

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение г.Хабаровска

«Детский сад комбинированного № 184»

г. Хабаровска, ул. Подгаева 8 б, тел/факс 47-62-24

ПРИНЯТА

на педагогическом совете № 1
от «31» августа 2022 г.



УТВЕРЖДЕНА
Заведующая МАДОУ № 184
Шиляева М.Н.

приказ № 108
от «06» 2022 г

Программа по «Детская ритмическая гимнастика с элементами игрового стретчинга»
для детей младшего и среднего дошкольного возраста

Разработчик (составитель): Хаустова Л.Ф.
инструктор по физической культуре
высшей квалификационной категории

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	3
I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1. АКТУАЛЬНОСТЬ И НАЗНАЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ	3
1.2. ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ	4
1.3 ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.....	5
1.4. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	6
II. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ.....	7
2.1. ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА.....	7
2.2. МОДЕЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА....	8
2.3. ФОРМЫ И РЕЖИМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	12
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	15

Введение

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

В связи с вступлением в силу закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 и включением дошкольного образования в единую систему общего образования были разработаны федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования.

В детском саду была разработана дорожная карта ФГОС ДО. Ссылаясь на Приказ Минобрнауки РФ «Об утверждении ФГОС ДО», который вступил в силу с 1 января 2014 года и примерную программу «Детство», совместно с педагогами ДОО разработана основная образовательная программа.

Так как одним из основных принципов дошкольного образования является поддержка инициативы детей в различных видах деятельности, была разработана программа дополнительного образования по музыкально-ритмическим движениям «Детская ритмическая гимнастика с элементами игрового стретчинга» для детей раннего и младшего дошкольного возраста и составлено перспективное планирование.

В обсуждении программы участвовали творческая группа педагогического коллектива и родительской общественности. Программа была принята на педагогическом совете и утверждена заведующим детским садом.

I. Пояснительная записка

1.1. Актуальность и назначение программы

Рабочая программа дополнительного образования по ритмопластике составлена и разработана на основе программ и пособий: Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика», Суворовой Т.И. «Танцевальная ритмика для детей», Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. «Са-Фи-Дансе». По содержанию имеет физкультурно-оздоровительную направленность; по форме организации – кружковое объединение, рассчитана на 2 года обучения.

Новизна программы состоит в том, что программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, требующих свободного и осознанного владения телом, что обуславливает ее актуальность и практическую значимость.

Программа имеет *две направленности* – художественно-эстетическую и физкультурно-спортивную.

«Детская ритмическая гимнастика с элементами игрового стретчинга» – ритмопластика - это физкультурно-музыкальное занятие оздоровительной направленности, основными средствами которого являются комплексы оздоровительных и гимнастических

упражнений, развивающие игры, различные по своему характеру, выполняемые под музыку и оформленные танцевальными движениями.

Доступность этого вида основывается на простых и общеразвивающих упражнениях. Эффективность на ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

В данной программе используются не только музыкально-ритмические и имитационные движения, но и разнообразные упражнения, растяжки, игры. Веселая музыка занятий, высокая двигательная активность детей создают радостное, приподнятое настроение, заряжают положительной жизненной энергией. Каждое занятие - это путешествие в сказку, это игры и перевоплощения в различные образы.

Ритмопластика закладывает надёжный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребёнка, для укрепления здоровья, умения контролировать своё тело, положительно влияет не только на физическую подготовку ребенка, но и развивает у него восприятие музыки и основные психологические функции детей (память, внимание, мышление, речь и воображение). Поэтому в дальнейшем ребенок сможет успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: хореография, гимнастика, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях.

Главное на, что нацелена программа, это приобщение к движению под музыку всех детей- не только способных и одаренных в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них такого материала, в котором проявятся скрытые возможности ребенка, его "изюминка" и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы. Ведь доказано, что занятия движениями для детей с задержкой или патологией в развитии имеют особое значение, потому что двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов (исследования Н.А.Бернштейна, И.М.Сеченова, В.М.Бехтерева, методика М. Фильденкрайза и др.). В то же время, движение под музыку является для ребенка и одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию, поэтому оно в целом сказывается благотворно на его состоянии и воспитании.

При составлении программы учтены нормы и требования к нагрузке детей в течении недели. Программа составлена в соответствии с инструктивно – методическим письмом Министерства образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16, а также СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

1.2. Приоритетные направления программы

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально-игровая ритмика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях, танцах и играх. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образными упражнениями, сюжетными

композициями, которые отвечают возрастным особенностям, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт занятию привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

В программе учтены и представлены все ее необходимые составляющие:

- она имеет развивающий характер, ориентирована на логическое системное развитие музыкальности каждого ребенка и его музыкальной культуры в процессе овладения им музыкальной детской деятельностью;
 - учтен оздоровительный компонент; содержание программы сориентировано на создание психологического комфорта и эмоционального благополучия каждого ребенка.
- Кроме того, в программе учтен и здоровьесберегающий фактор: музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

1.3 Принципы построения программы:

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип повторения умений и навыков — один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

Принцип успешности заключается в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задания, которые он способен успешно выполнить.

Принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества (игровые технологии, работа в парах, подгруппе, индивидуально, организация исследовательской деятельности и др.).

Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

Принцип взаимодействия детского сада и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.

НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ - Музыкально-физкультурное.

1.4. Цели и задачи программы

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности дошкольника, формированию творческих способностей и развитию индивидуальных качеств ребёнка, укреплению здоровья, развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков средствами музыки и ритмических движений.

Оздоровительные задачи

1. Содействовать оптимизации роста и развитию опорно-двигательного аппарата.
2. Формировать и закреплять навык правильной осанки.
3. Содействовать развитию и функциональному совершенствованию сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системы организма.
4. Способствовать повышению физической работоспособности занимающихся.
5. Способствовать профилактике различных заболеваний, психомоторного, речевого, эмоционального и общего психического состояния занимающихся.

Воспитательные задачи

1. Воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощённости и творчества в движениях.

Задачи обучения.

1. Развитие музыкальности:

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов; развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

5. 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.

Программа рассчитана на два года обучения для детей дошкольного возраста 3-5 года (младшая, средняя). Занятия проводятся группами по 10-15 человек во второй половине дня два раза в неделю в течении года. Продолжительность занятий: младшая группа – не более 15 мин, средняя группа – не более 20 мин. Общее количество занятий в год – 64. Освоение содержания программы оценивается по результатам диагностики, которая проводится 3 раза в год (в начале, середине и конце года).

Также предусматривается индивидуальная работа с детьми, обладающими различным уровнем развития:

- способных и одаренных в двигательном отношении;
- заторможенных, неловких, неуверенных в своих силах.

Для реализации программы созданы необходимые условия: спортивный зал, музыкальный центр, фонограммы и ноты музыкально-ритмических композиций, атрибуты для композиций и др.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Организация педагогического процесса

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ – обучение детей проходит на специально организованной деятельности во второй половине дня по окончании основных режимных моментов. Учебная неделя: 2 дня. Продолжительность занятий: 15-20 минут.

СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ – группа, количественный состав до 10 человек.

МЕТОДЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ:

- ❖ игровой метод (драматизация, театрализация, игроритмика, игрогимнастика, танец, музыкально- ритмическая гимнастика);
- ❖ метод сравнения - наглядная демонстрация образцов правильного и неправильного владения исполнительскими навыками;
- ❖ метод звуковых и пространственных ориентиров;
- ❖ метод наглядно-слухового показа;
- ❖ метод активной импровизации;
- ❖ метод коммуникативного соревнования;

- ❖ метод упражнения (многократные повторения музыкально-ритмических и танцевальных движений).

Способы и направления поддержки детской инициативы в освоении Программы

Приоритетная сфера инициативы детей, научение:

- ✚ Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта.
- ✚ Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т.п.
- ✚ Рассказывать детям о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении плаванию.
- ✚ Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников:
 1. Обращаться к детям с просьбой, показать педагогу и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.
 2. Поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения его результатами.
 3. Создавать условия для разнообразной самостоятельной деятельности детей.
 4. При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.
 5. Учитывать и реализовать их пожелания и предложения.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

1. Естественное развитие организма ребёнка, функциональное совершенствование его отдельных органов и систем.
2. Создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя.
3. Укрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитие.
4. Формирование эмоциональной отзывчивости на музыку, лёгкости, пластичности, выразительности движений.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе;
- спортивные и музыкальные развлечения и праздники в детском саду;
- участие в районных и городских мероприятиях, конкурсах.

2.2. Модель организации воспитательно-образовательного процесса

Структура занятия по ритмопластике – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

- I. *Подготовительная часть* занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать

психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (*строевые, общеразвивающие упражнения*); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (*танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы*); танцевально-ритмическая гимнастика.

- II. *Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические танцы, пластика, креативная гимнастика.
- III. *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и упражнения на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ:

Раздел «Ритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры. Виды упражнений - хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки», «капельки»); акцентированная ходьба; движения руками в различном темпе; хлопки или удары ногой на каждый счёт, через счёт; сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт; выполнение ходьбы, бега, движений туловища в различном темпе; акцентированная ходьба махом руками вниз на сильную долю такта; поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта, на каждый счёт; поочередное поднимание и опускание рук по линиям.

Раздел «Гимнастика» служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят - строевые упражнения (виды упражнений: построение в шеренгу и в колонну по команде; повороты прыжком; построение из одной шеренги в две; ходьба и бег «змейкой»; ходьба и бег врассыпную; перестроение в три или четыре колонны по ориентирам; ходьба и бег в колонне по диагонали зала; ходьба и бег в колонне со сменой направления движения по команде воспитателя; перестроение в две колонны расхождением через одного через центр зала; ходьба с перестроением парами; ходьба с перестроением тройками), - общеразвивающие упражнения (с предметами – ленточками, обручами, флажками, мячами и др. и без предметов), а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные упражнения (виды упражнений: группировки сидя, лёжа на спине; перекаты в положении сидя, лёжа («орешек»,

«брёвнышко»); равновесие на носках («балерина»); равновесие, стоя на одной ноге («петушок», «цапля», «ласточка»); равновесие в упоре сидя («самолёт»); на гибкость («мостик», «кольцо», «шпагат», «берёзка», «птица», «книжка»); на формирование осанки («стрела», «ракета», «веточка», «змея») и другие).

Раздел «Танцы» направлен на формирование у детей танцевальных движений.

Доставляет эстетическую радость занимающимся детям. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического. Виды упражнений: шаг с носка, на носках; приставной шаг в сторону с приседанием, с хлопком; шаг с подскоком; скрестный шаг; русский хороводный; шаг с поворотом на 180*, на 360*; галоп прямой и боковой; шаг с притопом; русский шаг-«припадание»; «гармошка»; «ковырялочка»; тройной шаг с притопом; комбинации из танцевальных шагов.

Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика» направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершённость. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

Раздел «Пластика» - «Игровой стретчинга» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости детей. Ребёнок обретает умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

Раздел «Пальчиковая гимнастика» и служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения обогащают внутренний мир ребёнка. Оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии.

Раздел «Игровой самомассаж» направлен на закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Варианты упражнений: «Носом - вдох, а выдох – ртом»; «Вороны»; «У меня спина прямая»; «Разотру ладошки сильно»; «Руки к солнцу поднимаю»; «Я лежу на воде, как медуза на спине»; «Шалтай – Болтай сидит на стене»; «Ныряние»; «Подуем на плечо, подуем на другое»; «Руки кверху поднимаем»; «Воздух мягко набираем, шарик красный надуваем»; «Один, два, три, четыре, пять, все умеем мы считать», «Ветер дует нам в лицо»; «Ладочки, ладошки, утюжки-недотрожки»; «Вот встречаются зайчата, как погреться нам ребята»; «Ручки разотру, тепло сохраню».

Раздел «Музыкально – подвижные игры» является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. Варианты игр: «Найди своё место»; «Нитка – иголка»; «Мы – весёлые ребята»; «Совушка»; «Цапля и лягушки»; «У медведя во бору»; «Море волнуется»; «Ровным кругом»; «Карлики и великаны»; «Два мороза»; «Космонавты»; «Музыкальные стулья»; «Музыкальные змейки»; «Волк во рву»; «Запев – припев»;

«Горелки»; «Эхо»; «Мы пойдём сначала вправо»; «Магазин игрушек»; «Мяч по кругу»; «Давайте все делать как я»; «Лавота»; «Ну-ка повторяй» «Это что за маскарад».

Раздел «Игры – путешествия» (сюжетные занятия) включают в себя все виды подвижной деятельности. Служит основой для закрепления умений и навыков, приобретённых ранее, помогает сплотить ребят, побывать, где захочешь и увидеть, что хочешь, стать, кем мечтаешь.

Раздел «Креативная гимнастика» способствует развитию выдумки, творческой инициативы. Здесь создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощения. Раздел включает в себя музыкально-творческие игры и специальные задания.

Учебно – тематический план (по годам обучения)
сетка часов при двухразовых занятиях в неделю

№	ТЕМА	1-ый год (младшая группа)	2-ой год (средняя группа)
1.	Правила безопасности, личная гигиена, костюм для занятий.	1	1
2.	Игроритмика	6	4
3.	Образно – игровые движения	6	4
4.	Игропластика (игровой стретчинг)	8	9
5.	Упражнения на координацию	6	4
6.	Комплексы танцевально-ритмической гимнастики	8	10
7.	Гимнастика, акробатические упражнения	7	8
8.	Динамические, танцевальные упражнения	7	6
9.	Муз. – ритмические композиции	9	11
10.	Игротанцы (креативная гимнастика)	в течении года	
11.	Пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж	в течении года	
12.	Музыкально – подвижные игры	в течении года	
13.	Игры – путешествия	6	7
14.			
	ИТОГО	64	64

2.3 Формы и режим образовательной деятельности

Формой осуществления образовательного процесса являются учебные группы с постоянным составом, организованные по возрастному принципу (дети от 3 до 4 лет; дети от 4 до 5 лет). Набор детей в группы свободный; для всех физически здоровых детей, не имеющих противопоказаний к ООД по состоянию здоровья.

Основанием для перевода ребенка на следующий год обучения является успешное освоение программы, потенциальные возможности ребенка.

Основание для отчисления – состояние здоровья ребенка, заявление родителей.

Продолжительность образовательной деятельности	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов (занятий) в год
Дети 3 – 4 лет: 15 мин.	2 раза	30 мин.	64
Дети 4 – 5 лет: 20 мин.	2 раза	40 мин.	64

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1-й год обучения Возраст детей: 3 – 4 года

Блоки программы	Период прохождения материала	Количество часов	Тема / репертуар
«В гостях у сказки»	Октябрь	8	Автобус Мишка косолапый Десять зайцев Поросята
	Ноябрь	8	Два мышонка Танец червячков Птичка Паучок
Сюжетно – игровая образовательная деятельность «Вези нас, автобус, к сказочным друзьям»			
«Народный артист»	Декабрь	8	Мороз Мы попрыгаем Каблук Платочек
	Январь	6	Марш медвежонка Погремушка Неваляшки
	Февраль	8	Платочек Музыканты Барабанчики Музыкальные молоточки

Сюжетно - игровая образовательная деятельность «В музыкальном магазине»			
«Музыка и время»	Март	8	Паровозик На лошадке Шофер Машинист
	Апрель	8	Улитка Воробушки У жирафа Лимпопо
	Май	7	Часы Карусель
Сюжетно- игровая образовательная деятельность «Мы едем, едем, едем»			
Итого : 64 часов			

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2-й год обучения
Возраст детей: 4 – 5 лет

Блоки программы	Период прохождения материала	Количество НОД	Тема / репертуар
«В гостях у сказки»	Октябрь	8	Воздушные шарики Буратино Я – принцесса Дореми Белые кораблики
	Ноябрь	8	Какадурчик Танец придворных Парный танец Маленький принц
Сюжетно - игровая НОД «На балу у принцессы Дореми»			
«Народный артист»	Декабрь	8	Солдаты с метлами Танец снеговиков Елочки и снежинки Цыганочка
	Январь	6	Скрюченный чарльстон Летка-енка Малыши и малышки
	Февраль	8	Слоновий реп Собачий вальс Чимби-римби Чико-нико
Сюжетно - игровая НОД «В стране веселых танцев»			
	Март	8	Теремок Репка Колобок снежный бок Пойди туда...

«Музыка и время»	Апрель	8	Чудеса Веселые человечки Барабашки Ужасики
	Май	7	Пластилиновая ворона Дело было... Время перемен
Сюжетно- игровая НОД «Дело было в сказке»			
Итого НОД: 64			

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№ п/п	Блоки программы	Формы и способы работы	Дидактические материалы
1	«В гостях у сказки»	Подгрупповая практическая НОД НОД-путешествия НОД-сказка	- указательные карты - предметные картинки - индивидуальные коврики - мячи (по количеству детей) - обручи (4 шт.) - дуги (2 шт.) - ленточки (по количеству детей) - веревочки (4 шт.) - платочки (по количеству детей) - султанчики (по количеству детей) - снежинки (по количеству детей) - флажки (по количеству детей) - искусственные цветы, веточки (по количеству детей) - элементы костюмов, используемые в ритмических танцах - кегли (2 набора) - кубики (по количеству детей) - жетоны (по количеству детей) - эмблемы (по количеству детей)
2	«Народный артист»	Подгрупповая практическая НОД НОД-путешествия НОД-сказка	- указательные карты - предметные картинки - индивидуальные коврики - мячи (по количеству детей) - обручи (4 шт.) - дуги (2 шт.) - ленточки (по количеству детей) - веревочки (4 шт.) - платочки (по количеству детей) - султанчики (по количеству детей) - снежинки (по количеству детей) - флажки (по количеству детей) - искусственные цветы, веточки (по количеству детей) - элементы костюмов, используемые в ритмических танцах - кегли (2 набора) - кубики (по количеству детей) - жетоны (по количеству детей)

			- эмблемы (по количеству детей)
3	«Музыка и время»	Подгрупповая практическая НОД НОД-путешествия НОД-сказка	- указательные карты - предметные картинки - индивидуальные коврики - мячи (по количеству детей) - обручи (4 шт.) - дуги (2 шт.) - ленточки (по количеству детей) - веревочки (4 шт.) - платочки (по количеству детей) - султанчики (по количеству детей) - снежинки (по количеству детей) - флажки (по количеству детей) - искусственные цветы, веточки (по количеству детей) - элементы костюмов, используемые в ритмических танцах - кегли (2 набора) - кубики (по количеству детей) - жетоны (по количеству детей) - эмблемы (по количеству детей)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для организации педагогического процесса:

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. – М., 1993.
2. Богаткова Л. Танцы для детей. – М., 1959.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – СПб.: Лоиро, 2000. – 220 с.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997.
5. Ильина Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей // Вопросы психологии. – 1961. - № 1 – с. 119-132.
6. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. – М., 1972.
7. Кряж В.Н. и др. Гимнастика. Ритм. Пластика. – Минск, 1987.
8. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поем играем, танцуем дома и в саду. – Ярославль, 1996.
9. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль, 1997.
10. Музыка и движение / авт.-сост. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина. – М.: Просвещение, 1983. – 208 с.
11. Раевская Е., Соболева Г., Ушакова З. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. – СПб., 1999.
12. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. – М., 2001.
13. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976.
14. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са -Фи-Дансе. – СПб.: Детство-пресс, 2007. – 352 с.
15. Сулим Е.В., Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников – М.: ТЦ Сфера, 2017. – 112 с.
16. Сулим Е.В., Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2016. – 160 с.
17. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. «Двигательный игротренинг для дошкольников». СПб; ТЦ «Сфера», 2009.
18. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг». СПб, 2013

19. Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет». М, Мозаика-Синтез, 2013
20. С.С. и Е.С. Железновы. Методика раннего музыкального развития Железновых «Музыка с мамой»;