

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №83
Невского района Санкт-Петербурга

Принято
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от «31» 08 2018 года

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга

Иванова Г.А.



Программа дополнительного образования РИТМИКА (Возраст детей 1,5-3 года)

Педагоги дополнительного образования
Епифанова Ирина Олеговна
Долговская Наталья Германовна

Пролонгировано:
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № ____ от « ____ » _____ 201 ____ года

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № ____ от « ____ » _____ 20 ____ года

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № ____ от « ____ » _____ 20 ____ года

Санкт-Петербург
2018 год

Пояснительная записка

Современные методики занятий ритмикой с детьми дошкольного возраста

В последние годы заметно возросла потребность в эффективных методиках воспитания детей дошкольного возраста. По мнению Т. Сауко, явление это не случайное и связано с пониманием самоценности этого периода детства, значения развития в дошкольном возрасте для последующего становления личности ребенка. С 1998 года педагогам предоставляется право выбора образовательной программы. Существует несколько программ по танцевально-ритмической гимнастике.

К одной из таких методик относится программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной. Цель программы - развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

Первая отличительная особенность данной программы в выявлении индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы «на себя», «на взаимодействие с детьми».

Вторая особенность - это использование в качестве музыкального сопровождения целостных произведений - в грамзаписи и при непосредственном, «живом» исполнении.

Третья особенность данной программы - это акцентирование внимания педагогов на анализе внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку.

Еще одной современной программой является «Музыка с мамой» разработанная Сергеем и Екатериной Железновыми. Сюда входят серия компакт-дисков для общего и музыкального развития малышей от рождения до школы. В названии программы заключена ее направленность. Выполняя упражнения с мамой ребенок испытывает положительные эмоции, на основе которых и возникают более глубокие чувства: радость, восхищение, восторг.

«Топ-топ» - песенки - игры для общего развития и адаптации в группе для детей от 2 до 5 лет. Здесь представлены пальчиковые и подвижные игры, звукоподражания, ритмическая гимнастика под музыку и пение.

«Прыг-скок» - игровая гимнастика для детей от 3 до 5 лет под музыкальное сопровождение. В предлагаемые комплексы включены как физкультурные, так и сюжетно-образные движения.

«Пять поросят» - пальчиковая гимнастика. На данном компакт диске представлены пальчиковые игры под музыкальное сопровождение. Ритм, неизменный порядок слов, рифма являются для ребенка «заклинанием», чем-то магическим, утешающим и успокаивающим, а музыкальное сопровождение радует детей и позволяет проводить игровые занятия наиболее эффективно.

Оздоровительно-развивающая программа «Са-фи-дансе» Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. по танцевально-игровой гимнастике направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста и рассчитана на четыре года обучения - от трех до семи лет. Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Еще одной современной программой является «Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворовой. Данная программа включает репертуар для занятий музыкально-ритмическими движениями с детьми дошкольного возраста. Парные и круговые пляски, игры, упражнения собраны автором из разных источников: творческих разработок музыкальных руководителей детских садов, а также сборников, изданных ранее. Предлагаемый репертуар отличается доступностью для исполнения детьми и яркостью игрового образа.

Цели и задачи рабочей программы

Цель программы «Веселая ритмика» – содействие гармоничному развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики,

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

Развитие музыкальности.

Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;

Развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);

Развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

Развитие ловкости, точности, координации движений;

Развитие гибкости и пластичности;

Формирование правильной осанки, красивой походки;

Воспитание выносливости, развитие силы;

Развитие умения ориентироваться в пространстве;

Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку;

Развитие творческого воображения и фантазии;

Развитие способности к импровизации в движении.

Развитие и тренировка психических процессов:

Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;

Тренировка подвижности нервных процессов;

Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности:

Воспитание умения сопереживать другим людям и животным;

Воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Учебно-тематический план

Дидактические игры и упражнения

Элементы хореографии :

танцевальные позиции ног: I, II, III;

танцевальные позиции рук (подг., I, II, III);

выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях;

полуприседы;

комбинации хореографических упражнений.

«Рисуем солнышко на песке»,

«Цветочек»,

«Лебеди»,

«Совы»,

«Ветер и деревья»,

«Пружинка»,

поклон «Приветствие».

Образно-игровые упражнения:

ходьба: бодрая, спокойная, на носках, на пятках, вперед и назад спиной, высокий шаг в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках; бег – легкий, широкий (волк), острый;

прыжковые движения с продвижением вперед, прямой галоп, поскоки «Медведи и медвежата»,

«Пингвины»,

«Раки» (спиной назад),

«Гуси и гусеницы»,

«Слоны»,

«Бежим по горячему песку» (острый бег),

«Зайцы»,

«Белки» (прыжки и поскоки),

«Лягушата»,

«Лошадки» (прямой галоп).

Строевые упражнения построение в шеренгу и в колонну;

перестроение в круг;

бег по кругу и по ориентирам «змейкой»;

перестроение из одной шеренги в несколько;

перестроение «расческа». «Солдаты»,

«Матрешки на полке»,

«Звери в клетках»,

«Хоровод»,

«Хитрая лиса»,

«У каждого свой домик»,

«Поздороваемся»,

«Поменяемся местами».

Танцевально- ритмическая гимнастика

танцевальные движения

-общеразвивающие упражнения

образно-танцевальные композиции (из ранее разученных движений).

«Чебурашка»

«Я на солнышке лежу»,

«Петрушки»,

«Куклы»,

Игропластика группировка в положении лежа и сидя;

перекаты вперед-назад;

сед ноги врозь широко;

растяжка ног;

упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях.

«Камушки»,

«Кочки»,

«Улитка»,

«Побежали пальчики»,

«Яблочко»,

«Бревнышко»,

«Бабочка».

«Верблюды»,

«Корзинка»,

«Змеи»,

«Пантеры»,

«Рыбка»,

«Бегемоты».

Музыкально-подвижные игры игры на определение динамики музыкального произведения;

игры для развития ритма и музыкального слуха;

подвижные игры;

игры-превращения;
«Карлики и великаны»,
«Круг, колонна, шеренга»,
«Автомобили»,
«Воробы и журавли»,
«Поздороваемся»,
«Собачка в конуре»,
«Ракета»;
«Соседи»;
«Шапочка».

Дыхательная гимнастика упражнения, способствующие формированию различных типов дыхания:

дыхание с задержкой;
грудное дыхание;
брюшное дыхание;
смешанное дыхание; «Ветер»;
«Воздушный шар»;
«Насос»;
«Подышите одной ноздрей»;
«Паровоз»;
«Гуси шипят»;
«Волны шипят»;
«Ныряние»;
«Подуем»;

Пальчиковая гимнастика упражнения для развития:

ручной умелости;
мелкой моторики;
координации движений рук; «Мыртышки»;
«Бабушка кисель варила»;

«Жук»;

«Паучок»;

«Чашка»;

«Червячок»

Игровой самомассаж поглаживание рук и ног в образно-игровой форме;

поглаживание отдельных частей тела в определённом порядке в образно-игровой форме;

«Лепим лицо»;

Упругий живот»;

«Ушки»;

«Ладони»;

«Красивые руки»;

«Быстрые ноги»;

Игроритмика хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет;

только на 1-ый счет;

выполнение движений руками в различном темпе;

различие динамики звука «громко-тихо».

«Хлопушки»,

«Топотушки»,

«Лошадки бьют копытом»,

«Ловим комаров»,

«Пушистые снежинки»

Креативная гимнастика упражнения, направленные на развитие выдумки; воображения творческой инициативы.

Море волнуется раз»;

«Зеркало»;

«Угадай кто я»;

«Раз, два, три замри»,

«Ледяные фигуры»

Учебно-тематический план работы для детей раннего возраста

№ занятия	Тема занятия	Программное содержание	Кол-во часов
Октябрь			
1	Ритмическая гимнастика	• Формировать навык ритмической ходьбы • Развивать слуховое внимание • Умение начинать и заканчивать движения под музыку Репертуар • «Ну-ка все встали в круг» • Марш «Вот ка мы умеем» • «Мишка» • «Улитка» • «Маленькие ладушки» • «Петушок»	1ч
2	Ритмическая гимнастика	• Способствовать созданию психологического благополучия • Доверительных отношений между взрослым и ребенком Репертуар • «Ну-ка все встали в круг» • Упражнение «Лодочка» • «Машина» • «Идём домой» • «Дождик»	1ч
3	Ритмическая гимнастика	• Развивать слуховое внимание • Координацию движений • Чувство ритма Репертуар • «Ну-ка все встали в круг» • Пляска «Да-да-да» • «Мишка» • «Едет, едет на коне» • «Разминка»	1ч
4	Ритмическая гимнастика	• Развивать координацию движений • Чувство ритма • Повышать эмоциональный тонус • Создать хорошее настроение • Способствовать доверительному отношению взрослого и ребёнка Репертуар • «Пошагаем» • «Носик» • Игра «Прятки» • Пляска «Да-да-да»	1ч

		• «Маршируем дружно»	
Ноябрь			
1	Ритмическая гимнастика	• Формировать элементарные плясовые навыки • Расширять двигательный опыт малышей • Развивать умение координировать движение с музыкой Репертуар • «Ну-ка все встали в круг» • Пляска «Чок да чок!» • «Носик» • Улитка» • «Вот как мы умеем»	1ч
2	Ритмическая гимнастика	• Развивать чувство ритма • Формировать основные двигательные навыки – ходьбу и бег Репертуар • «Ну-ка все встали в круг» • Упражнение «Ноги и ножки» • «Машина» • «Гуси» • «Ходим-бегаем»	1ч
3	Ритмическая гимнастика	• Способствовать релаксации • Успокаивать активность движений Репертуар • «Ну-ка все встали в круг» • Упражнение «Устали наши ножки» • «Улитка» • «Лодка» • «Научились мы ходить» • «Ловкие ручки»	1ч
4	Ритмическая гимнастика	• Развивать мелкую моторику • Способствовать навыку имитационных движений • Умение координировать движения с музыкой и текстом песни Репертуар • «Пошагаем» • Упражнение «Ладушки-ладошки» • «Гуси» • Мы ногами то-топ! • «Мы учимся бегать» • «Полет птиц»	1ч

Декабрь			
1	Ритмическая гимнастика	• Знакомить с элементарными плясовыми движениями • Расширять двигательный опыт детей Репертуар • «Начнём урок! • Бубны» • Пляска «Маленькая полечка» • «Мишка» • «Гуляем и пляшем»	1ч
2	Ритмическая гимнастика	• Развивать способность детей исполнять выразительные движения в соответствии с музыкой и игровым образом Репертуар • «Начнём урок» • «Лошадки» • Игра «Ой, летали птички» • «Вот как мы умеем» • «Догони зайчика» • «Новогодний хоровод»	1ч
3	Ритмическая гимнастика	• Учить детей двигаться парами • Покачиваться с ноги на ногу • Поочерёдно топать ногами и присаживаясь • Хлопать по коленям «Ай!» Репертуар • «Начнём урок» • Пляска «Ай- да!» • «Бубны» • «Лошадки» • «Пирожок»	1 ч.
4	Ритмическая гимнастика	• Развивать мелкую моторику • Умение начинать и заканчивать движения вместе с музыкой • Подпевать «кап-кап» Репертуар • «Начнем урок! • Упражнение «Кап-кап» • «Носик! • «Мишка» • «Игра с погремушкой»	1ч
Январь			
1	Ритмическая гимнастика	• Развивать чувство ритма • Умение координировать движения в соответствии с музыкой и текстом • Быстроту двигательной	1ч

		реакции Репертуар • «Все на ножки становитесь» • Игра «Поезд» • «Гремим» • «Котята» • «Танец снежинок» • «Спи, мой мишка»	
2	Ритмическая гимнастика	• Развивать навыки основного движения - ритмичной ходьбы • Умение поднимать ноги (не шаркать) • Начинать и заканчивать движения вместе с музыкой Репертуар • «Все на ножки становитесь» • «Марш» • «Лошадки» • «Котята» • «Зимняя пляска»	1ч
3	Ритмическая гимнастика	• Развивать мелкую моторику • Координацию движений • Выразительность жестов в соответствии с текстом песни Репертуар • «Все на ножки становитесь» • Упражнение «Кулачки» • «Котята» • «Поезд» • «Фонарики»	1ч
4	Ритмическая гимнастика	• Развивать навыки основных видов движений –ходьбу и бег • Различать изменения характера музыки • Повышать эмоциональный тонус Репертуар • «Все на ножки становитесь» • Упражнение «Ходим-бегаем» • «Лошадки» • Белочки» • Игр «Прятки» («Как у наших у ворот» русская народная мелодия»)	1ч
Февраль			
1	Ритмическая гимнастика	• Выполнять движения по показу • Развивать умение прыгать вперёд – назад	1ч

		- Двигаться в соответствии с текстом Репертуар «Все на ножки становитесь» - Игра – упражнение «Повторяй за мной» «Ну -ка повторяйте» «Медвежонок» «Жмурки с бубном»	
2	Ритмическая гимнастика	- Осваивать новые плясовые движения - Эмоционально воспринимать народную музыку - Развивать чувство ритма Репертуар «Все на ножки становитесь» «Весёлая пляска» «Котята» - Шагаем» «Веселая пляска»	1ч
3	Ритмическая гимнастика	- Развивать мелкую моторику - Умение выполнять имитационные движения - Осваивать выразительность жестов - Концентрировать внимание Репертуар «Пошагаем» - Упражнение «Разминка» «Вот как мы умеем» «Белочки» «Пальчики-ручки»	1ч
4	Ритмическая гимнастика	- Формировать умение двигаться с предметом - Осваивать разнообразные движения с погремушкой Репертуар «Пошагаем» «Пляска с погремушками» «Гремим» «Котята» «Где же наши ручки?»	1ч
Март			
1	Ритмическая гимнастика	- Развивать выразительные образно- игровые движения, эмоции Репертуар «Каблучок» - Игра «Зайчики и Лисичка»	1ч

		народная мелодия «Из-под дуба»	
2	Ритмическая гимнастика	- Учить детей двигаться в пляске парами - Выполнять новые плясовые движения Репертуар «Топ – хлопок» «Солнышко» - Пальчиковая игра –упражнение «Пальчики шагают» - Упражнение «Весёлые ладошки» - Пляска «Бегите ко мне» Е.Тиличеева	1ч
3	Ритмическая гимнастика	- Развивать умение вращать ногами - Лёжа на спине - Чувствовать ускорение темпа и двигать ногами быстрее Репертуар - Упражнение «Велосипед» - Упражнение –игра «Лодочка» - Упражнение «Идём - прыгаем» - Игра «Лошадка» «Паровоз» А.Филиппенко «Танец с куклами»А. Филиппенко	1ч
4	Ритмическая гимнастика	- Развивать динамический слух - Различать тихое и громкое звучание музыки - Умение выполнять выразительное движение «грозить пальчиком» Репертуар «Тихо-тихо мы сидим» - Упражнение «Погуляем» «Птичка» - Упражнение «Идём - прыгаем» «Зайка» «Кап-кап» Ф.Филькенштейн «Солнышко и дождик» М.Раухвергер	1ч
Май			
1	Ритмическая гимнастика	- Закреплять умение детей танцевать парами - Развивать коммуникативные навыки - Доброжелательность, вежливость Репертуар - Пляска «Приседай»	1ч

		• <i>«Пляска с куклами»</i> • <i>Пляска «Приседай»</i> • <i>Упражнение «Идём - прыгаем»</i> • <i>«Прогулка и дождик»</i> • <i>«Упражнения с погремушками»</i> <i>А.Козакевич</i>	
2	Ритмическая гимнастика	• Расширять опыт двигательной активности • Выразительно выполнять образно-игровое упражнение Репертуар • <i>Игра «Воробушки и кошка»</i> • <i>«Пляска с платочками»</i> • <i>Пляска «Приседай»</i> • <i>«Птичка»</i> • <i>«Дождик»</i> • <i>«Поссорились-помирились»</i> <i>Т.Вилькорейская</i>	1ч
3	Ритмическая гимнастика	• Развивать навык основного движения – ходьба под музыку Репертуар • <i>Упражнение-марш «Бойцы идут»</i> • <i>Упражнение «Погуляем»</i> • <i>Упражнение –игра «Лодочка»</i> • <i>«Солнышко»</i> • <i>«Прогулка на автомобиле»</i> <i>К.Мясков</i>	1ч
4	Ритмическая гимнастика	• Развивать чувство ритма • Умение выполнять движение в соответствии с музыкой и текстом Репертуар • <i>Игра «Лошадка»</i> • <i>«Ну-ка повторяйте»</i> • <i>«Птичка»</i> • <i>«Мишка косолапый»</i> • <i>«Игра с бубном» М.Красев</i> • <i>«Парная пляска»</i>	1ч