



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 117 «Теремок» (МАДОУ № 117)  
665826, Иркутская область, г.Ангарск, 12а микрорайон, дом 16  
Телефон/ факс 8(3955) 51-09-35,51-01-06,65-17-30  
Телефон 8(3955) 55-17-46,55-17-43  
Электронный адрес: dy117@mail.ru  
Сайт: www.teremok117.ru

Утверждено  
приказом заведующего  
от 26.09.2022 г. № 7-ДО  
на основании  
решения Педагогического Совета  
Протокол № 1 от 29.08.2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**«Ритмопластика»**  
(студия ритмики и хореографии)

**Адресат программы:**  
обучающиеся 3-8 лет

**Срок реализации программы:** 8 месяцев

**Автор-составитель:**  
Подгорнова Л. В., педагог дополнительного образования МАДОУ № 117

Ангарск, 2022

## Содержание

1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Актуальность Программы	3
1.2.	Отличительные особенности Программы	4
1.3.	Адресант Программы. Возрастные особенности воспитанников.	4
1.4.	Срок освоения Программы	5
1.5.	Цель, задачи Программы	5
2.	Комплекс основных характеристик Программы	5
2.1.	Содержание Программы,	6
2.2.	Планируемые результаты освоения Программы	16
3.	Комплекс организационно-педагогических условий	19
3.1.	Учебный план	19
3.2.	Календарный учебный график	20
3.3.	Материально-технические условия реализации программы	21
3.4.	Оценочные материалы	22
3.5.	Методические материалы	24

## **Пояснительная записка.**

### **1.1. Актуальность.**

Ритмика – это ритмические движения под музыку, и именно она является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Занятия ритмикой и танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

В последнее время вышли новые программы и методические рекомендации по развитию музыкально-ритмических движений у детей. Например: «Са-Фи-Дансе» авторы Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина, «Ритмическая мозаика» автор А.И. Буренина. Актуальностью этих программ является то, что ориентация направлена не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога в области ритмопластических движений. Эти программы являются музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагогов. Разнообразие композиций по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений позволяют использовать их в любых формах организаций работы с детьми (от утренней гимнастики и физкультуры до праздничных утренников).

Но для каждого педагога важно умение самостоятельно разрабатывать репертуарный багаж в соответствии с особенностями детей и особенностями поставленных задач. Потому как, невозможно использовать один и тот же материал, его необходимо изменять в соответствии с запросами детей, а также с профессиональным потенциалом педагога. Возникла необходимость в разработке программы по развитию музыкально-ритмических движений у детей основанной на многолетнем опыте работы преподавателя ритмики.

### **1.2. Отличительная особенность Программы.**

Освоение теории на основе особенностей классических и современных концепций, собственный практический опыт позволил педагогу разработать систему по развитию музыкально-ритмических движений у детей дошкольного возраста. Система работы педагога предполагает вариативные игровые формы организаций образовательного процесса. В данной разработке педагог использует авторский музыкально-двигательный материал. Разрабатывает музыкально-ритмические и хореографические композиции для коллективного и индивидуального исполнения. На музыкально-ритмических занятиях решаются задачи развития физических качеств и умений детей. Все задачи отражены в перспективном планировании в составленном с учетом возрастных особенностей детей.

Теоретико-методологической основы программы явились следующие положения:

- положение педагогики о развитии музыкальной культуры (Н.А. Ветлугина, О. П. Радынова);

- положение педагогики о развитии музыкально-ритмических движений (Э. Далькроз, Н.А. Ветлугина, А.В. Кенеман, Н.Г. Александрова, А.И. Буренина);
- положение педагогики о необходимости сочетания обучения и творчества в музыкальной деятельности (К. Тарасова, А.И. Буренина).

В работе с дошкольниками обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год пройденный материал подается на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

В подходе к каждой конкретной группе детей проявляется определенная гибкость, учитывается при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

### **1.3.Адресат Программы**

Программа «Ритмопластика» ориентирована на детей дошкольного возраста от 3-х до 7-ми лет. В качестве основной формы реализации программы выступает организация танцевального кружка.

**Возрастные особенности обучающихся 3-4 лет.** Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. Дети этого возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе, не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений. Движения этих детей не достаточно согласованы, им трудно выполнять танцевальные композиции, но они могут стараться выполнять движения по показу. В этом возрасте нужно больше давать ритмических упражнений и игр и использовать различные образы в показе упражнений.

**Возрастные особенности обучающихся 4-5 лет.** К 4-5 годам движения детей становятся более координированными. Восприятие становится более точным и образным. Дети уже могут запомнить небольшую сюжетно-образную танцевальную композицию. Они более активны в играх и быстрее схватывают новый материал.

**Возрастные особенности обучающихся 5-6 лет.** Дети становятся более артистичными и координированными. Дети шестого года жизни уже могут строить свое поведение, придерживаясь роли. Поэтому они с удовольствием изображают различные образы и импровизируют. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, но теперь ребенок желает показать себя миру. Здесь очень важно выстраивать занятия так, чтобы дети могли проявить себя, обязательно хвалить их и отмечать, что ребенок старается, выполняет упражнение или движение правильно.

**Возрастные особенности обучающихся 6-7лет.** С шести лет дети уже больше осознают свое «Я», хорошо взаимодействуют со сверстниками, появляется стремление научиться делать движения лучше, красивее, точнее. Они уже способны самостоятельно исправлять свои ошибки и вносить коррекцию по ходу двигательной деятельности. Таким детям легче освоить сложнокоординированные танцевальные движения и гимнастические упражнения.

### **1.4. Сроки освоения Программы.**

Сроки освоения Программы-8 месяцев. Общее количество часов, необходимых для освоения программы составляет 28 учебных часов.

Форма обучения-очная.

Формы организации обучающихся: подгрупповая.

Режим занятий: младшая группа- 3-4года, занятия 1 раз в неделю по 15 мин; 4-5 лет, занятия 1 раз в неделю по 20 мин.; 5-6 лет, занятия 1 раз в неделю по 25 мин.; 6-7 лет, занятия 1 раз в неделю по 30 мин.

Реализация дополнительной общеразвивающей программы «Ритмопластика» осуществляется на русском языке.

### 1.5.Цель, задачи Программы

**Цель программы:** - обучение детей творческому исполнению танцевальных движений и передаче образов через движения, формирование социально значимых личностных качеств и развитие творческих способностей посредством ритмики и танца.

#### Задачи программы ритмопластики:

*Развитие музыкальности:*

- развитие способности чувствовать настроение и характер музыки;
- развитие чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти.

*Развитие двигательных качеств и умений:*

- развитие точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

*Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:*

- привитие основных навыков в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание;
- развитие способности к двигательной импровизации.

## 2.Комплекс основных характеристик Программы

### 2.1.Содержание Программы «Ритмопластика». Описание разделов программы.

#### Младшая группа (3-4 года). Содержание программы.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Мы идем в зоопарк.</li> <li>• Мы гуляем в лесу.</li> <li>• Морское путешествие.</li> <li>• Упражнения с погремушками, лентами на кольцах, флажками, султанчиками.</li> </ul>
Партерная гимнастика.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик»;</li> <li>• упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)</li> <li>• упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение;</li> </ul>
Танцевальные движения.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;</li> <li>• шаги на полупальцах и пятках;</li> <li>• различные хлопки</li> <li>• хороводы</li> <li>• танцевальные движения с атрибутами (бубны, погремушки, флажки, платочки)</li> </ul>

<b>Сюжетно-образные танцы.</b>	Ритмические и образные танцы по показу: «Паучок», «Дождик», «Танец утят», «Арам-зам-зам», «Буги-вуги», «Тучка»
Музыкальные игры.	Игры по ориентации в пространстве: построение в круг, построение в линию, построение в две линии, «Море волнуется», «Кошки-мышки», «Зайцы-волки», «Зоопарк», «Птицы», «Машинки», «Самолеты», «Вперед 4 шага»

#### **Средняя группа (4-5 лет). Содержание программы.**

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• изображение различных животных в движении</li> <li>• упражнения для плеч, головы корпуса;</li> <li>• бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;</li> <li>• упражнения с различными предметами</li> </ul>
Партерная гимнастика.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)</li> <li>• упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка».</li> </ul>
<b>Танцевальные движения.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• повторение пройденных движений</li> <li>• топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;</li> <li>• танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки)</li> <li>• построение в две и в три линии и обратно в одну колонну;</li> <li>• движение в парах по кругу</li> <li>• равномерный бег с захлестом голени быстро и с замедлением;</li> <li>• легкие, равномерные, высокие прыжки;</li> <li>• перескоки с ноги на ногу;</li> <li>• простой танцевальный шаг, приставной шаг;</li> <li>• работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками</li> <li>• танец польки по линии, по-одному и в парах;</li> <li>• танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее.</li> </ul>
<b>Сюжетно-образные танцы.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторение пройденных танцев</li> <li>• Изучение танцев «Тетя-весельчак», «Ладочки покажи», «Солнышко лучистое», «Птицы мои птицы», «Кузнечик», «Рыбачок», «Ромашки».</li> </ul>
Музыкальные игры	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры «Ручеек», «Горелки», «Лавата», «Перевернись, ты»</li> </ul>

#### **Старшая группа (5-6 лет). Содержание программы.**

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изображение различных животных в движении</li> <li>• упражнения для все групп мышц с предметами и без;</li> <li>• бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;</li> </ul>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями</li> </ul>
Партерная гимнастика.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)</li> <li>• плавный переход из упражнения в упражнение: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка», «коробочка»</li> </ul>
<b>Танцевальные движения.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение</li> <li>• танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпками) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные</li> <li>• работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками</li> <li>• движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями</li> <li>• танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее</li> <li>• построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов;</li> <li>• движения польки по кругу;</li> <li>• «Енка-енка» в различных видах построения</li> </ul>
<b>Сюжетно-образные танцы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение</li> <li>• Изучение новых танцев, «Я рисую», «Стирка», «Полечка», «Зима», «Дикари».</li> </ul>
Музыкальные игры	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры «Рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй».</li> </ul>

#### **Подготовительная группа (6-8 лет). Содержание программы.**

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках)</li> <li>• использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев</li> <li>• движения по показу из пройденных элементов и движений</li> </ul>
Партерная гимнастика.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения для развития гибкости с усложнением: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка»</li> <li>• быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки</li> <li>• быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием стихотворения «У Лукоморья дуб зеленый»</li> </ul>

<p><b>Танцевальные движения.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение</li> <li>• упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные</li> <li>• работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами (притопами, различными танцевальными шагами, движениями руками)</li> <li>• построение в два круга, противоходы и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов;</li> <li>• танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее, смена партнера в движении</li> <li>• танец польки по кругу со сменой партнера;</li> </ul>
<p><b>Сюжетно-образные танцы</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений</li> <li>• Изучение новых танцев с использованием предметов «Мы маленькие звезды», «Барбарики», «Гномики», «Чико-Нико», «Бибика».</li> </ul>
<p>Музыкальные игры</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры «Дискотека», игра «Зеркало», «Догонялки с использованием танцевальных движений»</li> </ul>



**Содержание занятий по программе «Ритмопластика» для воспитанников 3- 8лет**

		<b>Младшая группа</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная группа</b>
<b>Сентябрь – Октябрь - Ноябрь</b>	<b>Задачи</b>	<p>1.Развивать умение ритмично ходить под музыку, не наталкиваясь, друг на друга.</p> <p>2.Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.</p> <p>3.Учить детей собираться в круг, взявшись за руки.</p> <p>4.Разучивание элементов танцевальных движений.</p> <p>5.Развитие образно – игровых движений, раскрывающих понятный детям образ.</p>	<p>1.Упражнять детей в ходьбе разного характера (бодрая, спокойная), в разном темпе.</p> <p>2.Упражнять детей в беге (легкий, ритмичный), передающий разные образы.</p> <p>3.Учить танцевальным элементам: пружинка, выставление ноги на пятку, кружение парами, лодочка.</p> <p>4.Закреплять умение двигаться в соответствии характером музыки, начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки.</p> <p>5.Развитие ориентировки в пространстве – самостоятельно находить свободное место в зале.</p>	<p>1.Закреплять умение детей двигаться в соответствии с характером музыки</p> <p>2.Упражнять детей в ходьбе разного характера</p> <p>3.Упражнять детей в беге разного характера (легкий, ритмичный, с забросом голени, поскоки)</p> <p>4.Учить хороводный приставной шаг с носка, разучивать танцевальные элементы: «Ковырялочка», «Лодочка», «Кружение в парах», «Полуприсядка».</p>	<p>1.Закреплять умение детей двигаться в соответствии с характером музыки</p> <p>2.Упражнять детей в ходьбе разного характера</p> <p>3.Упражнять детей в беге разного характера (легкий, ритмичный, с забросом голени, поскоки)</p> <p>4.Учить хороводный приставной шаг с носка, разучивать танцевальные элементы: «Ковырялочка», «Лодочка», «Кружение в парах», «Полуприсядка».</p>
	Вводное занятие	Беседа, игровые упражнения	Беседа, игровые и ритмические упражнения	Беседа, танцевальные и игровые упражнения	Беседа, танцевальные игровые упражнения
	Танцевальная разминка	Мы идем в зоопарк Упражнения с погремушками, флажками	Изображение различных животных в движении, упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;	Изображение животных в движении, упражнения для все групп мышц с предметами и без них; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;	Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках); использование в разминке нарезки из

			упражнения с различными предметами.	перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями.	разных пройденных танцев; движения по показу из пройденных элементов и движений.
	Партерная гимнастика	Вытягивание носочков, кручение; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка».	Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития гибкости; вытягивание носочков, кручение.	Упражнения на развитие растяжки; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения).	Упражнения для развития гибкости с усложнением: быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки.
	Танцевальные движения	Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки, хороводы	Повторение пройденных движений: топающий шаг, выставление ноги на носок; танцевальные движения с предметами (чередование - мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки), построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг.	Повторение пройденных элементов и их усложнение; танцевальные движения с атрибутами (чередование - мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке) пройденные и новые, более сложные; движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями.	Повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение; упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) более сложные; работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами построение в два круга.
	Сюжетно-образные танцы	Ритмические и образные танцы по показу «Паучок», «Дождик».	Повторение изученных ранее танцев, новые «Тетя-весельчак», «Ладошки покажи».	Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение Изучение новых танцев «Мои грибки», «Я рисую».	Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений. «Мы маленькие звезды», «Барбарики».

	Музыкальные игры	Построение в линию, «Море волнуется», «Листики», «Зайцы-волки».	«Ручеек», «Птичий двор!!!», «Чудо-юдо», «Насос», «Цыплята».	«Снегопад», «рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй».	Мокрые котята», «Марионетки», «Танцевальные догонялки».
Декабрь – Январь – Февраль	Задачи	<b>Младшая группа</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная группа</b>
		<p>1. Приучать детей двигаться в соответствии с характером музыки (спокойная, бодрая), изменять движение в зависимости от динамики, формы музыкального произведения.</p> <p>2. Развивать умение двигаться по кругу, взявшись за руки на шаге (хоровод).</p> <p>3. Упражнять детей в умении легко подпрыгивать на двух ногах.</p> <p>4. Учить мягкому, осторожному шагу.</p> <p>5. Упражнять в выполнении образно-игровых движений.</p>	<p>1. Закреплять умения выполнения движения, в общем, для всех темпе, координировать их.</p> <p>2. Развитие выразительности движений, умение выполнять образно-игровые движения, раскрывающие образ, настроение или состояние.</p> <p>3. Подводить детей к выразительному исполнению танцевальных движений.</p> <p>4. Отрабатывание танцевального элемента: кружение в парах на носочках</p> <p>5. Закреплять умение самостоятельно начинать движение после вступления.</p> <p>6. Развитие ориентировки в пространстве - умение перестраиваться в круг, строится в колонну.</p>	<p>1. Развивать способность выразительно двигаться в соответствии с характером музыки</p> <p>2. Закреплять умение чувствовать у музыки переход от умеренного темпа к быстрому или медленному и менять движения.</p> <p>3. Закреплять танцевальные элементы: приставной шаг, «ковырялочка» с притопом, переменный шаг, «гармошка»</p> <p>4. Закреплять умение ритмично выполнять поскоки с одной ноги на другую на месте и с продвижением</p> <p>5. Закреплять умение самостоятельно начинать движение с началом музыкального произведения.</p>	<p>1. Развивать способность выразительно двигаться в соответствии с характером музыки</p> <p>2. Закреплять умение чувствовать у музыки переход от умеренного темпа к быстрому или медленному и менять движения.</p> <p>3. Закреплять танцевальные элементы: приставной шаг, «ковырялочка» с притопом, переменный шаг, «гармошка»</p> <p>4. Закреплять умение ритмично выполнять поскоки с одной ноги на другую на месте и с продвижением</p> <p>5. Закреплять умение самостоятельно начинать движение с началом музыкального</p>

					произведения.
Танцевальная разминка	Мы гуляем в лесу Упражнения с погремушками, флажками, султанчиками.	Изображение различных животных в движении; упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами.	Изображение различных животных в движении; упражнения для всех групп мышц с предметами и без; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями.	Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках); использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев; движения по показу из пройденных элементов и движений .	
Партерная гимнастика	Вытягивание носочков, кручение; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка», «полумостик».	Повторение пройденных и новые: «бабочка», «лодочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; упражнения для стоп.	Упражнения на развитие гибкости, плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения).	Переход упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки.	
<b>Танцевальные движения</b>	Ходьба, простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки; хороводы; танцевальные движения с погремушками, платочками.	Повторение пройденных движений, построение в три линии и обратно в одну колонну; движение в парах по кругу, легкие, равномерные, высокие прыжки; перескоки с ноги на ногу; простой танцевальный шаг, работа над движением рук – волна».	Повторение пройденных движений, танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов.	Повторение изученных ранее, противоположные и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных	
<b>Сюжетно-образные танцы</b>	«Танец утят».	«Кузнечик», «Рыбачок».	«Птицы мои птицы», «Полечка», «У леса на опушке».	«Гномики», «Зима», «Чико-Нико».	

	Музыкальные игры	«Птицы», «Снежинки», «Кошки-мышки», «Машина», «Самолеты».	«Перевернись ты», «поезд», «Снеговики», «Цыплята», «Марионетки», «Веселая карусель», «Мокрые котята».	Игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй», «Магазин игрушек», «Мы едем, едем, едем», «Снежинки-ручейки», «Снеговик»	Игра «Дисотека», «Завивайся ниточка в клубочек», «Карнавал животных», «Снегопад».
<b>Март – Апрель - Май</b>	<b>Задачи</b>	<b>Младшая группа</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная группа</b>
		<p>1.Продолжать работать над ритмичностью движений, реагировать на начало звучания музыки и ее окончания.</p> <p>2.Разучивание и закрепление танцевальных элементов.</p> <p>3.Развивать умение ориентироваться в пространстве, становится парами друг за другом, двигаться парами</p> <p>4.Использовать разученные танцевальные движения в свободных плясках.</p>	<p>1.Упражнять детей в беге, передающим различные образы.</p> <p>2.Развивать выразительность движений, умение передавать динамику, настроение «обида-прощение-радость».</p> <p>3.Развивать умение использовать элементы знакомых танцевальных движений в свободных плясках.</p> <p>4.Закреплять танцевальные элементы: легкий поскок, пристанной шаг с приседаниями, мягкий пружинистый шаг, полуприсядка.</p> <p>5.Развивать ориентировку в пространстве- умение становится парами друг за другом.</p>	<p>1.Упражнять детей в ходьбе разного характера (пружинящим шагом, с каблучка, с высоким подниманием колена)</p> <p>2.Упражнять детей в выполнении различных видов галопа (прямой, боковой)</p> <p>3.Развивать пластичность, точность, выразительность движений.</p> <p>4.Развивать координацию рук и ног</p> <p>5.Упражнять в самостоятельном выполнении перестроений на основе танцевальных композиций; самостоятельно начинать движения после вступления</p> <p>6.Развивать умение самостоятельно искать и придумывать движения в соответствии с характером музыкального произведения.</p>	<p>1.Развивать способность выразительно двигаться в соответствии с характером музыки</p> <p>2.Закреплять умение чувствовать у музыки переход от умеренного темпа к быстрому или медленному и менять движения.</p> <p>3.Закреплять танцевальные элементы: приставной шаг, «ковырялочка» с притопом, переменный шаг, «гармошка»</p> <p>3.Закреплять умение ритмично выполнять поскоки с одной ноги на другую на месте и с продвижением</p> <p>5.Закреплять умение самостоятельно начинать движение с началом музыкального</p>

					произведения.
Танцевальная разминка	Морское путешествие. Упражнения с погремушками, лентами на кольцах, флажками, султанчиками.	Изображение различных животных в движении. упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами.	Изображение различных животных в движении, упражнения для все групп мышц с предметами и без; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями.	Переход упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки.	
Партерная гимнастика	Упражнения для стоп; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко»	Повторение пройденных и новые: «колечко», «мостик»; упражнения для стоп, развития гибкости упражнения для стоп вытягивание носочков, кручение.	Упражнения на развитие р гибкости позвоночника; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения).	Упражнения для развития гибкости с усложнением, быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки.	
<b>Танцевальн ые движения</b>	Ходьба, простой шаг в разном темпе и характере; различные хлопки; хороводы; танцевальные движения с бубнами, флажками.	Повторение пройденных движений, работа над движением рук – пластика кистей, танец польки по кругу, танцевальные движения в парах.	Движения польки по кругу в парах и усложнение движений.	Повторение изученных ранее, перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов; танцевальные движения в парах и смена партнера в движении; танец польки по кругу со сменой	

					партнера.
	<b>Сюжетно-образные танцы</b>	«Буги-вуги», «Тучка»	«Солнышко лучистое», «Ромашки»	«Стирка», «Енка-енка» в различных видах построения	«Бибика», «Дикари».
	Музыкальные игры	построение в две линии, «Зоопарк», «Вперед 4 шага».	«Горелки», «Передай настроение».	«Прекрасные цветы», «Поезд».	«Зеркало».

## 2.2. Планируемые результаты освоения Программы.

3-4 года.		
1.	развитие координации движений.	Высокий уровень-движения обучающегося координированы. Средний уровень-ребенок испытывает трудности в координации движений. Низкий уровень-навык отсутствует.
2.	наличие интереса к процессу движения под музыку.	Высокий уровень-обучающий проявляет устойчивый интерес к выполнению движений под музыку. Средний уровень- обучающий проявляет не устойчивый интерес к выполнению движений под музыку. Низкий уровень- обучающий не проявляет интерес к выполнению движений под музыку.
3.	желание передавать выразительность движений.	Высокий уровень-обучающийся самостоятельно выполняет выразительные движения. Средний уровень-обучающийся пытается передавать движения выразительно. Низкий уровень- обучающийся не пытается передавать движения выразительно.
4.	умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ.	Высокий уровень-обучающийся может передать игровой образ в движении под музыку. Средний уровень- обучающийся пытается передать игровой образ в движении под музыку. Низкий уровень- обучающийся не пытается передать игровой образ в движении под музыку.
4-5 лет.		
1.	умение точно координировать движения в соответствии с формой, темпом, ритмом музыкального сопровождения.	Высокий уровень-обучающийся точно координирует движения в соответствии с формой, темпом, ритмом музыкального сопровождения. Средний уровень- обучающийся пытается координировать движения в соответствии с формой, темпом, ритмом музыкального сопровождения. Низкий уровень- обучающийся не может точно координировать движения в соответствии с формой, темпом, ритмом музыкального сопровождения.
2.	проявления выразительности движений под	Высокий уровень- обучающийся



	музыку.	<p>проявляет выразительности движений под музыку</p> <p>Средний уровень- обучающийся пытается проявляет выразительности движений под музыку.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся не может проявляет выразительности движений под музыку</p>
3.	способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиции.	<p>Высокий уровень- обучающийся способен к запоминанию и самостоятельному исполнению композиции.</p> <p>Средний уровень- обучающийся способен к исполнению композиции по показу взрослого.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся не стремится к запоминанию и самостоятельному исполнению композиции.</p>
4.	использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.	<p>Высокий уровень- обучающийся использует разнообразные виды движений в импровизации под музыку.</p> <p>Средний уровень- обучающийся способен к исполнению движений по показу взрослого.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся не стремится к импровизации под музыку.</p>
<b>5-6 лет.</b>		
1.	освоение большого объема разнообразных отдельных видов движений.	<p>Высокий уровень- обучающийся освоил большого объема разнообразных отдельных видов движений.</p> <p>Средний уровень- обучающийся освоил достаточный объем разнообразных отдельных видов движений.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся освоил недостаточный объеа разнообразных отдельных видов движений.</p>
2.	способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.	<p>Высокий уровень- обучающийся способен к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.</p> <p>Средний уровень- обучающийся способен к исполнению движений по показу взрослого.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся не стремится к импровизации под музыку.</p>
3.	способность выразительно исполнять	Высокий уровень- обучающийся

	движения под музыку.	<p>проявляет выразительности движений под музыку</p> <p>Средний уровень- обучающийся пытается проявлять выразительности движений под музыку.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся не может проявлять выразительности движений под музыку</p>
4.	умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности.	<p>Высокий уровень- обучающийся самостоятельно отображает в движении основные средства музыкальной выразительности.</p> <p>Средний уровень- обучающийся способен к исполнению движений по показу взрослого.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся не стремится к передачи выразительности движений под музыку.</p>
5.	точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.	<p>Высокий уровень- обучающийся точно и правильно исполняет движения в танцевальных и гимнастических композициях.</p> <p>Средний уровень- обучающийся пытается точно и правильно исполнять движения в танцевальных и гимнастических композициях.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся не пытается точно и правильно исполнять движения в танцевальных и гимнастических композициях.</p>
<b>7-8 лет.</b>		
1.	освоение большого объема разнообразных отдельных видов движений.	<p>Высокий уровень- обучающийся освоил большого объема разнообразных отдельных видов движений.</p> <p>Средний уровень- обучающийся освоил достаточный объем разнообразных отдельных видов движений.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся освоил недостаточный объеа разнообразных отдельных видов движений.</p>
2.	способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.	<p>Высокий уровень- обучающийся способен к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.</p> <p>Средний уровень- обучающийся способен к исполнению движений</p>

		по показу взрослого. Низкий уровень- обучающийся не стремится к импровизации под музыку.
3.	способность выразительно исполнять движения под музыку.	Высокий уровень- обучающийся проявляет выразительности движений под музыку Средний уровень- обучающийся пытается проявлять выразительности движений под музыку. Низкий уровень- обучающийся не может проявлять выразительности движений под музыку
4.	умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности.	Высокий уровень- обучающийся самостоятельно отображает в движении основные средства музыкальной выразительности. Средний уровень- обучающийся способен к исполнению движений по показу взрослого. Низкий уровень- обучающийся не стремится к передачи выразительности движений под музыку.
5.	точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.	Высокий уровень- обучающийся точно и правильно исполняет движения в танцевальных и гимнастических композициях. Средний уровень- обучающийся пытается точно и правильно исполнять движения в танцевальных и гимнастических композициях. Низкий уровень- обучающийся не пытается точно и правильно исполнять движения в танцевальных и гимнастических композициях.

### 3.Комплекс организационно-педагогических условий.

#### 3.1. Учебный план для работы с обучающимися 3-8лет.

№	Наименование разделов, тема	Количес во занятий	Теория	Практи ка
<b>3-4 года</b>				
1.	Вводное занятие.	1	0.3	0,7
2.	Разучивание танцевальных движений.	14	3	11
3.	Разучивание упражнений партерной гимнастики.	2		2
5.	Разучивание сюжетно-образных танцев.	6	2	4
6.	Разучивание музыкальных игр.	4	1	3
7.	Промежуточная аттестация. Итоговое занятие. Веселый концерт.	1		1
	Итого	28		

<b>4-5 лет</b>				
1.	Вводное занятие.	1	0,3	0,7
2.	Разучивание танцевальных движений.	14	3	11
3.	Разучивание упражнений партерной гимнастики.	2		2
4.	Разучивание сюжетно-образных танцев.	6	2	4
5.	Разучивание музыкальных игр.	4	1	3
6.	Промежуточная аттестация. Итоговое занятие. Веселый концерт.	1		1
		28		
<b>5-6 лет</b>				
1.	Вводное занятие.	1	0,3	0,7
2.	Разучивание танцевальных движений.	10	3	7
3.	Разучивание упражнений партерной гимнастики.	2		2
4.	Разучивание сюжетно-образных танцев.	10	2	8
5.	Разучивание музыкальных игр.	4	1	3
6.	Промежуточная аттестация. Итоговое занятие. Танцевальный марафон.	1		1
	Итого	28		
<b>6-8 лет</b>				
1.	Вводное занятие.	1	0,3	0,7
2.	Разучивание танцевальных движений.	10	3	7
3.	Разучивание упражнений партерной гимнастики.	2		2
4.	Разучивание сюжетно-образных танцев.	10	2	8
5.	Разучивание музыкальных игр.	3	1	
6.	Промежуточная аттестация. Итоговое занятие. Танцевальный марафон.	1		1
	Итого 28			

### 3.2.Календарный учебный график.

<b>3- 4 года</b>									
		октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
<b>1</b>	Вводное занятие.	<b>1</b>							
<b>2</b>	Разучивание танцевальных движений.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>3</b>	Разучивание упражнений партерной гимнастики.	<b>1</b>	<b>1</b>						
<b>4</b>	Разучивание сюжетно-образных танцев.					<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>5</b>	Разучивание музыкальных игр.	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>				
<b>6</b>	Промежуточная аттестация. Итоговое занятие. Веселый концерт.								<b>1</b>
	Итого-28	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>1</b>

4-5 лет									
		октябр ь	ноябр ь	декабр ь	январ ь	феврал ь	мар т	апрел ь	май
1	Вводное занятие.	1							
2	Разучивание танцевальных движений.	1	2	2	3	2	2	2	
3	Разучивание упражнений партерной гимнастики.	1	1						
4	Разучивание сюжетно-образных танцев.					2	2	2	
5	Разучивание музыкальных игр.	1	1	1	1				
6	Промежуточная аттестация. Итоговое занятие. Веселый концерт.								1
	Итого-28	4	4	3	4	4	4	4	1

5-6 лет									
		октябр ь	ноябр ь	декабр ь	январ ь	феврал ь	мар т	апрел ь	ма й
1	Вводное занятие.	1							
2	Разучивание танцевальных движений.	1	2	2	3	2	2	2	
3	Разучивание упражнений партерной гимнастики.	1	1						
4	Разучивание сюжетно-образных танцев.					2	2	2	
5	Разучивание музыкальных игр.	1	1	1	1				
6	Промежуточная аттестация. Итоговое занятие. Танцевальный марафон.								1
	Итого-28	4	4	3	4	4	4	4	1

6-8 лет									
		октябр ь	ноябр ь	декабр ь	январ ь	феврал ь	мар т	апрел ь	ма й
1	Вводное занятие.	1							
2	Разучивание танцевальных движений.	1	2	2	3	2	2	2	
3	Разучивание упражнений партерной гимнастики.	1	1						
4	Разучивание сюжетно-образных танцев.					2	2	2	
5	Разучивание музыкальных игр.	1	1	1	1				
6	Промежуточная аттестация. Итоговое занятие. Танцевальный марафон.								1
	Итого-28	4	4	3	4	4	4	4	1

### 3.3. Материально-технические условия реализации Программы.

Помещение-занятия проводятся в хореографическом зале с установленным хореографическим станком и зеркалами.

Музыкальный центр с записями музыкального сопровождения для движений.

### 3.4. Оценочные материалы.

Для подтверждения результативности освоения воспитанниками содержания дополнительной общеобразовательной программы «Ритмопластика» проводится промежуточная аттестация в форме танцевального концерта или марафона.

#### Лист оценивания освоения Программы обучающимися 3-4 лет.

		Фамилия имя ребенка						
1	Развитие координации движений. Высокий уровень-движения обучающегося координированы. Средний уровень-ребенок испытывает трудности в координации движений. Низкий уровень-навык отсутствует.							
2	Наличие интереса к процессу движения под музыку. Высокий уровень-обучающий проявляет устойчивый интерес к выполнению движений под музыку. Средний уровень- обучающий проявляет не							

	устойчивый интерес к выполнению движений под музыку. Низкий уровень- обучающий не проявляет интерес к выполнению движений под музыку.							
3	Желание передавать выразительность движений. Высокий уровень-обучающийся самостоятельно выполняет выразительные движения. Средний уровень-обучающийся пытается передавать движения выразительно. Низкий уровень- обучающийся не пытается передавать движения выразительно.							
4	Умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ. Высокий уровень-обучающийся может передать игровой образ в движении под музыку. Средний уровень- обучающийся пытается передать игровой образ в движении под музыку. Низкий уровень- обучающийся не пытается передать игровой образ в движении под музыку.							

**Лист оценивания освоения Программы обучающимися 4-5 лет.**

1	Умение точно координировать движения в соответствии с формой, темпом, ритмом музыкального сопровождения. Высокий уровень-обучающийся точно координирует движения в соответствии с формой, темпом, ритмом музыкального сопровождения. Средний уровень- обучающийся пытается координирует движения в соответствии с формой, темпом, ритмом музыкального сопровождения. Низкий уровень- обучающийся не может точно координирует движения в соответствии с формой, темпом, ритмом музыкального сопровождения.							
2	Проявление выразительности движений под музыку. Высокий уровень- обучающийся проявляет выразительности движений под музыку Средний уровень- обучающийся пытается проявляет выразительности движений под музыку. Низкий уровень- обучающийся не может проявлять выразительности движений под музыку							
3	Способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиции. Высокий уровень- обучающийся способен к запоминанию и самостоятельному исполнению композиции. Средний уровень- обучающийся способен к исполнению композиции по показу взрослого. Низкий уровень- обучающийся не стремится к запоминанию и самостоятельному исполнению							

	композиции.								
4	Использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку. Высокий уровень- обучающийся использует разнообразные виды движений в импровизации под музыку. Средний уровень- обучающийся способен к исполнению движений по показу взрослого. Низкий уровень- обучающийся не стремится к импровизации под музыку.								

**Лист оценивания освоения Программы обучающимися 5-8 лет.**

		Фамилия имя ребенка							
1	Освоение большого объема разнообразных отдельных видов движений. Высокий уровень- обучающийся освоил большого объема разнообразных отдельных видов движений. Средний уровень- обучающийся освоил достаточный объем разнообразных отдельных видов движений. Низкий уровень- обучающийся освоил недостаточный объема разнообразных отдельных видов движений.								
2	Способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений. Высокий уровень- обучающийся способен к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений. Средний уровень- обучающийся способен к исполнению движений по показу взрослого. Низкий уровень- обучающийся не стремится к импровизации под музыку.								
3	Способность выразительно исполнять движения под музыку. Высокий уровень- обучающийся проявляет выразительности движений под музыку Средний уровень- обучающийся пытается проявлять выразительности движений под музыку. Низкий уровень- обучающийся не может проявлять выразительности движений под музыку								
4	Умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности. Высокий уровень- обучающийся самостоятельно отображает в движении основные средства музыкальной выразительности. Средний уровень- обучающийся способен к исполнению движений по показу взрослого. Низкий уровень- обучающийся не стремится к передачи выразительности движений под музыку.								
5	Точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.								



.	<p>Высокий уровень- обучающийся точно и правильно исполняет движения в танцевальных и гимнастических композициях.</p> <p>Средний уровень- обучающийся пытается точно и правильно исполнять движения в танцевальных и гимнастических композициях.</p> <p>Низкий уровень- обучающийся не пытается точно и правильно исполнять движения в танцевальных и гимнастических композициях.</p>								
---	---	--	--	--	--	--	--	--	--

### 3.5. Методические материалы.

Взаимодействие педагога и ребенка в рамках содержания программы предполагает использование следующей структуры занятий.

#### Примерный план организации занятия «Ритмопластика».

##### *Вводная часть:*

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

##### *Подготовительная часть занятия:*

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

##### *Основная часть занятия:*

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

##### *Заключительная часть:*

- музыкальная игра
- построение, поклон

Во взаимодействии с воспитанниками используются разнообразные виды музыкально-ритмических занятий: тематические, сюжетные, игровые. занятия-импровизация, танцевальные марафоны.

Тематическое занятие состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

**Цель занятия:** Развитие интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительному исполнению движений.

*На занятие используются:*

##### Основные виды движений:

-ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом.

-бег-легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку»).

-прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп-«лошадки», легкое подсакивание.

Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц.

Упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

### Плясовые движения

-элементы народных плясок, доступных по координации. *Например*, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседание для девочек, и полуприсядка для мальчиков и др.

Разучивание танцевальных упражнений: шаг польки, приставной шаг, поскоки и др., а также разучивание музыкально-ритмических композиций.

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок. В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные, образно-игровые движения, жесты, раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях).

**Цель занятия.** Развивать двигательные способности по средством ритмической пластики.

Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки или произведения.

*Занятие состоит из основных трех частей.*

**Подготовительная часть:** в неё входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка»

**Основная часть:** это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию.

**Заключительная часть** – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми.

Можно использовать следующие сюжетные темы:

«На лесной опушке», «Новогодняя сказка», «Путешествие по сказкам», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель».

Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие.

**Цель занятия:** способствовать развитию у детей творческих и физических способностей. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве. Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная.

**В подготовительной части** проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме предлагаемой педагогом по типу зарядки.

**Основная часть** занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия.

**В заключительной части** используется музыкально-ритмические композиции, соответствующие анной теме занятия.

Можно использовать следующие темы игровых занятий:

«В гостях у трех поросят», «Путешествие в Морское царство», «Поход в зоопарк», «В гости к Чебурашке» и др.

Занятие импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально- ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии.

Занятия импровизации проходит в свободной импровизированной форме.

**Цель занятия:** повторить изученный материал по ритмическим танцам. Учить импровизировать под музыку. Содействовать развитию выразительности движений, музыкальности и координации движений, чувства ритма.

*Ход занятия:*

Дети входят под музыку в зал. Педагог их приветствует словами: - Девизом сегодняшнего праздника будет – «Танцуй веселей с нами поскорей».

*Конкурс – соревнование – итог года.*

Выбираем лучших танцоров.

*Конкурс «разминка».*

Определяются те, кто лучше всех умеет повторить за педагогом движения.

Выполнение общеразвивающих упражнений по музыку – импровизация на любую знакомую мелодию.

Конкурс на лучшее исполнение танца. Танцы «Кузнечик», «Два веселых гуся», «Каравай» и др.

Конкурс повтори за мной. Танец «Если весело живется».

Конкурс на лучшее исполнение танцевального движения. .

Победителем считается тот, кто выполнит все задания и не расцепит рук.

Подведение итогов: определение и награждение победителей медалями: «Лучший танцор», «Веселый танцор», «Внимательный танцор», «Талантливый танцор» и т.д.

Целостный процесс обучения танцам делится на три этапа:

1. Начальный этап- обучение упражнениям, отдельному движению.
2. Этап углубленного разучивания движений.
3. Этап закрепления и совершенствования.

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

Этап углубленного разучивания характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники выполнения упражнений.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка и переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнения и творческого самовыражения считается завершенным лишь тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

В содержание занятий входят следующие разделы:

1.Слушание музыкального материала. Дети учатся определять темп, динамику, регистр, тембр музыки.

2.Разучивания музыкально-двигательного материала. Дети знакомятся с новыми музыкально-хореографическими композициями. При работе с новыми композициями одинаково важны как словесное объяснение, так и показ движений. Задача педагога превратить, краткую сухую схему описания композиции в живое, эмоциональное музыкальное действие.

3.Партерная гимнастика. Чтобы научить детей управлять своим движениями, надо развивать у них мышечное чувство – умение различать напряженное и не напряженное ощущение своей позы. Для этого с детьми изучается партерная гимнастика, которая выполняется сидя и лежа на полу. В партерную гимнастику входят следующие виды упражнений: упражнения для стоп, упражнение – растяжка, упражнение на укрепление мышц шеи и живота, упражнение на развитие гибкости.

Все виды упражнений партерной гимнастики проводятся с детьми в игровой форме.

**4.Музыкальная разминка.** Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило, разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

**5.Ритмическая гимнастика.** Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

**6.Танцевальные движения.** Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

**7.Сюжетно-образные танцы.** **Сюжетно-образные танцы** являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются, как правило, изученные танцевальные движения.

**8.Музыкальные игры.** Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

### **Контроль за самочувствием детей**

Во время занятий ритмикой необходимо руководствоваться общей заповедью "Не навреди!", поэтому:

1. Постоянно следите за состоянием детей на занятиях.
2. Дозировку физической нагрузки, а также характер двигательных упражнений согласуйте с предписаниями врача.
3. Проверяйте вместе с медицинским персоналом по внешнему виду детей и изменениями их ЧСС (частоты сердечных сокращений) нагрузку на занятиях и утренней гимнастике.
4. Прислушивайтесь внимательно к жалобам детей, не заставляйте их заниматься, если они не хотят двигаться (это может быть не проявлением лени, а началом заболевания).
- 5.В беседах с воспитателями и родителями выясняйте все данные о здоровье ребенка, его индивидуальных особенностях.
- 6 .Следите за чистотой зала, его проветриванием, а также удобством одежды и обуви детей для занятий. Особое внимание обратите на покрытие пола (с точки зрения предотвращения травм -не скользкий ли пол, не торчат ли гвозди из паркета и т.д.)

#### Список литературы:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- М., 2010.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – Спб., 2012
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000.
4. Буренина А.И. «Коммуникативные танцы – игры для детей» Санкт-Петербург 2004.
5. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. – М., 2012.
6. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., 2011.
7. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000.
8. Лисенкова И.Н. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах.- М., 2010
9. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008.
10. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика» Москва 2006.
11. Суворова Т.И. «Танцуй, малыш» выпуск 1,2 Санкт-Петербург 2006, 2007.
12. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 1 Санкт-Петербург 2004.
13. Суворова Т. И. «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 2 Санкт-Петербург 2005.
14. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 3 Санкт-Петербург 2006.

#### Интернет ресурсы

1. <http://piruet.info>
2. <http://www.monlo.ru/time2>
3. [www.psychlib.ru](http://www.psychlib.ru)
4. [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com)
5. [www.balletmusic.ru](http://www.balletmusic.ru)
6. <http://pedagogic.ru>
7. <http://spo.1september.ru>
8. <http://www.fizkultura-vsem.ru>
9. <http://www.rambler.ru/>
10. [www.google.ru](http://www.google.ru)
11. [www.plie.ru](http://www.plie.ru)