

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 2017года



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

Срок реализации программы – 1 год  
Возраст обучающихся –4-5 лет  
Разработчик рабочей программы:  
Кулемина А.Ю., 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 4 до 5 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 4 до 5 лет – 20 минут;

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

К концу обучения воспитанники:

- научатся выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
- развоят 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**

- проведение открытого занятия;
- выступления на детских праздниках и досугах;
- выступления на детских фестивалях.

## **Учебно-тематический план**

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

## **Программное содержание 3 года обучения**

### **Технические задачи:**

- - проверка знаний детей.

- - Введение поклона в начале и конце урока;
- - Блок комбинаций в партере с постепенным увеличением физической нагрузки.

#### КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ "ВЕСЕЛЫЕ ЧЕЛОВЕЧКИ":

- - разогрев мышц всего тела;
- - работа головой (повороты налево, направо);
- - работа плечами;
- - рывки локтями;
- - работа пальцев рук;
- - подъем на полупальцы по 6 позиции (relevé);
- - использование в комбинации: ритмические хлопки, удары стопы в быстром и медленном темпе.

#### УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ОТДЕЛЬНЫХ ГРУПП МЫШЦ И ПОДВИЖНОСТИ СУСТАВОВ:

- - сгибание кистей;
- - напряжение и расслабление мышц рук и ног;
- - упражнение на развитие художественно-творческих способностей;
- - играем в парах;
- - играем в "мяч";
- - собираем ягоду;
- - "проснулись-потянулись".
- - Упражнение на развитие художественно-творческих способностей: "веселые барабанщики", "цирковые лошадки", "канатоходцы";
- - Диагональ: большой прыжок, большой мах.

#### ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Строевые упражнения. Проверка ранее полученных знаний, закрепление и повторение материала. Фигурная маршировка вдоль станков в различных ритмах.

- - перестроение маршем из линии в круг;
- - ходьба парами;
- - ходьба змейкой, по диагонали;
- - ходьба из круга в линии
- - Противоход налево, направо

## ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС

- - Комплекс упражнений на развитие стопы;
- - укрепление мышц живота и спины;
- - комплекс упражнений на растяжку ахилловых сухожилий;
- - круги стопой;
- - подъем вытянутой ноги вперед и в сторону, лежа на спине ;
- - большие броски ног вперед , в сторону,назад.

## ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА

- - позиции ног 1, 2, 3, 6.
- - движение ног "веселый каблучок", притопы (При энергичных притопах ногу следует поднимать выше и быстрее, как бы отталкиваясь от пола. Колено опорной ноги может слегка пружинить);
- - притоп одной ногой
- - переменные притопы, притопы двумя ногами "топотушки-рассыпушки"(При выполнении колени должны быть слегка согнуты, корпус прямой);
- - выставление ноги на носок и пятку, пружинки;
- - ковырялочка (На раз правую ногу следует отвести слегка назад в сторону на носок, на "и" развернуть ногу и поставить в том же месте на пятку,голова посмотрела на пяточку. На "два" приставить правую ногу к левой. Движение "ковырялочка" обычно завершается тремя притопами. );
- - шаги, ходы, проходки: "простой хороводный шаг"(Отличается от обычного шага большей плавностью и устремленностью, хорошая осанка,приподнятая голова), "шаг с приседанием", "шаг- удар".
- - Движение для рук: хлопки-"колокола"(Активные хлопки над головой с большим размахом ненапряженных рук), "колокольчики" (Мелкие хлопки прямыми пальцами одной руки о ладонь другую. Движение легкое , по силе не громкое.), "тарелки"(Скользящие хлопки, одна рука с размаху двигается сверху вниз, другая снизу вверх.), "хлопушки"(хлопки-удары ладошками по плечам, бедрам,голени , по пятке и носочку, могут быть скользящими и фиксированными).
- - Плавные движения рук: "ветерок"(Перекрестные движения рук над головой), "ленточки"(Поочередные пластичные движения правой и левой руками вверх-вниз перед грудью), "платочки"(На 1-2-3 поднимаем руку локтем вверх на-4-взмах платочком, работа проводится двумя руками), "волна" плавное движение вверх и вниз одной рукой, может плавно перетекать из одной руки в другую), "крылья" (плавные маховые движения руками), "поющие руки"(Из положения руки в сторону мягким движением кисти направляются навстречу друг

другу, так же пластично руки разводятся в сторону. Корпус помогает выразительности движения, слегка наклоняясь вперед и затем чуть прогибаясь назад).

- - Положение рук в парах: "лодочка", "свечка", "окошечко".

## МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ ДВИЖЕНИЯ

### Задачи:

- Развивать творческие проявления и чувство юмора.
- Учить выделять акцент, сильную долю, смену темпа.
- Развивать художественно-творческие способности.
- "Бальный" танец: Полька.
- "Русский хоровод".
- Музыкально-подвижные игры. Игры на определение динамики и характера музыкального произведения, типа заданий для строевых и общеразвивающих упражнений.

## Календарно-тематическое планирование

<i>Квартал</i>	<i>Месяц</i>	<i>Репертуар</i>
1 кв.	Октябрь	Цыплята, Чебурашка, Кот Леопольд, Песня о лете
	Ноябрь	Веселые путешественники. Утята, Петушок. Чунга-Чанга
2 кв.	Декабрь	Пироги, Игра, Рыбачок, Веселые зайчата. Корова
	Январь	Большой хоровод, Красная шапочка, Мартышка. Человечки, Кадриль
	Февраль	Антошка, Полосатый мяч, Утро, Плюшевый
3 кв.	Март	Стирка, Неваляшки, Полечка, Куклы и Мишка, Солдатики
	Апрель	Марш, Ежик, Медвежонок, Мотылек
	Май	Вместе весело шагать, Автомобили, Полька, Повторение знакомых композиций

## **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. Бормыкова 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

