходе разучивания игр, плясок. Однако некоторые из них требуют дополнительных усилий, тренировок, упражнений. Например, надо поупражнять детей в точном исполнении ритмического рисунка, акцента. Педагог, облекая задание в интересную форму, помогает ребятам с ним справиться. Некоторые упражнения помогают навыкам выразительного движения в передаче игрового образа, в ходьбе, беге, поскоках, а также тренируют в усвоении отдельных танцевальных элементов.

Дети рано начинают чувствовать настроение, характер музыки, воспринимая её сначала в совокупности всех средств, выделяют, отличая отдельные, наиболее яркие средства, доминирующие в произведении (например, форму, темп, динамику, метроритм), передавая это в движениях.

Музыкально-ритмические навыки осваиваются в процессе разучивания игр, плясок и упражнений. Важно научить ребят воспринимать музыку целостно, схватывать общее настроение, характер. Однако в процессе обучения можно выделить те или иные навыки, которые особенно хорошо усваиваются при разучивании данного материала.

Двигательные навыки детей, необходимые для постановки танца, зависят, в первую очередь, от психофизиологических особенностей. Разучивание движений только тогда будет эффективно, когда оно основано на знании возможностей ребенка, а также требуется строгий учет его возрастных психофизиологических особенностей. Танцуя, ребенок, включается в творческий процесс. Совершенствуются его двигательные возможности и навыки.

Выполнение двигательных упражнений способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества необходимые для формирования умений и специфических навыков.

В старшей группе движения становятся более выразительными, углубленными и утонченными. В разные моменты жизни детей общение с музыкой и танцем позволяет решать разные педагогические задачи. Наибольший вклад, безусловно, будет сделан в формировании личности ребенка при разумном использовании знаний психического развития.

Движение под музыку дополняет ряд задач занятий ритмикой:

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение;
- создает приподнятое настроение;
- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Знание особенностей детского восприятия в 5-6 летнем возрасте позволяет педагогу наиболее точно и грамотно использовать методические приемы обучения.

Особенность детского восприятия такова, что вырабатывать точность, четкость, осмысленность движения помогает использование подражательных движений или образное сравнение.

Занятия ритмикой доставляют детям радость и удовольствие. Но должны быть доступны и содержание, и характер движений. Некоторые дети могут проявлять манерность, напряженность и передавать лишь внешнюю форму упражнений.

Каждое упражнение имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого музыкальный руководитель направляет внимание детей на музыку.

Работа по закреплению и углублению связи движений с музыкой проходит успешно, если музыкальный руководитель, соблюдая последовательность задач музыкального восприятия, одновременно воспитывает и развивает движения детей, систематически прививая им необходимые навыки.

В старшей группе дети уже понимают смысл разучивания и совершенствования отдельных движений и с удовольствием упражняются в них. В этом возрасте требуется изучить ряд подготовительных упражнений, при помощи которых детям постепенно прививаются некоторые навыки, необходимые им для правильного исполнения многих движений.

Занятия по программе позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Практическая значимость занятий: насыщенность, динамичность, яркая эмоциональность, игровая форма занятия не даёт детям скучать, ибо без интереса, без удовольствия невозможно добиться у занимающихся полного сокращения мышц, волевого усилия при исполнении движений, без чего нельзя привить новый навык. Использование такой структуры занятия даёт ощутимые результаты: к концу обучения, используя простые движения и несложные комбинации, дети демонстрируют навыки артистического перевоплощения в небольших сюжетных танцах и миниатюрах.

Используемые технологии в программе по ритмике.

В образовательном процессе на занятиях ритмикой применяются такие педагогические технологии:

1) *Игровая технология* - объединяет достаточно обширную группу методов и приемов организации педагогического процесса в форме различных игр. Их основная цель - обеспечение личностно-деятельного характера усвоения знаний, умений, навыков. Основным механизмом реализации являются методы вовлечения детей в творческую деятельность.

2) *Технология дифференцируемого обучения* - ставит своей целью создание оптимальных условий для выполнения задатков, развития интересов и способностей воспитанников. Механизмом реализации являются методы индивидуального обучения.

1. *Технология личностно-ориентированного обучения* — организация педагогического процесса на основе глубокого уважения к личности ребёнка, учёте особенностей его индивидуального развития, отношения к нему как к сознательному, полноправному и ответственному участнику образовательного процесса. Это формирование целостной, свободной, раскрепощённой личности, осознающей своё достоинство и уважающей достоинство и свободу других людей.

2. *Информационные технологии* – все технологии использующие специальные технические информационные средства: компьютер, аудио-, видео-, теле – средства обучения.

1. *Здоровьесберегающие технологии* - создание комплексной стратегии улучшения здоровья обучающихся, разработка системы мер по сохранению здоровья детей и выработка знаний и навыков, которыми должен овладеть воспитанник.

2. *Технология проблемного обучения* - ставит своей целью развитие познавательной активности и творческой самостоятельности детей. Механизмом реализации является поисковые методы, приема поставки познавательных задач поставив перед

воспитанниками задачу, которую они выполняют, используя имеющиеся у них знания и умения.

Методическое обеспечение программы

Занятия проводятся в музыкальном зале. Используемый в танцевально-ритмической гимнастике инвентарь должен быть не только удобным, но и радовать глаз, развивать вкус детей, содействовать их эстетическому воспитанию. Для эффективного использования занятий имеются:

пособия: нотный материал, иллюстрации, фонограммы, CD, DVD диски, кассеты и т.д.

музыкальные инструменты и игрушки: ложки, колокольчики, бубен, погремушки, самодельные и шумовые инструменты и т.д.

атрибуты: платочки цветные, ленты (по две на каждого ребёнка), флажки, палочки - «шумелки», обручи, мячи, мишура, цветочки и т.д.

В процессе обучения в работе с детьми могут использоваться конкурсы на лучшее исполнение этюдов, танцевальных композиций, а также дети выступают на утренниках, участвуют в развлечениях. Организуется посещение музыкальных спектаклей.

Методы и формы образовательной деятельности

Целостный процесс обучения танцевально-ритмическим движениям можно условно разделить на 3 этапа:

- начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению);
- этап углубленного разучивания упражнения;
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение.

Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создают условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким и понятным, желательно в зеркальном изображении.

Основной метод музыкально-ритмического воспитания детей – «вовлекающий показ» двигательных упражнений. Учитывая способность детей к подражанию, их желание двигаться вместе со взрослым и, вместе с тем, неспособность действовать по словесной инструкции, так как от этого напрямую зависит и качество движений детей.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть кратким и образным, с использованием гимнастической терминологии. При обучении сложным движениям педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения.

Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе.

Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. Его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на 2, 4, 8 и большое количество счетов. Для начального обучения упражнения используются ограничители, ориентиры. Педагог, проводя урок, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям.

Так, образные сравнения помогают детям правильно осваивать движение, так как создают у детей особое настроение. Похвала ребенка активизирует работу его сердца, нервную систему.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Процесс разучивания существенно ускоряется, если удастся обеспечить занимающихся срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам можно отнести: упражнения перед зеркалом, использование звуковых ориентиров (хлопков, ударов в бубен).

Повышению активности детей способствует изменение условий выполнения упражнений, постановка двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение.

Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления - "идеомоторной тренировки". В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения.

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

Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Структура занятий:

Каждое занятие состоит из трех частей:

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

- музыкальная игра
- построение, поклон

Тематическое планирование

№	Дата	Название занятия	Цель	Музыкальный репертуар
1.	04.10.25	«Давайте познакомимся» Правила безопасности, личная гигиена, костюм для занятия	Правила безопасности, Познакомить детей друг с другом сплотить группу. Снять телесное и эмоциональное напряжение. Развивать музыкальных слух, чувство ритма и музыкальную память у детей.	Танец «Осенние листья»

2.	11.10.25	«Как мы любим осень»	Закреплять умение детей передавать в движении характер музыки. Слышать сильную долю такта. Работать над качеством движений пальчиковой гимнастики для развития мелкой моторики. Упражнения на релаксацию для снятия эмоционального и физического напряжения.	Танец «Осенние листья»
3.	18.10.25	«Как мы любим осень»	Способствовать развитию речи, внимания, умению ориентироваться в пространстве. В коммуникативных играх и танцах развивать динамическую сторону общения, эмоциональности, позитивного самоощущения.	Танец «Осенние листья»
4.	25.10.25	«Осенняя фантазия»	Исполнение танца	Танец «Осенние листья»
5	08.11.25	«В цирке»	Улучшать ритмовосприятие, ритмопластику, музыкальное внимание, координацию движений, выносливость. Работать над синхронностью движений. Развивать творческую фантазию, побуждать детей проявлять собственную индивидуальность.	Танец «Клоуны»
6	15.11.25	«В цирке»	Продолжать улучшать ритмовосприятие, ритмопластику, музыкальное внимание, координацию движений, выносливость. Совершенствовать работу над синхронностью движений.	Танец «Клоуны»

	22.11.25	«В цирке»	Развивать артистичность и внутреннюю свободу, уверенность в себе. В коммуникативных играх и танцах развивать динамическую сторону общения, способствовать развитию эмоциональности, позитивного самоощущения.	Танец «Клоуны»
	29.11.25	«В цирке»	Развивать способность воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание; развивать музыкальную память, внимания; развивать координацию движений, пластичность, мягкость.	Танец «Клоуны»
	06.12.25	«В цирке»	Исполнение танца используя выразительные средства мимики и техники движения	Танец «Клоуны»
	13.12.25	«В зимнем лесу»	Формировать у детей плавные, легкие движения рук. Развитие музыкальности умение воспринимать и передавать в движениях музыкальную фразу. Учить взаимодействовать в паре, правильно и точно исполнять парные движения. Работать над пластикой, осанкой, красивой походкой.	Упражнение «Птицы» (вальсовый шаг). Танец «Снежинки»
	20.12.25	«В зимнем лесу»	Продолжать учить четко видеть рисунок танца, точно выполнять перестроения, хорошо ориентироваться в пространстве. Воспитывать тактичность и терпимость по отношению друг к другу.	Упражнение «Птицы» (вальсовый шаг). Танец «Снежинки»
	27.12.25	«В зимнем лесу»	Развивать умения воспринимать музыку, то есть чувствовать её настроение, характер и	Упражнение «Птицы» (вальсовый шаг). Танец «Снежинки»

			понимать ее содержание. Развивать музыкальную память, внимание, синхронность в движении. Развивать артистичность и внутреннюю свободу, уверенность в себе.	
	10.01.26	«В зимнем лесу»	Исполнить танец	Танец «Снежинки»
	17.01.26	«Зимние забавы»	Поддерживать увлечение занятиями пластикой и музыкой. Воспитывать тактичность и терпимость по отношению друг к другу.	«Снежный ком»
	24.01.26	«Зимние забавы»	Продолжать учить четко видеть рисунок танца, точно выполнять перестроения, хорошо ориентироваться в пространстве. Работать над качеством движений пальчиковой гимнастики для развития мелкой моторики.	«Снежный ком»
	31.01.26	«Зимние забавы»	Закреплять у детей умение реагировать на начало и конец музыки, учить переходить от движения к движению, ориентируясь на динамику музыкальной фразы, воспитывать эмоциональную отзывчивость на музыку подвижного характера, вырабатывать устойчивое слуховое внимание.	«Снежный ком»

	07.02.26
	14.02.26
	21.02.26
	28.02.26

	07.03.26
	14.03.26
	21.03.26
	28.03.26
	04.04.26
	11.04.26
	18.04.26
	25.04.26

17.	«Зимние забавы»	Поддерживать увлечение занятиями пластикой и музыкой. Воспитывать тактичность и терпимость по отношению друг к другу.	«Масленица»
18	«Зимние забавы»	Продолжать учить четко видеть рисунок танца, точно выполнять перестроения, хорошо ориентироваться в пространстве. Работать над качеством движений пальчиковой гимнастики для развития мелкой моторики.	«Масленица»
19	«Зимние забавы»	Закреплять у детей умение реагировать на начало и конец музыки, учить переходить от движения к движению, ориентируясь на динамику музыкальной фразы, воспитывать эмоциональную отзывчивость на музыку подвижного характера, вырабатывать устойчивое слуховое внимание.	«Масленица»
20	«Зимние забавы»	Исполнение танца	«Масленица»
21.	«Танцуем, играем всех приглашаем»	Формировать у детей плавные, легкие движения рук. Развивать музыкальность,	

		умение воспринимать и передавать в движениях музыкальную фразу. Учить четко видеть рисунок танца.	
22.	«Танцуем, играем всех приглашаем»	Продолжать учить взаимодействовать в паре, правильно и точно исполнять парные движения. Поддерживать увлечение занятиями пластикой и музыкой.	
23.	«Танцуем, играем всех приглашаем»	Развивать умения воспринимать музыку, то есть чувствовать её настроение, характер и понимать ее содержание. Развивать музыкальную память, внимание. Развивать артистичность и внутреннюю свободу, уверенность в себе.	
24.	«Танцуем, играем всех приглашаем»	Исполнение танца	
25.	«Весеннее настроение»	Разучить основные движения выбранного танца. Работать над пластикой, осанкой, красивой походкой.	«Цветы»
26.	«Весеннее настроение»	Продолжать развивать умения ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом плавно, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.	«Цветы»
27	«Весеннее настроение»	Развивать координацию движений, развивать мелкие мышцы рук, формировать образно-пространственное мышление. Воспитывать у детей любовь к танцу, удовлетворение физиологической потребности к движению, общению со сверстниками.	«Цветы»
28.	«Весеннее настроение»	Продолжать развивать мелкие мышцы рук, формировать образно-пространственное мышление. Упражнять в равновесии. Закреплять основные виды движений в быстром темпе. Исполнение танца	«Цветы»

Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
2. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
3. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно-методическое пособие. –М.: Аркти, 2005. – 108 с.
4. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.

5. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007. - 112 с.
6. Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. -240 с.
7. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
8. Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок. Веста. 2005 – 64 с.
9. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
10. Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.
11. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.
12. Савчук О. Школа танцев для детей -Спб.: Ленинградское издательство, 2009.- 224с.
13. Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально–ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.- 120 с.
14. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
15. Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006. – 44с.
16. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
17. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.
18. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007-384с.
19. Федорова Г.П. Весенний бал. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.
20. Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.