

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  
МБДОУ МО г. Краснодар  
«Детский сад № 206»  
\_\_\_\_\_ Е.А. Плотникова

31.08.2023

Протокол педагогического совета  
№ 1 от 31.08.2023



**Дополнительная общеразвивающая  
программа**

**«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ МОЗАИКА»**

**(5-6 лет)**

г. Краснодар 2023

## Содержание

### 1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

1.2. Основное содержание

1.3. Цели и задачи

1.4. Критерии оценки уровня освоения программы воспитанниками

### 2. Содержательный раздел

2.1. Перспективное планирование

2.2. Учебно-тематический план

### 3. Организационный раздел

3.1. Особенности набора детей и организации деятельности

3.2. Материально-техническое обеспечение

### 4. Литература

**Приложение:** «Информационная карта дополнительной общеразвивающей программы «Танцевальная мозаика» (5-6 лет)



## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

*Возможно, самое лучшее, самое совершенное и радостное, что есть в жизни — это свободное движение под музыку  
И научиться этому можно у ребенка...  
А.И. Буренина*

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» (5-6 лет) (далее – Программа) разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. В основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Ритмика - один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Движения под музыку издавна применялись в воспитании детей (Древняя Индия, Китай, Греция). Но впервые рассмотрел ритмику и обосновал ее в качестве метода музыкального воспитания швейцарский педагог и композитор Эмиль Жак-Далькроз (1865-1950). Перед ритмикой он, прежде всего, ставил задачу развития музыкальных способностей, а также пластичности и выразительности движений.

Возраст 5 - 6 лет достаточно хорошо изучен психологами и физиологами, которые характеризуют этот период детства, как период неравномерного и волнообразного развития. Развитие центральной нервной системы идет активно. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца.

На 6-ом году жизни у ребенка совершенствуются основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребенком правил поведения. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения - сила, уравновешенность и подвижность также несколько совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий в кружке ритмики, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки, свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. При подвижных движениях необходимо ставить точные задачи, контролировать ход занятия.

К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия. Поэтому дети на занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию педагога от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

На разминке нужно переходить от простого к сложному, от спокойных к быстрым движениям, а также использовать прием контраста для развития быстрого переключения.

В этом возрасте развиваются коллективистские черты личности. Дети обычно очень общительны, любят совместные игры, находиться в группе сверстников. Они уже могут согласовывать свои действия с действиями других людей, способны к сопереживанию.

Танцы, входящие в данную программу, доставляют детям радость и удовольствие. Они доступны как по содержанию, так и по характеру движений. В программу кружка ритмики включены детские парные танцы, национальные танцы, танцы – импровизации.

Детский танец всегда имеет ясно выраженную тему и идею - он всегда содержателен. В танце существуют драматургическая основа и сюжет, в нем есть и обобщенные и конкретные художественные образы, которые создаются посредством разнообразных пластических движений и пространственных рисунков - построений.

Особенно полезны народные пляски и танцы, так как приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, создают положительные эмоции. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой.

В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски. В них дети учатся внимательно относиться друг к другу, находить общий ритм движения с партнером, терпеливо обращаться к тем детям, у которых имеются какие - либо индивидуальные затруднения.

Среди танцев наиболее доступны для исполнения детьми русские, белорусские, украинские, чешские. Простотой рисунка, жизнерадостностью, живой и веселой музыкой танцы этих народов вполне соответствуют требованиям репертуара детских кружков. А польские танцы – краковяк и мазурка - сложные по своим движениям, можно исполнять только детям старшего возраста. Венгерские, болгарские, румынские, итальянские танцы своеобразны по ритму и музыке, большинство из них выполняется в очень быстром темпе. Поэтому их можно рекомендовать только для хорошо подготовленных детей.

Каждая игра (пляска, упражнения) имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого педагог

направляет внимание детей на музыку, учит ребенка правильно исполнять движение.

В обучении музыкально - ритмическим движениям ярко прослеживается взаимосвязь всех педагогических методов обучения (наглядный, словесный, практический), а игровая форма заданий, занимательность помогают без особых затруднений усвоить многие достаточно сложные движения.

При разучивании новых движений не следует добиваться, чтобы дети овладели ими на одной игре, пляске. Надо те же движения повторять в разных плясках, соединять с разной музыкой, чтобы движение совершенствовалось постепенно, и чтобы дети учились относиться к нему, как к средству выражать различные образы, чувства, действия.

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.

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.

**Практическая значимость.** И. М. Сеченов писал: «Не умеешь двигаться – не умеешь познавать мир, знания такой души перекошены на один бок».

Опираясь на вышесказанные слова, можно с уверенностью считать, что музыкально - ритмические движения (упражнения, танцы, музыкально-подвижные игры и т. д.) автоматически становятся приоритетным видом деятельности развития дошкольников.

Дошкольный возраст является основным периодом в организации процесса обучения музыкально – ритмическим движениям. Именно в этом возрасте необходимо воспитывать в детях «мышечные чувства», которые в свою очередь способствуют успешной работе мозга.

Обучение музыкально – ритмическим движениям, является универсальным средством развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений, творческого воображения.

Актуальность программы в том, что занятия ритмопластикой позволяют ребенку развивать творческие способности, формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность движений. У детей укрепляется здоровье, укрепляются мышцы, улучшается работа органов дыхания, кровообращения, а также в процессе занятий дети избавляются от стеснительности, зажатости и комплексов. В танцах дети само утверждаются, проявляют индивидуальность, получая результат своего творчества.

Связь программы с уже существующей по данному направлению Программа «Ритмическая мозаика» составлена с учетом авторской программы А.И. Бурениной. Программа составлена с учетом межпредметных связей по областям: «Физическая культура», «Здоровье», «Познание». Двигательная активность вызывает у ребенка радостные эмоции, которые существенно влияют на его физическое, психическое и социальное развитие.

Новизна программы состоит в том, что предлагаемый материал можно использовать творчески, адаптируя к условиям работы. Программа ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога. В качестве музыкального сопровождения предлагаются целостные произведения в аудио записи или «живом» исполнении, а не отрывки, как это принято в традиционных музыкально-ритмических упражнениях. Целостный музыкальный образ передаётся разнообразными пластическими средствами, требующими свободного владения телом, музыкального слуха, богатого воображения и фантазии.

Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. В процессе непосредственно образовательной деятельности используются различные виды музыкально – ритмической деятельности: образно – игровые композиции (инсценирование песен, сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные, пантомимические движения), танцевальные композиции и сюжетные танцы, общеразвивающие по типу детской аэробики, музыкальные игры, этюды.

## 1.2. Основное содержание

Отличительные особенности программы, в том, что эта программа нацелена на общее гармоничное, психическое, духовное и физическое развитие детей. Она помогает приобщать к движению под музыку всех детей, а не только способных и одаренных. Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. Занятия помогают психологически раскрепостить ребёнка через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента. Ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности.

**Этапы реализации программы.** Сам процесс разучивания музыкально – ритмических композиций основан на сотрудничестве детей и взрослых. Игровое общение с детьми помогает установлению теплой, дружеской атмосферы на занятиях, снятию психологических комплексов, чувства неуверенности. При знакомстве детей с новым материалом важно заинтересовать их и сконцентрировать их внимание. Для этого используются на занятиях загадки, сюрпризы, обращение к любимым персонажам и героям мультфильмов. Внимание детей активизируется за счет выполнения движений по показу.

В дальнейшей работе для того, чтобы перейти от подражания к самостоятельности, необходимо стимулировать творческую активность детей, подобрать образные сравнения, характеризующие игровой образ, внушать уверенность в собственных силах. Если некоторые движения совсем не получаются у детей, заменить их более простыми. Важно: сам процесс занятий должен приносить детям радость! Из практики работы можно сделать вывод, что работа, систематически проводимая в данном направлении эффективна, результаты тому подтверждение. Улучшатся пластика и координация движений детей, активизируется творческая деятельность, повышается самооценка и уверенность в своих силах, улучшается осанка дошкольников.

Данные положительные изменения в совершенствовании физического и творческого развития детей позволяют говорить о ценности этого опыта работы. Ритмопластика создает ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, сообщает более светлое восприятие жизни.

**Ключевые понятия.** В Программе применяются следующие понятия и термины с соответствующими определениями (в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»):

➤ **воспитание** – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающегося на основе социокультурных, духовно- нравственных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;

➤ **воспитанник** – ребенок дошкольного возраста, участвующий в образовательном процессе;

➤ **выпад** — это быстро выполняемый шаг с переносом большей части веса тела на шагающую ногу;

➤ **вырастание** - поднимаемся на полупалец, мы вытягиваемся, вырастаем;

➤ **группировка** - одно из понятий, помогающих описать принципы, лежащие в основе построения танцевальных движений. Синоним слова сгруппироваться - собраться. При группировке руки и ноги подтягиваются и поджимаются. Полная группировка — это поза зародыша: сидя на корточках, ноги вместе, колени согнуты полностью, голова наклонена к коленям, руки согнуты, кисти рук охватывают шею;

➤ **дошкольное образование** – целенаправленный процесс разностороннего развития, обучения и воспитания детей от 3 до 7 лет с учетом их индивидуальных и возрастных особенностей, обеспечивающий полноценный и своевременный переход воспитанников на следующий уровень системы непрерывного образования Российской Федерации;

➤ **здоровье** – область образования детей дошкольного возраста, содержание которой направлено;

➤ **игровая деятельность** – форма активности ребенка, направленная не на результат, а на процесс действия и способы его осуществления, и характеризующаяся принятием ребенком условной (в отличие от его реальной жизненной) позиции;

➤ **интеграция содержания дошкольного образования** – состояние (или процесс, ведущий к такому состоянию) связанности, взаимопроникновения и взаимодействия отдельных образовательных областей содержания дошкольного образования, обеспечивающее целостность образовательного процесса.

➤ **кругозор** – область образования детей дошкольного возраста, содержание которой направлено на решение следующих задач: формирование адекватных представлений ребенка о себе, семье, обществе, государстве, мире и природе; формирование целостной картины мира; развитие интеллектуальных и личностных качеств;

➤ **мах** - этот термин используется для описания движений руками и ногами. Мах отличается от броска тем, что это проходящее движение: во время выполнения маха не делаются какие-либо акценты в воздухе, в махе нет фиксированной точки в середине движения, мах выходит из начальной точки и приходит в конечную.

➤ **образование** – единый целенаправленный процесс воспитания и обучения, являющийся общественно значимым благом и осуществляемый в интересах человека, семьи, общества и государства, а также совокупность приобретаемых знаний, умений, навыков, ценностных установок, опыта деятельности и компетенции.

#### **Направления работы.**

1. Развитие музыкальности.
2. Развитие двигательных качеств и умений.
3. Развитие умений ориентироваться в пространстве.
4. Развитие творческих способностей.
5. Развитие и тренировка психических процессов.
6. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности.

#### **Принципы обучения музыкально- ритмическим движениям:**

1. Дидактики - от простого к сложному.
2. Систематичности.
3. Комплексная реализация целей: развивающая, воспитывающая.
4. Коммуникативной направленности.
5. Наглядности;
6. Повторности;
7. Самостоятельности;
8. Сотрудничества;

Каждый из перечисленных принципов направлен на достижение результата обучения музыкально – ритмическим движениям, овладение детьми элементарными двигательными навыками и умениями.

**Вид программы:** модифицированная

**Направление:** художественное.

### 1.3. Цели и задачи

**Цели программы:** развивать и совершенствовать двигательные навыки и умения у детей младшего и среднего дошкольного возраста посредством ритмопластики. Содействовать всестороннему развитию воспитанников и приобщению их к танцевальному искусству.

**Основными задачами являются:**

**1. Обучающие задачи:** развитие двигательных качеств и умений: координация движений; гибкости и пластичности; умения ориентироваться в пространстве; обогащение двигательного опыта различными видами движений.

**2. Воспитательные задачи:** воспитывать самостоятельность и инициативу; воспитать потребность двигаться под музыку; воспитать желание ходить на занятия; воспитывать желание быть активными на занятиях; воспитывать умение понимать образно – игровые композиции; воспитывать доверительные отношения взрослых и детей.

**3. Развивающие задачи**

**Развитие музыкальности:**

– развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;

– развитие специальных 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;

– 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.

**4. Оздоровительные:**

– Формирование сознательного стремления к здоровью, культуры здоровья.

– Формирование правильной осанки, красивой походки.

– Развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

– Содействие профилактике плоскостопия.

**Задачи музыкально – ритмической деятельности.**

1. Научить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой, регистрами. Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма, музыкальную память).

2. Учить детей согласовывать свои движения с музыкой. Учить детей действовать самостоятельно, искать выразительные движения, не подражая друг другу.

3. Развивать основы музыкальной культуры. Развивать творческие способности в области искусства танца: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.

4. Учить определять музыкальные жанры (марш, песня, танец), виды ритмики (игра, пляска, упражнение), различать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки, быстрый, средний, медленный темп, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т. д.).

5. Формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении.

#### 1.4. Критерии оценки уровня освоения программы воспитанниками

**Формы контроля:** открытое занятие в конце года, выступления на утренниках, участие в развлечениях.

**Знания и умения детей к концу года:**

- уметь ориентироваться в пространстве;
- правильно и выразительно выполнять основные движения под музыку, танцевальные элементы, характерные и образные движения;
- сочинять собственные танцевальные и музыкально - игровые импровизации на предложенную музыку;
- выполнять построения и перестроения в танцах и плясках;
- выполнять ритмические упражнения с музыкальным заданием;
- различать простейшие музыкальные понятия, понимать характер музыкального образа;
- выразительно двигаться в соответствии с характером и ритмом музыки.

**Способы проверки знаний и умений воспитанников.**

Диагностические мероприятия по отслеживанию результатов усвоения программы позволяют проанализировать успехи дошкольников на каждом этапе обучения. Предусматривается проведение стартового и итогового мониторинга обучаемости воспитанников. Педагогический анализ освоения программы проводится 2 раза в год методом наблюдения за детьми, в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Для контроля знаний воспитуемых и проверки результативности обучения предусмотрены следующие мероприятия: проведение открытых

компонентов непосредственно образовательной деятельности для родителей; проведение праздников.

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### Перспективное планирование занятий по программе «Танцевальная мозаика» (5-6 лет)

<b>СЕНТЯБРЬ – ОКТЯБРЬ</b>	
<b>Программное содержание</b>	<b>Репертуар и задания</b>
<p><i>Упражнения без музыки.</i> Учить координировать движения рук и ног при ходьбе. Развивать мышцы ног, плечевого пояса. Развивать кисти рук.</p>	<p>«Тик-так», «Пружинка», «Болтаем ножками», «Ветерок» «Поднимать и опускать плечи», «Сгибание кистей вниз и вверх». Ритмические упражнения с шумовыми инструментами.</p>
<p><i>Упражнения.</i> Учить реагировать на начало и окончание музыки. Передавать в движении различный её характер. Учить самостоятельно ориентироваться в пространстве. Развивать гибкость и пластику рук.</p>	<p>«Спокойная ходьба», «Бег», «Шаг с высоким подъёмом ног и поскоки» Т. Ломовой, «Марш» Е. Тиличевой, «Поплаваем» В. Золоторёва, «Качание рук» В. Иванникова.</p>
<p><i>Танцы, пляски.</i> Самостоятельно начинать и заканчивать движения с началом и окончанием музыки. Реагировать на смену частей музыкальной формы. Упражнять детей в несложных плясовых движениях, учить передавать их выразительно и эмоционально.</p>	<p>«Весёлые путешественники» С. Старокодомского, «Рыбачок» С. Старокодомского, «Чебурашка» В. Шаинского, «Пляска с притопами» (укр.н.м.) обр Н. Метлова.</p>
<p><i>Игры</i> Учить менять движения в соответствии с характером музыки. Выполнять движения в соответствии со словами потешки.</p>	<p>«Ловишка», «Игра с бубнами» (польс. н. м.) Т. Ломовой. «Чей кружок скорее соберётся» (р.н.м.)</p>
<p><i>Игровое и танцевальное творчество.</i> Побуждать детей выразительно передавать игровой образ. Побуждать импровизировать танцевальные движения, составлять небольшие музыкальные композиции.</p>	<p>«Котик и козлик» Е. Тиличевой «Я полю, полю лук» Е. Тиличевой</p>
<b>НОЯБРЬ-ДЕКАБРЬ</b>	
<b>Программное содержание</b>	<b>Репертуар и задания</b>
<p><i>Упражнения без музыки</i> Развивать мышцы ног, шеи, плеча. Развивать кисти рук.</p>	<p>«Повороты головы вправо влево», «Покачивание с полупальцев на пятки», «Паровозик», «Гладим животных больших и маленьких». «Ручеёк», «Вертушка», «Волна».</p>
<p><i>Упражнения.</i> Начинать и оканчивать движения в соответствии с характером музыки. Самостоятельно менять движения в</p>	<p>«Марш» Т. Ломовой, «Бодрый шаг и бег» Ф. Надененко, «Упражнение с одним флажком» польск. нар. мел. «Пружинка» р.н.м., «Вертушки» укр.н.м. Я.</p>

соответствии с музыкальной формой. (двухчастная). Упражнять в выполнении танцевальных движений.	Степового.
<i>Танцы, пляски, хороводы.</i> Запомнить и соблюдать последовательность разнохарактерных плясовых движений. Уметь двигаться в парах, хороводом. Дать понятие танцах разных народов. Научить выполнять простые фигуры и шаги.	«Новогодний хоровод» Т. Попатенко, «Танец кукол и мишки» Д. Кабалецкого, «Полька - кремента» А. Аскос, «Поросята» Дж. Уотта
<i>Игры.</i> Выполнять движения под текст игровой песни, согласовывать их с музыкой.	«Ёжик» А.Аверкина «Хоровод в лесу» М. Иорданского.
<i>Игровое и танцевальное творчество.</i> Самостоятельно находить движения для передачи зимних игр и забав. Развивать творчество, фантазию.	«Как у наших у ворот» р.н.м. , «Где ты был, Иванушка?» р.н. п. обр. М. Иорданского.
<b>ЯНВАРЬ-ФЕВРАЛЬ-МАРТ</b>	
<i>Упражнения без музыки.</i> Развивать мышцы плечевого пояса, рук, шеи. Развивать кисти рук.	Ронять руки. Поднимать согнутую в колене ногу. Сгибать и разгибать ногу в подьёме. Наклонять голову вперёд-назад. Отводить кисти вправо влево.
<i>Упражнения.</i> Чувствовать и передавать в движении изменения характера и формы музыкального произведения. Самостоятельно ориентироваться в пространстве. Упражнять в выполнении танцевальных движений с предметами.	«Марш» Н. Богословского, «Играем как мячики» П. Чайковского, «Полетаем на самолёте» В. Золоторёва, «Передача платочка» Т. Ломовой, «Упражнение с лентами» В. Моцарта, «Бег с лентами» А. Жилина.
<i>Танцы, пляски.</i> Начинать и заканчивать движения в соответствии с началом и окончанием музыки. Менять движения в связи со сменой частей музыкального произведения. Выразительно танцевать с платочком, цветком, лентами.	«Танец с лентами» П. Мориа, «Упражнение с цветами» Г. Гладков, «Волшебный цветок» Ю. Чичкова, «Мячик» М. Минкова, «Красная шапочка» А. Рыбникова
<i>Игры.</i> Воспитывать умение самостоятельно действовать в игре. Выполнять правила коллективной игры. Передавать игровой образ, согласовывать движения с музыкой.	«Ворон» Е. Тиличевой, «К нам гости пришли» Ан. Александрова, «Найди себе пару» Т. Попатенко.
<i>Игровое и танцевальное творчество.</i> Свободно плясать, используя знакомые танцевальные движения. Побуждать детей к поискам выразительных движений для передачи характерных особенностей персонажа.	«Наши кони чисты» Е. Тиличевой, «Задорные чижы» Я. Дубравина

<b>АПРЕЛЬ-МАЙ-ИЮНЬ</b>	
<b>Программное содержание</b>	<b>Репертуар</b>
<p><i>Упражнение без музыки</i> Развивать мышцы плечевого пояса, ног. Учить чувствовать напряжение и расслабление мышц корпуса. Развивать кисти рук.</p>	<p>«Мельница», «Оттягивание носочков и пяток», «Гладим водичку», «Трясти кистями». «Бабочка», «Лягушка», «Собака», «Березка», «Мост» «Рыбка», «Кораблик»</p>
<p><i>Упражнение.</i> Развивать чёткость, координацию движений. Учить детей переходить от одного вида движений к другому в соответствии с музыкой. Уметь начинать движения после вступления. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.</p>	<p>«На лошадке» В. Витлина, «Всадники» В. Витлина, «Смелый наездник» Р. Шумана, «Потопаем - покружимся» Т. Ломовой, «Побегаем - попрыгаем» С. Соснина.</p>
<p><i>Танцы, пляски.</i> Знакомить детей с русской народной музыкой плясового характера. Согласовывать движения с музыкой. Отмечать в движении трёхчастную форму музыкального произведения. Знакомить детей с плясовыми движениями других народов.</p>	<p>«Кукляндия» П. Овсянников «Веснянка» Укр. н. м., «Хлоп-хлоп-хлоп» эст.н.м., «Кукла» В. Шаинского, «Сиртаки» М. Теодоракиса, «Парный танец» финская полька.</p>
<p><i>Игры.</i> Передавать в движении игривый, весёлый, задорный характер музыки. Учить действовать по словам потешек.</p>	<p>«Не выпустим» Т. Ломовой, «Зайцы и лиса. В садике» А. Майкапара, «Заводные игрушки. Зайчики» Т. Ломовой.</p>
<p><i>Игровое и танцевальное творчество.</i> Развивать воображение, фантазию, игровой образ. Самостоятельно использовать знакомые танцевальные движения.</p>	<p>«Весёлые лягушата» Ю. Литовского, «Вальс кошки» В. Золоторёва «Свободная пляска» любые плясовые мелодии.</p>

## 2.2. Учебно–тематический план.

Наименование разделов и тем
<p><b>Раздел 1. Азбука музыкального движения. Элементы русской пляски.</b></p>
<p><b>Тема 1.1.</b> Ориентировка в пространстве. Исходные положения. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, шаг на носочках, мягкий, пружинящий) Музыкальные размеры 2/4, 4/4. Понятие о такте и затакте.</p>
<p><b>Тема 1.2.</b> Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).</p>

<p>Восприятие сильной и слабой доли на слух, выполнение акцента в движениях. Элементы русской пляски. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4.</p>
<p><b>Тема 1.3.</b> Контрастные темпы. Происхождение и особенности русского хоровода. Положение рук в русской пляске. Построения и перестроения, орнаментальные хороводы. Хороводные шаги: переменный, тройной шаг. Хороводные шаги: топающий (топотушки, перетопы), дробный шаг. Движение по линии танца, против хода, в колонне по диагонали, в шеренге взявшись за руки. Движение с ускорением, замедлением темп</p>
<p><b>Тема 1.6.</b> Хороводные шаги: приставной шаг, шаг с притопом. Перепляс. Танцевальные комбинации русских танцев. Танцевальные импровизации. Запомнить и соблюдать последовательность разнохарактерных плясовых движений. Уметь двигаться в парах, хороводом. Выступление на Новогоднем утреннике</p>
<p><b>Элементы ритмической гимнастики. Танцевальные движения.</b></p>
<p><b>Тема 2.1</b> Выставление ноги на носок, на пятку с полуприседанием. Полуприсядка, «ковырялочка». Движение приставными шагами с носка, ходьба на полупальцах в колонне. Чувствовать и передавать в движении изменения характера и формы музыкального произведения.</p>
<p><b>Тема 2.2.</b> Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180* и обратно.</p>
<p><b>Тема 2.3.</b> Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.</p>
<p><b>Тема 2.4.</b> Характерные движения. Упражнения на координацию движений: повороты головы с шагами, движение рук и головы с шагами и др. Парные пляски. Положения в парах. Кадрили. Упражнения на равновесие.</p>
<p><b>Тема 2.5.</b> Построения и перестроения группы: «Воротца», «Звёздочки», «Карусели». Упражнения: наклоны к ногам, упражнения на подвижность стопы и эластичность голеностопного сустава. Упражнения для выворотности ног. Повторение и подведение итогов. Конкурс танцоров. Выступление на «Дне защиты детей»</p>

Элементы основного содержания, т.е. музыкальное наполнение занятий может варьироваться в зависимости от целей и задач и возможностей учащихся (на усмотрение педагога).

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Особенности набора детей и организации деятельности

Набор детей в группу производится в свободном порядке, по желанию детей и родителей (законных представителей). Занятия проводятся по группам. Наполняемость – от 4 до 6 человек, что позволяет продуктивно вести как групповую, так и индивидуальную работу с детьми. Основной формой работы с детьми является *занятие*, продолжительность которого соответствует возрастным нормам детей. Формы организации деятельности воспитанников на занятии: фронтальная; в парах; групповая; индивидуально–групповая.

#### *Учебный план по программе*

Название услуги	Вид занятий	Возраст детей	Продолжительность занятия ОД	Количество занятий в неделю на 1 группу	Количество недель освоения программы	Всего занятий по программе
Обучение дополнительной общеразвивающей программе «Танцевальная мозаика» (5-6 лет)	групповые	5 -6 лет	25 минут	1	36	36

#### *Расписание занятий*

Название услуги	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Обучение по программе «Танцевальная мозаика»			<b>25 минут</b> 17.00 - 17.25 Старшая группа (5-6 лет)		

**Сроки реализации дополнительной образовательной программы.** Данная образовательная программа рассчитана на один учебный год, что составляет 9 месяцев.

#### **Основные виды работы с детьми по ритмике и танцу:**

**1.** Упражнения, с помощью которых совершенствуются навыки основных движений (ходьба, бег, прыжки), упражнения без музыки;

2. Упражнения с музыкально-ритмическими заданиями;
3. Упражнения с предметами, подвижные игры, танцы, хороводы, пляски.

### 3.2. Материально-техническое обеспечение

1. Книгопечатная продукция А.И. Буренина «Ритмическая мозаика» Программа по ритмической пластике для детей. Санкт-Петербург ЛОИРО 2000г. Нотный материал, иллюстрации,

2. Технические средства обучения: CD –проигрыватель. Проекционный экран (совместно просматривать выступления детей). Музыкальный фонд

3. Оборудование. Занятия проходят музыкальном зале ДОУ с использованием атрибутов:

- Мячи
- Скакалки
- Хопы
- Обручи
- Коврики (индивидуальные)
- Ленточки
- Султанчики
- Мягкие игрушки для сюжетных занятий
- Раздаточный материал «времена года» (листки, цветочки, снежки, дождик
- платочки цветные,
- флажки,
- палочки - «шумелки».

Музыкальные инструменты и игрушки: ложки, колокольчики, бубен, погремушки, самодельные и шумовые инструменты.

#### Рекомендованная одежда и обувь для занятия:

➤ *Для девочек:* гимнастический купальник. Юбочка шифоновая (в тон цвету купальника). Балетки белого цвета, белые носки или колготки. Волосы должны быть собраны в пучок.

➤ *Для мальчиков:* футболка белого цвета. Шорты черного цвета. Балетки черного цвета.

**Вид детской группы** - группа детей профильная, имеет постоянный состав. Количество детей по годам обучения.

## 4. ЛИТЕРАТУРА

1. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика» Программа по ритмической пластике для детей. Санкт -Петербург ЛОИРО 2000г.

2. Т.Ф. Коренева «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного возраста» в 2-х книгах. Москва. Гуманитарный издательский центр «Владос» 2001 год.

3. Т.И. Суворова «Танцуй малыш» в двух книгах Санкт Петербург издательство «Музыкальная палитра».

4. Т.И. Суворова «Танцевальная ритмика для детей» в пяти книгах Санкт Петербург издательство «Музыкальная палитра» 2004-2007 годы.

5. Т.И. Суворова «Танцевальная ритмика. Новогодний репертуар» Санкт Петербург издательство «Музыкальная палитра» 2009 год.

6. Т.И. Суворова «Спортивные олимпийские танцы» в двух книгах Санкт Петербург издательство «Музыкальная палитра» 2008г.

7. Ж.Е. Фирилева, Е.Т. Сайкина «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей Санкт Петербург издательство «Детство - пресс» 2010 год.

8. Бочкарева Н. И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии. Учебно-методическое пособие; 1998 – 63

9. Хореография. Сборник образовательных технологий (в помощь педагогу дополнительного образования). Кемерово, 2002.

#### **Литература для родителей**

1. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика» Программа по ритмической пластике для детей. Санкт-Петербург ЛОИРО 2000г.

2. Барышникова Т. К. Азбука хореографии. СПб., 1996.

3. Зимина А. Н. Народные игры с пением. М. 2000.

4. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль, 2000.

5. Нищева Н. В. Разноцветные сказки. СПб., 1999.

6. Сеницына Е. И. Умные пальчики. М., 1999.

7. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». СПб., 2000.

8. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танца для юных. - М. : Издательство Эксмо, 2003 - 240 с. Иллюстрация(серия «Энциклопедия для юных»)

9. Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. М., 1993.

**ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ  
«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ МОЗАИКА» (5-6 ЛЕТ)**

1. 1.Образовательная область (направленность программы): художественная.

2. Направление образовательной деятельности: танцевальное творчество.

3. Название программы: «Ритмическая мозаика».

4. Аннотация на программу.

5. Возрастные особенности детей 5-7 лет.

6. Срок реализации программы: 9 месяцев.

7. Основные цели и задачи:

– развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки у детей младшего дошкольного возраста посредством ритмопластики.

8. Краткое содержание образовательной деятельности. Дети знакомятся с элементами музыкальной грамоты, изучают в движении средства музыкальной выразительности (темп, ритм, способы исполнения). Ритмичные упражнения развивают координацию движений, быстроту реакции, ориентировку в пространстве. Исправляем природные недостатки (сутулость, развернутость стоп, уделяется постоянное внимание технике: прямая спина, ходьба с правильным положением корпуса, легкость в беге, гибкость).

9. Основной образовательный результат. Дети знают, что такое зал, его точки и линии, хорошо видят его пространство. Дети начинают и заканчивают движения с началом окончания музыки, передают хлопками простой ритмический рисунок музыки. Образно передают настроение музыкального произведения: весёлое, грустное и т. д. Знают и умеют выполнять танцевально- тренировочные упражнения, имеют представления о характере и манере исполняемых танцев. Умеют играть и фантазировать.

10. Перечень методических приложений к программе. Дидактические материалы: коврики, ленточки, мячики, обручи, скакалки, хопы, мягкие игрушки к сюжетным занятиям (мишка, чебурашка, белочка, зайчик и т.д.), султанчики. Материал «времена года»: листики, снежки, цветочки и т. п.

11. Методические рекомендации для педагога:

– На занятиях выполнение танцевальных элементов строго дозируется. Сложные элементы чередуются с легкими, движения, требующие большего мышечного напряжения – с движениями на расслабление.

– После выполнения движений в быстром темпе необходимо выполнить движения на восстановление дыхания.

– Занятия необходимо проводить увлекательно, в темпе, чтобы дети уходили с занятия с чувством удовлетворения, и чтобы с каждым занятием они приобретали все больше знаний и навыков.

– Не следует весь урок громко командовать. Иногда нужно объяснять тихо, но эмоционально. Это заставит, занимающихся, соблюдать тишину и внимательно слушать объяснение преподавателя.

– Не использовать при работе с детьми ласкательно уменьшительные слова (головка, ручки, ножки ...).

– На каждое танцевальное движение использовать новое музыкальное произведение.

– Необходима одинаковая нагрузка во время занятия на левую и правую ногу.

– Не показывать детям как неправильно они исполняют то или иное танцевальное движение и не сравнивать их исполнение с чем-либо (болтаются как сосиски и прочее).

## 12. Методические советы родителям:

– Если вы замечаете, что ваш ребенок в кругу своих сверстников отличается неловкостью движений, не уверен в себе, стесняется, то это нужно исправлять постарайтесь записать его в кружок или секцию.

– Проявляйте к ребёнку интерес, сопереживайте ему и цените его, будьте соучастником всякой его деятельности. Если ребёнок посещает кружок, обязательно поинтересуйтесь, как прошло занятие.

– Находите время для совместных игр или занятий с детьми. Когда родители играют с детьми и вместе развлекаются, их отношения укрепляются. Каждый день обязательно уделяйте немного времени на то, чтобы выслушать своих детей и вместе заняться чем-нибудь веселым.

– Не критикуйте. Говорите о положительном, ободрите ребенка, чтобы он не стыдился делать ошибки.

– Старайтесь активно участвовать в охране здоровья ребенка и оздоровлении его организма. Не только рассказывайте ему, что нужно делать, чтобы не болеть, но и личным примером показывайте, как полезны для здоровья выполнение правил личной гигиены и правильное питание.

– Не стремитесь к тому, чтобы управлять жизнью ребёнка. Не вмешивайтесь в его занятия, с которыми он справляется сам. Чаще прислушивайтесь к советам ребёнка, учитесь у него, объединяйте свои усилия с усилиями ребёнка. Поддерживайте в нём чувство его уникальности.

– Постараться использовать в процессе общения с детьми компоненты культуры, эффективного общения: любовь, уважение, вера, справедливость, отзывчивость.