

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 35  
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей  
Калининского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 35 Калининского района Санкт-Петербурга)

Принято :  
Решение педагогического совета  
Протокол №   1    
от «   30  » августа   2017  г.



**Рабочая программа дополнительного образования  
«Ритмическая мозаика»**

Срок реализации программы – 1 год  
Возраст обучающихся – 2-3 года  
Разработчик рабочей программы:  
В.Л. Илюхина, педагог дополнительного  
образования

**Санкт – Петербург  
2017**

## **Пояснительная записка**

Образовательная программа «Ритмопластика» имеет художественно-эстетическую направленность. Программа предполагает общекультурный уровень освоения. В данной работе мы предлагаем дальнейшее развитие идеи использования музыкально-ритмических движений как средства психологического раскрепощения ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента. Огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности.

### **Актуальность, педагогическая целесообразность**

Данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагогов, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

### **Цель программы**

Развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

### **Задачи программы**

- воспитание интереса, потребности в движениях под музыку;
- развитие слухового внимания;
- умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
- обогащение слушательского и двигательного опыта;
- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений;
- воспитание самостоятельности в исполнении;
- побуждение детей к творчеству.
- умение импровизировать под незнакомую музыку;
- формирование адекватной оценки и самооценки.

## **Отличительные особенности программы**

**ПЕРВАЯ** отличительная особенность данной программы - ориентация не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы «на себя», «на себя во взаимодействии с детьми».

**ВТОРАЯ** особенность - это использование в качестве музыкального сопровождения, как правило, целостных произведений в грамзаписи и при непосредственном, «живом» исполнении (а не отрывков - по 8,16 тактов, как это принято в традиционных музыкально-ритмических упражнениях). Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки. Идя от простого к сложному, от детских песен к симфоническим произведениям композиторов-классиков (М. Мусоргского, П. Чайковского, Э. Грига, К. Сен-Санса и др.), ребенок постепенно приобщается к миру прекрасного, пропуская как бы «через себя» музыку, сложный мир чувств и образов, обыгрывая своим телом музыкальную ткань произведения, его настроение и содержание и постигая при этом на телесном, зрительном и эмоциональном уровне специфический язык средств музыкальной выразительности.

**ТРЕТЬЯ** особенность данной программы - это акцентирование внимания педагогов не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения, эмоциональные процессы. Движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

## **Условия реализации**

Программа ориентирована на детей с 2 до 3 –х лет без специальной подготовки, с разным уровнем здоровья. Программа рассчитана на 1 год обучения. Наполняемость групп до 15 человек.

### **Форма и режим занятий**

Форма занятий - практическое занятие;

Форма организации деятельности учащихся на занятиях – групповая.

Занятия проводятся: 1 раз в неделю с детьми от 2 до 3 лет – 10 минут;

### **Ожидаемые результаты и способы оценки их результативности**

К концу обучения воспитанники:

- научатся выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
- развьют гибкость, пластичность движений;
- разовьют слуховое внимание;
- обогатят слушательский и двигательный опыт;
- научатся импровизировать под незнакомую музыку;
- формируют исполнительскую самооценку.

### **По основным направлениям программы у детей сформируются следующие умения:**

К концу обучения воспитанники:

- разовьют способность воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- разовьют специальные музыкальные способности: музыкальный слух (мелодический, гармонический, тембровый), чувство ритма;
- разовьют музыкальный кругозор;
- разовьют музыкальную память
- разовьют ловкость, точность, координацию движений;
- разовьют гибкость и пластичность;
- воспитают выносливость и силу;
- формируют правильную осанку, красивую походку;
- разовьют умение ориентироваться в пространстве;
- разовьют творческое воображение и фантазию;
- разовьют способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.
- воспитают умение вести себя в группе во время движения;

- формируют чувство такта и культурные привычки в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

### **Формы подведения итогов**

- выступления на детских праздниках и досугах;

## **Учебно-тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Количество часов</b>
1	Вводное занятие	1
2	Ритмика	10
3	Гимнастика	6
4	Танцевально – ритмическая гимнастика	6
5	Танец	2
6	Музыкально – подвижные игры	5
7	Пальчиковая гимнастика	2
8	<b>Открытое занятие</b>	-
9	<b>Выступления на праздниках</b>	1
10	<b>Итого</b>	32

## Программное содержание 1 года обучения

Значительная часть программы первого года обучения посвящена азбуке музыкального движения. Сюда входят различные виды ходьбы, бега, упражнения, игры, развивающие гибкость, музыкальность, координацию и ориентацию в пространстве, что подготавливает детей к исполнительской деятельности.

### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ШЕИ И ТУЛОВИЩА

- Наклоны, повороты, круговые движения головой и туловищем в основной стойке ноги врозь, в стойке на коленях, сидя на полу (скамейке) , с различными положениями рук и движениями руками. С изменением темпа и амплитуды движения.
- Дополнительные (пружинящие) движения туловищем вперед, в сторону.
- Наклоны с поворотом: наклоны вперед, назад, с поворотом туловища в различных стойках, в седе на полу.
- Круговые движения туловищем в стойке ноги врозь, в стойке на коленях, И.п. ноги вместе.
- Поднимаем туловище из положения лежа на животе (спине) на полу , с отягощениями, без отягощений (работа в парах-удерживание ног). Поднимания туловища до прямого угла в седе и др. Удерживание туловища в наклонах, в упорах, в седах с закрепленными ногами.

### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ НОГ

- Сгибание и разгибание стоп, круговые движения стопой.
- Полуприсяды и присяды в быстром и медленном темпе; то же на одной ноге с одновременным подниманием другой вперед или в сторону (с опорой, без опоры).
- Выпады вперед ,назад, в сторону, вперед наружу(и внутрь),назад (наружу).
- Пружинящие полуприседания в выпаде в сочетании с поворотом кругом.
- Прыжки на двух ногах, одной ноге, с одной ноги на другую, прыжки из приседа, толчком обеими ногами или одной. Махи ногами с опорой руками о станок и без опоры.

### УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РУК

- Поднимание и опускание рук вперед, вверх, назад, в сторону: движения прямыми и согнутыми руками в различном темпе: круги руками в лицевой, боковой и горизонтальной плоскостях (одновременные, поочередные, последовательные).
- Сгибание и выпрямление рук из различных положений, в разном темпе, с различными отягощениями, с преодолением сопротивления соупражняющейся, сгибание и разгибание рук в различных упорах (упор лежа, стена).

## ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ

- - Строевые упражнения: Понятие "строй", "шеренга", "колона", "ряд", "направляющий", "замыкающий", "интервал", "дистанция".
- - Предварительная и исполнительная команды, повороты направо, налево, кругом, пол поворота.
- - Построение в одну шеренгу и перестроение в две шеренги; построение в коллону по одному и перестроение по два.
- - Движение строевым и походным шагом. Обозначение шага на месте и в движении.

## ДВИЖЕНИЕ БЕГОМ

- - Переходы с бега на шаг, с шага на бег.
- - Бег с высоким подниманием колен. Руки согнуты, локти у пояса, предплечья параллельны земле. Бедро касается ладоней. Нагрузка падает на переднюю группу мышц бедра.
- - Касание пятками ягодиц. Основная нагрузка падает на заднюю группу мышц бедра и икроножные мышцы.
- - Бег с высоким подниманием прямых ног. Руки на поясе, ноги в коленных суставах не сгибать туловище, отклонить немного назад, спина прямая. С нагрузкой работает передняя группа мышц бедра, мышцы передней брюшной стенки.
- - Движение боком приставными шагами. Ладони на поясе или затылке. Нагрузка в этом упражнении падает на приводящие и отводящие мышцы бедра.
- - Повороты в движении "налево, направо".
- - Перемена направления, захождение плечом.
- - Границы площадки, углы, середина, центр.
- - Движение в обход.
- - Противоположно налево, направо. Движение по диагонали, змейкой.
- - Перестроение из колонны по одному в несколько колонн, поворотом в движении.
- - Размыкание шагами (приставные, шаги галопа, прыжками).

## МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ ДВИЖЕНИЯ

Музыкальные произведения вызывают у детей эмоциональные переживания, рожденные определенным настроением где движения приобретают соответственный характер, также развитие музыкального образа, сопоставление контрастных и сходных музыкальных построений, ладовая окрашенность, особенный ритмический рисунок, темп и динамичность оттенков. Музыкально-ритмические движения можно рассматривать как волевые проявления.

**Задачи для 1 года обучения:** Учить находить связь музыки с движением. Восстанавливать последовательность движений.

#### ВИДЫ МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИХ ДВИЖЕНИЙ:

1. музыкальная игра: "Медведь", "Козлята и волк", "Медвежата и пчелы", "Кот и мыши", «Хлопки».

2. пляски:

- - пляски с зафиксированными движениями
- - пляски комбинированные
- - хороводы плясового характера
- - детский танец : "Кадриль", "Красная шапочка", "Антошка"
- - характерный танец

#### ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭТЮДЫ:

- - детские танцы
- - сюжетные танцы
- - современные танцы

### Календарно-тематическое планирование

Квартал	Месяц	Репертуар
1 кв.	октябрь	Утята – 1 неделя; Чебурашка - 2 неделя; Белочка – 3 неделя; Ладошки - 4 неделя
	ноябрь	Петушок – 1 неделя; Кораблики - 2 неделя; Весёлые путешественники – 3 неделя; Колобок - 4 неделя
2 кв.	декабрь	Игра – 1 неделя; Рыбачок - 2 неделя; Корова – 3 неделя; Весёлые зайчата - 4 неделя
	январь	Кадриль – 1 неделя; Лошадка пони - 2 неделя; Мартышка – 3 неделя; Красная шапочка - 4 неделя
	февраль	Кадриль – 1 неделя; Лошадка пони - 2 неделя; Мартышка – 3 неделя; Красная шапочка - 4 неделя
3 кв.	март	Пироги – 1 неделя; Антошка - 2 неделя;



		Полосатый мяч – 3 неделя; Утро - 4 неделя
	апрель	Марш – 1 неделя; Ёжик - 2 неделя; Мотылёк – 3 неделя; Медвежонок - 4 неделя
	май	Вместе весело шагать – 1 неделя; Полька - 2 неделя; Повторение знакомых композиций– 3 неделя; Повторение знакомых коипозиций - 4 неделя

### ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ, НА КОТОРЫХ ДОЛЖНА СТРОИТЬСЯ МЕТОДИКА КАЖДОГО ЗАНЯТИЯ:

- - смена построений и перестроений;
- - краткость упражнений;
- - образность урока;
- - контрастность работы;
- - от простого к сложному;
- - доступность;
- - радостная и доброжелательная атмосфера.

### *ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА.*

- - Подбор репертуара, сочинение постановок танцев.
- - Разработка и пошив костюмов, изготовление реквизита.
- - Подбор музыки для уроков, выступлений, номеров, работа с видеоматериалами.
- - Участие в семинарах и педсоветах
- - Самообразование.
- - Отчетные выступления.

**Методическое обеспечение программы «Ритмическая мозаика»**

- Г.И. Анисимова «100 музыкальных игр для развития дошкольников», Ярославль 2005 г.
- А.И. Буренина «Коммуникативные танцы-игры для детей». С.-П. «Музыкальная палитра» 2004г.
- А.И. Буренина «Ритмическая мозаика» Программа по ритмической пластике для детей. С.-П. 2000г.
- Г. Вихарева «Танцы для самых маленьких», С-П. 2005г.
- Т. Сауко, А. Буренина «Топ-хлоп, малыши», С-П. 2006г.
- Т. Суворова «Танцуй, малыш». С-П 2006 г.
- Т. Суворова «Спортивные танцы», С-П. 2009 г.
- Т. Суворова «Ритмопластика», С-П. 2010г.
- «Музыка и движение» для детей 4-5, 5-6, 6-7 лет. Сост.: С.И.Бекина, Т.П.Ломова, Е.Н.Соковнина, ». Москва, «Просвещение» 1983г.
- «Игры для детского сада. Развитие талантов ребенка через игру» под редак.В.М.Букатова, С.-П. «Сфера» 2009г.
- Н.Н.Шуть «Секреты эффективных игр», С.-П. «Сфера» 2010г.
- «Гавришева Л.Б. «Музыка, игра-театр!» , С.-П. «Детство пресс» 2004г.
- Е.Д.Макшанцева «Детские забавы», Москва «Просвещение» 1991г.
- М.А. Михайлова, Е.В.Горбина «Поем, играем, танцуем дома и в детском саду», Ярославль «Академия развития 1996г.

### **Материально-техническое обеспечение программы**

1. Музыкальный центр, записи музыкальных произведений
2. Музыкально – шумовые инструменты ( погремушки, ложки, гремелки и т. д.)
3. Атрибуты (ленточки, султанчики и др.)
4. Стульчики детские 40 штук
5. Фортепиано
6. Костюмы, маски животных им птиц

### **Литература**

1. Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. М., 1993.
2. Барышникова Т. К. Азбука хореографии. СПб., 1996.

3. Боромыкова О. С. Коррекция речи и движения с музыкальным сопровождением. СПб., 1999.
4. Бочкарева Н. И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии. Учебно-методическое пособие; 1998 - 63с;
5. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танца для юных. - М. : Издательство Эксмо, 2003 - 240 с, илл. (серия «Энциклопедия для юных»)
6. Зимина А. Н. Народные игры с пением. М. 2000.
7. Картушина М. Ю. Логоритмические занятия в детском саду. М., 2003.
8. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль, 2000.
9. Нищева Н. В. Разноцветные сказки. СПб., 1999.
10. Рыбак Е. В. Вместе. Архангельск, 1997.
11. Синицына Е. И. Умные пальчики. М., 1999.
12. Смит Л. Танцы. Начальный курс. ; Пер. с англ. Е Опрышко; М. : ООО «Издательство Астрель»: 2001. 48с: илл.
13. Трифонова О. Н. «Солнечная радуга»: музыкальная коррекция нарушения речи у детей с нотным приложением. Ростов н/Д: Феникс, 2008.
14. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». СПб., 2000.
15. Хореография. Сборник образовательных технологий (в помощь педагогу дополнительного образования). Кемерово, 2002