

Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение
«Детский сад №11»

ПРИНЯТА


на заседании педагогического совета
МДОУ «Детский сад №11» Оржицы

Протокол № 1 от 22.07.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Муниципального дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №11»

 О.А.Занина
Приказ от 31.07.2024 №94



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

художественной направленности

Ритмопластика «Солнечные зайчики»

Уровень программы - стартовый

Возраст детей: 3-4

срок реализации программы 1 год

Составитель:

Педагог доп. образования
Барелюк Татьяна Васильевна

Принята на заседании
педагогического совета

2024 год

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Учебный план
3. Содержание курса
4. Календарно-тематический план работы
5. Методическое обеспечение Программы
6. Список используемой литературы
Приложения

Пояснительная записка

Структурный элемент Пояснительной записки	Описание, комментарии
Направленность программы	<p>Программа «Ритмопластика» имеет художественную направленность, и направлена на развитие музыкальных способностей детей от 3 до 4 лет. Составлена с учётом требований Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012г., приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. № 196, с учетом санитарных норм и правил, утвержденных совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзором от 15.05.2013 №26 СанПиН 2.4.1.3049-13</p>
Актуальность	<p>Музыкально-ритмические занятия – это комплекс музыкальных упражнений и ритмических движений, которые способствуют развитию музыкального слуха, координации движений, двигательных умений и навыков.</p> <p>Принципы программы:</p> <p>Программа соответствует современным требованиям к образовательной программе.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Она имеет развивающий характер, ориентирована на общее и музыкальное развитие ребёнка в процессе овладения им музыкальной деятельностью.2. В ней заложена возможность как групповой, так и развивающей индивидуальной и коррекционной работы с детьми.3. В ней учтены идеи оздоровительного и развивающего компонента: принцип единства развивающей и оздоровительной работы с детьми.4. Содержание программы ориентировано на создание психологического комфорта и эмоционального благополучия каждого ребёнка.5. Программа оснащена практическими материалами и пособиями для индивидуальных и групповых занятий. <p>Подвижные, пальчиковые и музыкальные игры, игра на детских шумовых инструментах, упражнения, танцы и гимнастика под музыку - необходимые виды деятельности для детей. В таких играх с другими детьми ребёнок использует и развивает многие свои способности, в частности:</p> <ul style="list-style-type: none">• Улучшается общее физическое развитие, укрепляется

	<p>мышечный корсет, формируется осанка.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развивается музыкальный слух, ритм, и музыкальная память. • Формируются навыки вербального и невербального общения. • Ребёнок учится принимать решения, добиваться взаимопонимания, идти на компромиссы, он развивается эмоционально, у него формируется готовность и умение действовать в коллективе. • Развиваются навыки мелкой и крупной моторики, а также слуховые, зрительные, тактильные способности к восприятию.
Цель	<p>Цель программы – способствовать умственному, физическому, социальному и эстетическому развитию детей раннего и дошкольного возраста средствами музыкального воспитания. Задачи программы реализуются через основные виды творческой деятельности: музыкальное и ритмическое движение, музыкальные и ритмические игры, танцы. В процессе коллективной деятельности и общения ребята усваивают определенные нормы взаимоотношений со сверстниками, у них складываются те или иные способы поведения, постепенно закрепляющие как более или менее устойчивые нравственные качества личности.</p>
Задачи	<p>Основная задача занятий ритмикой - развитие у воспитанников общей музыкальности и чувства ритма.</p> <ul style="list-style-type: none"> — учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности; — развивать основы музыкальной культуры; — развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма); — учить определять музыкальные жанры (марш, песня, танец), виды ритмики (игра, пляска, упражнение), различать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки, быстрый, средний и медленный темп, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т.д.); — формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении; — развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой»

	игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.
Отличительные особенности программы	<p>Ядром программы является положение о том, что наилучшей для музыкального развития и обучения малышей является среда, где дети, родители и педагоги активно участвуют в музыкальной деятельности.</p> <p>Технология музыкального обучения и воспитания базируется на игровых методах и сочетании музыкальной деятельности с другими направлениями воспитательной работы с детьми.</p> <p>В предлагаемой программе музыкальное развитие является не только целью, но средством общего и социального развития детей. Новизной программы является также сочетание традиционных подходов и использование современных технических средств обучения. Обеспеченность практическим материалом (аудио, видео) позволяет целенаправленно заниматься комплексным музыкальным и общим развитием ребёнка не только на музыкальных занятиях, но использоваться и в группе (воспитателями), и семье (родителями).</p>
Адресат программы	Обучающиеся дошкольники в возрасте от 3 до 4 лет
Срок освоения программы	1 год
Формы обучения	Очная
Особенности организации образовательного процесса	Занятия проводятся групповые. Количество детей в группе 10-12 человек
Режим занятий	<p>Форма и режим занятий:</p> <p>Занятия проводятся в групповой форме 2 раза в неделю. 3-4 года группа 10-14 человек 30 минут</p>
Планируемые результаты	<p>3-4 года: Устойчивый интерес к движениям под музыку. Умение узнавать знакомые музыкальные композиции, различать контрастную по характеру музыку и отражать это в движении. Узнавать и различать звучание разных музыкальных инструментов.</p> <p>Умение становиться в пары и друг за другом; изменять движения в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и умеренно медленным), формой и</p>

	<p>ритмом музыки; выполнять упражнения от начала до конца, не отвлекаясь — по показу педагога.</p> <p>Умение исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку. Способность передавать в пластике музыкальный образ, используя разные виды движений; самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг. Эмоциональная отзывчивость на музыку, желание двигаться в соответствии с ее характером. Умение двигаться по одному, парами, в рассыпную, друг за другом.</p> <p>Исполнение основных движений под музыку, изменение их в зависимости от смены музыкальных образов, темпа, регистровой окраски (ходьба, бег, прямой галоп, топающий шаг).</p> <p>Освоение несложных танцевальных элементов по одному (по показу и самостоятельно) и в парах («пружинки», «прыжки», «носочек», «пяточка», «притопы», «топотушки», движение руками).</p> <p>Могут уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • эмоционально и правильно исполнять несложные танцевальные композиции и виды танцев, соответствующие программе • исполнять детские песенки с изученными танцевальными элементами • выполнять построения и перестроения, усложненные различными видами ходьбы и исполнением различных движений • работать с реквизитом в танце • внимательно слушать педагога и четко выполнять его рекомендации • работать в коллективе, слаженно
<p>Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов</p>	<p>Достижение планируемых результатов происходит в процессе анализа выполнения упражнений, беседы с детьми.</p> <p>Способы фиксации результатов – открытые занятия.</p>
<p>Форма подведения итогов</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Открытые занятия для родителей • Видеоматериалы с занятий • Праздники и досуги в детском саду • Выступления детей на открытых мероприятиях
<p>Материально-техническое обеспечение</p>	<p>Реализация программы предполагает работу в просторном помещении, с хорошей вентиляцией и освещением, возможностью использовать</p>

	<p>звукоспроизводящую технику (музыкальный центр, компьютер) и мультимедийный проектор.</p> <p>Для проведения занятий используются:</p> <p><i>Музыкальные инструменты:</i> Бубенцы, Бубны, Маракасы, Деревянные ложки, Погремушки, Музыкальные молоточки, Клавесы (деревянные палочки), Металлофоны, Треугольник, Коробочка, Рубель, Маленькие тарелочки, Барабаны.</p> <p><i>Гимнастическое оборудование:</i> Гимнастические палки, Обручи, Мячи средних размеров резиновые, Массажные мячи, Мешочки с песком, Шнур яркий длиной 3-4 метра, Цветы небольшие нежных оттенков.</p> <p><i>Игровое оборудование:</i> Куклы би-ба-бо (петрушечные), Сюжетные игрушки.</p> <p><i>Дополнительная оборудование и атрибутика:</i> Газовые платочки и большие платки, Мишура, Подушки, Парашют, Сюжетные картинки, Ленты, Султанчики/флажки, «Сюжетные» шапочки/детали (хвосты, уши, крылья...)</p> <p>Предлагаемый материал дает возможность проводить занятия в интересной, увлекательной форме.</p> <p>Движение и игра – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, они всегда готовы двигаться и играть – это ведущий мотив их существования, поэтому занятия по ритмике рекомендуется начинать со слов: «Мы сейчас будем играть...», «Мы сейчас превратимся...», «Мы сейчас отправимся в путешествие...» и т.п.</p>
Информационное обеспечение	Аудио, фото, интернет источники

Учебный план

Занятия проводятся 2 раза в неделю с сентября по май
Количество часов в год – 72 академических часа

	Раздел программы	1 год
1.	Приветствие, разминка	154 м.
2.	Упражнения в ходьбе и ОРУ	370 м.
3.	Танцевальные движения и композиции	360 м.
4.	Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	360 м.
5.	Элементы хореографии	-
6.	Ритмические игры и игры на шумовых инструментах	216 м.
7.	Игрогимнастика с использованием элементов партерной гимнастики	340 м.
8.	Музыкальные и подвижные игры	216 м.
9.	Завершение занятий	144 м.
	Итого	2160 м.

Содержание разделов

1. Раздел «Приветствие. Разминка» является началом активной части занятия, создает необходимый положительный и добрый настрой у детей. Для детей 3-4 лет одна песенка приветствия на весь учебный год. С 4 лет используем песенки приветствия или легкие разминки.

2. Раздел «Упражнения в ходьбе и ОРУ» Дети выполняют упражнения в различных видах ходьбы, бега, прыжков, для укрепления свода стопы, координации движений, ориентации в пространстве, развития внимания. В качестве общеразвивающих упражнений используются музыкально-ритмические композиции. С предметами или без предметов. Предметы, с которыми предлагается двигаться под то или иное музыкальное произведение, позволяют подчеркнуть характер, настроение музыки, поддерживают интерес к музыкальному произведению и помогают перевести любое упражнение в статус игры.

3. Раздел «Танцевальные движения и композиции» Это музыкально-ритмические упражнения, парные танцы, хороводы. В этой части решаются основные задачи, формируются и закрепляются умения и навыки овладения ребенком всеми видами детской музыкальной деятельности. Является основой

для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. Танцы подбираются с учетом темы месяца и времени года.

4. Раздел «Пальчиковые и жестовые игры. Логоритмика» - служит основой для развития ручной умелости, мелкой и крупной моторики, координации движения рук. Упражнения обогащают внутренний мир ребёнка. Оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии. Польза пальчиковой гимнастики не только в развитии мелкой моторики. Развивается еще и речь, и творческие способности, и внимание, и скорость реакции.

Логоритмика – это система упражнений, заданий, игр на основе сочетания музыки, движения, слова, направленная на решение коррекционных, образовательных и оздоровительных задач.

Задачи логоритмики - развитие чувства ритма через движение посредством развития слухового внимания и улучшение речи детей благодаря воспитанию ритма речи.

5. Раздел «Ритмические игры и игра на шумовых инструментах» это один из видов детской исполнительской деятельности, которая чрезвычайно привлекает дошкольников. В процессе игр совершенствуются эстетическое восприятие и эстетические чувства ребенка. Игры способствуют становлению и развитию таких волевых качеств, как выдержка, настойчивость, целеустремленность, усидчивость, развивается память и умение сконцентрировать внимание.

Развивается и совершенствуется чувство ритма.

6. Раздел «Игροгимнастика с использованием элементов партерной гимнастики» Комплексы упражнений, направленные на общее физическое развитие (сидя, лёжа) на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног. Это система естественных статических растяжек мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, способствующая укреплению позвоночника и позволяющая предотвратить нарушения осанки и исправить ее. Так же растяжка способствует развитию гибкости, раскрепощенности и уверенности в себе. Упражнения с предметами: мячами, обручами, гимнастическими палками, кубиками.

7. Раздел «Музыкальные и подвижные игры» является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. Подбор подвижных игр осуществляется в зависимости от сложности и интересности предыдущих действий. Игра может носить более или менее активный характер. В старшем и подготовительном возрасте целесообразно организовать подвижные игры для развития умственных способностей детей. «Хороводные

игры» развивают коммуникативность, хорошо сплачивают детский коллектив, учат согласованности движений.

8. Раздел «Игры для завершения занятия» Спокойные и неспешные игры и упражнения снимают перевозбуждение, благотворно и успокаивающе действуют на детскую психику. Дыхательные упражнения способствуют более быстрому восстановлению организма, и несут оздоровительный характер. Упражнения на релаксацию, необходимо, чтобы ребенок научился снимать напряжение мышц после физической нагрузки, расслабляться. «Песенка-прощание» как и приветственная песенка на занятиях с малышами 2-3 лет, является неизменной частью всех занятий, обозначая их четкую границу.

Этапы работы с репертуаром для детей 3-4 лет

На первом занятии:

1. Знакомим детей с действиями игры и/или ее сюжетом
 - используем наглядные и словесные методы;
 - при знакомстве с действием сначала показываем движение сами (на игрушке или с предметом).
2. Знакомим детей с текстом игры:
 - читаем, как стихотворение или поем;
 - побуждаем детей к повторению движений.
3. Проводим игру под фонограмму (один раз)

На следующих занятиях:

1. Напоминаем детям сюжет и основные действия игры.
2. Повторим игру, показывая движения в удобном для детей темпе (без фонограммы)
3. Проводим игру под фонограмму (один-два раза)

Постепенно следует добиваться:

1. Самостоятельности выполнения движений.
2. Ритмичного выполнения движений.
3. Умения слышать текст песенки или смену музыкального раздела и менять движения в соответствии с текстом-подсказки (музыкой).
4. Подпевания во время выполнения игры.

Занятия по программе с детьми раннего возраста включают в себя:

- Совместное выполнение задания взрослым и ребёнком по показу педагога. Как правило, активную роль выполняет взрослый. Ребёнок – наблюдатель или пассивный участник. Родитель на этом этапе находится в позиции за спиной ребёнка, который сидит у него на коленях или на подушке между ногами.

- Совместное выполнение задания взрослым и ребёнком по показу педагога. Взрослый находится рядом с малышом, помогая только в том случае, если ребёнок не справляется самостоятельно.
- Совместное, «параллельное» выполнение. Поддержка осуществляется в основном на эмоциональном уровне, возможен небольшой контроль и словесная корректировка выполнения.
- И взрослый, и ребёнок - полноправные участники. Родитель - эмоционально поддерживает и одобряет успешность. Корректировка производится через наглядный показ.

Лучшая поддержка для малыша - совместная игра, когда ребёнок видит, что родитель также заинтересованно участвует в процессе, а не постоянно поправляет и одёргивает

Начальный этап. Педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное.

Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создают условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким и понятным, желательно в зеркальном изображении.

Основной метод музыкально-ритмического воспитания детей – «вовлекающий показ» (С.Д. Руднева) двигательных упражнений. Учитывая способность детей к подражанию, их желание двигаться вместе со взрослым и, вместе с тем, неспособность действовать по словесной инструкции, так как от этого напрямую зависит и качество движений детей.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть кратким и образным. При обучении сложным движениям педагог выбирает наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Повышению активности детей способствует изменение условий выполнения упражнений, постановка двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение.

Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления - "идеомоторной тренировки". В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего

порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом - соревновательный и игровой. Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Методическое обеспечение программы

Структурный элемент раздела	Содержание
Методы обучения	Игровой, словесный, наглядный, практический.
Формы организации образовательного процесса	Групповая и индивидуально-групповая.
Формы организации занятия	Игровая (различные виды)
Педагогические технологии	Технология игровой деятельности Технология группового и индивидуального обучения Технология развивающего обучения
Алгоритм занятия	<p style="text-align: center;">Построение занятия</p> <p>Подготовительная часть (3-5 минут) Цель раздела: собрать внимание детей и настроить их на занятие, скоординировать движения. Содержание раздела: песенки-приветствия, песенки-разминки</p> <p>Основная часть (20-30 минут) Цель раздела: развитие основных двигательных и речевых умений в музыкально-ритмической деятельности, развитие музыкальных способностей (музыкальный слух, чувство ритма), координации речи, пения и движений (под музыкальное сопровождение и без него), развитие коммуникативных навыков. Содержание раздела: - упражнения в ходьбе и ОРУ - танцевальные движения - логоритмические упражнения - пальчиковые и жестовые игры - ритмические игры и игры на шумовых инструментах - партерная гимнастика - музыкальные и подвижные игры</p> <p>Заключительная часть (3-5 минут) Цель раздела: Подведение итогов занятия. Формирование спокойного психоэмоционального состояния. Используются песенки-прощания, а также проводятся релаксационные упражнения и игры. Содержание раздела: заключительные упражнения, песенки-прощания</p>

Список литературы

1. Методика «Музыка с мамой» Сергей и Екатерина Железновы.
2. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике». - 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000.
3. Сауко Т.Н., Буренина А.И. «Топ-хлоп, малыши»: программа музыкально-ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.
4. Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. Вып.1,2,3,4,5. — СПб. «Музыкальная палитра», 2005.
5. Галиченко И.Г. Танцуем, играем, всех приглашаем: музыкальные праздники в детском саду.— Ярославль: Академия развития, 2007.
6. Дубровская Е.А. Ступеньки музыкального развития: пособие для музыкальных руководителей и воспитателей дошкольных образовательных учреждений.— 2-е изд. — М.: Просвещение, 2004.
7. Первушина Е. Как выявить и развить способности вашего ребёнка.— М.; СПб.: Центрполиграф: Мим-Дельта, 2005.— В прил.: Гимнастические упражнения для детей разных возрастов; Подвижные игры; Стихи для танцев и хороводов.
8. Каплунова И.,Новоскольцева И. «Этот удивительный ритм» изд. «Композитор» Санкт – Петербург 2007г.

3-4 года

месяц	Тема	Содержание	Цель	Кол-во часов по данной теме, мин.
СЕНТЯБРЬ занятия 1-8	Адаптация. Прогулка	«Все на ножки становитесь»	Создавать положительный настрой на занятие	8
	Упражнения в ходьбе и ОРУ	«По дорожке», «Под ветками», «Медвежонок смелый», «Побежали ножки», «Трусливый зайка», «Крокодил», «Мостик», «Лошадка», «Три медвежонок»	Учить ориентироваться в зале, развивать чувство ритма, совершенствовать основные движения	48
	Танцевальные движения	«Карусель из ленточек», «Ручки вверх и потянуться», «Мишку на руки возьми»	Соблюдать ритм, отмечать начало и окончание музыки, поддерживать темп. Учить танцевать с предметами.	48
	Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	«Обезьянки», «Тук-тук кулачком»	Развивать мелкую и крупную моторику рук.	40
	Ритм с шумовыми инструментами	«В ложки бей веселей», «Колокольчики», «Молоточки туки-ток»	Учить правильно извлекать звук, соблюдать ритм.	24
	Игрогимнастика	«Утром лисонька проснулась», «Не ленитесь»	Развивать мышечную силу и гибкость	40
	Музыкальные и подвижные игры	«Солнышко и дождик», «Зайцы и автомобили», «Выбирай»	Учить согласовывать свои действия друг с другом, действовать по подгруппам.	24
	Завершение занятий	«Машина», «Мы урок отзанимались»	Успокоиться, восстановить силы.	8
ОКТАБРЬ занятия 9-17	Осень с белочкой и ежиком	«Все на ножки» Приветствие со словами и хлопками.	Учить соблюдать ритм.	9
	Упражнения в ходьбе и ОРУ	«По дорожке», «Под ветками», «Зашагали ножки» «Бег», «Зарядка с орешками», «Прыжки через лужи»	Учить бегать разными способами, развивать основные движения, чувство ритма.	54
	Танцевальные движения	«Танцы с листочками», «Танец дождинок»,	Учить танцевать с предметами	54
	Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	Логоритмика: «Осенние листочки»	Учить повторять слова одновременно с движениями	45
	Ритм с шумовыми инструментами	«С барабаном ходит ежик», «Капельки осенние»	Учить правильно извлекать звук (бубны), поддерживать ритм.	27
	Игрогимнастика	Комплекс упражнений с мячом, «На диване», «Самолет»	Развивать мышечную силу и гибкость Умение упражняться с мячом.	45
	Музыкальные и подвижные игры	«Идем за грибами», «Музыкальная карусель», «Белки и ветерок»	Учить соблюдать правила игры, действовать по подгруппам.	27
	Завершение занятий	«Мы урок отзанимались» «Листочки сдувать с ладошки»	Обозначить окончание занятия.	9

Н О Я Б Р Ъ занятия 18-25	Магазин игрушек	«Идем в магазин» Приветствие со словами и хлопками.	Учить соблюдать ритм. Обозначить начало занятия.	8
	Упражнения в ходьбе и ОРУ	«Чередование: ходьба и подскок», «Слон», «Птицы», «Пони», «Барби», «Крош», «Лицом и спиной»	Развивать образные движения. Учить двигаться ритмично.	48
	Танцевальные движения	«Буратино», «Танец с кубиками»	Развитие движений в разнообразных формах двигательной активности.	48
	Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	«Я построю самолет»	Учить повторять слова одновременно с движениями.	40
	Ритм с шумовыми инструментами	«Осенние капельки» (бубен) «Найди меня» (кубики)	Учить правильно извлекать звук (бубны), поддерживать ритм.	24
	Игрогимнастика	Комплекс упражнений с кубиками. Или комплекс упражнений с гимнастической палочкой.	Развивать гибкость. Умение упражняться с предметами.	40
	Музыкальные и подвижные игры	«Найди место», «Пузырь», «Паровозик с палочками»	Учить ориентироваться в пространстве, находить свое место. Учить становиться в круг.	24
	Завершение занятий	«Остановка» «Высохли брызги»	Успокоиться, восстановить силы.	8
Д Е К А Б Р Ъ занятия 26-34	Зима. НГ	«Танец по кругу»	Создавать положительный настрой на занятие.	9
	Упражнения в ходьбе и ОРУ	«Горошенки цветные», «Галоп», «Легкие и тяжелые руки»,	Учить менять движение рук при смене характера музыки.	54
	Танцевальные движения	«Танец со снежинками», «Согревалочка», «Танцы зверят»	Развивать образные движения. Учить двигаться ритмично.	54
	Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	«Замок»	Развивать мелкую и крупную моторику рук.	45
	Ритм с шумовыми инструментами	«Найди меня» (клаvesы), «Ложки расписные»	Развивать ритмический слух. Учить правильно извлекать звук	27
	Игрогимнастика	Комплекс по сказке «Теремок»	Развитии физических данных: силы и эластичности всех комплексов мышц	45
	Музыкальные и подвижные игры	«Игра в снежки», «Саночки» - учить взаимодействовать в паре.	Уметь получать удовольствие от совместных игр,	27
	Завершение занятий	«Катаемся колбаской»	Снятие напряжения после занятия.	9

ЯНВАРЬ занятия 35-40	Зима. Маша и снеговик	Тема дружбы. Тема зимы и игр. «Танец по кругу»	Создавать положительный настрой на занятие.	6
	Упражнения в ходьбе и ОРУ	«Следы на снегу», «Коньки», «Бег с хлопками», «Фантазия» - с палочкой, «Для стоп», «Упражнение со снежками»	Ходьба и бег с выполнением задания. Укрепление стоп.	36
	Танцевальные движения	«Согревалочка», «Танец снеговиков»	Совершенствование танцевальных движений.	36
	Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	«Лепим снеговика» - логоритмика	Учить повторять слова одновременно с движениями.	30
	Ритм с шумовыми инструментами	«Два дружка» (кубики, мячики, клавесы, орешки. И тд.)	Развивать ритмический слух.	18
	Игрогимнастика	Комплекс «Пирог для снеговика»	Развивать мышечную силу и гибкость.	30
	Музыкальные и подвижные игры	«Снежинки прячут ребят», «Мяч по кругу», «Саночки», «Выбирай со снеговиком»	Формирование умения следить за развитием действия в играх	18
	Завершение занятий	«Тишина». «Мы урок отзанимались»	Успокоиться, восстановить силы.	6
ФЕВРАЛЬ занятия 41-48	Мышиная семейка	«Превращение»	Создавать положительный настрой на занятие.	8
	Упражнения в ходьбе и ОРУ	«Пешком шагали мышки», «Марш с хлопками», «Упр. с флажками», «Мышки и часики», «Ходьба на носочках и прыжки» - слушать смену музыкальных отрывков и менять движение.	Выполнять ходьбу и бег свободно, не шаркая ногами. Развивать основные движения. Ритмично выполнять марш, разворот и упр-е с флажками.	48
	Танцевальные движения	«Губки бантиком», «Большая стирка», «Варись кашка»	Совершенствование танцевальных движений: притопывание, движение руками.	48
	Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	Логоритмика – «Мамины помощники»	Учить повторять слова одновременно с движениями.	40
	Ритм с шумовыми инструментами	«Ну-ка повторяйте» (бубен)	Развивать внимание и умение своевременно менять движение.	24
	Игрогимнастика	Комплекс «Мамины помощники»	Развивать мышечную силу и гибкость.	40
	Музыкальные и подвижные игры	«Уборка», «Убежим от кота», «Мышки в гости собирались»	Формирование умения следить за развитием действия в играх	24
	Завершение занятий	«Колыбельная для мышат»	Успокоиться, восстановить силы.	8
М А	Весна. Три кота	«Приветствие с бубном»	Учить соблюдать темп.	8

	<i>и котята</i>			
	Упражнения в ходьбе и ОРУ	«Мы едем», «Марш, Веселые кошки», «На 4 лапках», «Бег с заданием», «Два глаза, чтобы видеть»	Развивать основные движения. Прыжки на двух ногах. Закрепление подскоков на месте, с продвижением.	48
	Танцевальные движения	«Кошка беспородная»	Передавать различные по характеру музыкальные образы.	48
	Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	«Догонялки с котятами» - Логоритмика «Анимашка котятка» - пальчиковая	Учить повторять слова одновременно с движениями.	40
	Ритм с шумовыми инструментами	«Шаг и 3 хлопка» - ритмическая игра «Игра с бубном» (руль, шляпа, бубен)	Научить слушать ритм музыки.	24
	Игрогимнастика	«Котята тянутся», «Побежали гулять», «Бабочка», «Выглядываем из травки», «Птичка», «Лягушата»	Развивать мышечную силу, гибкость, формировать правильную осанку.	40
	Музыкальные и подвижные игры	«Убегаем от кота», «Хитрый кот», «Прятки с котятами»	Уметь получать удовольствие от совместных игр, быть ведущим и соблюдать правила игры	24
Завершение занятий	«Катаемся клубочком»	Снятие напряжения после занятия.	8	
АПРЕЛЬ занятия 57-64	<i>Весна. Птичий двор</i>	Хоровод «Мы весну так долго ждали»	Учить становиться в круг	8
	Упражнения в ходьбе и ОРУ	«Цыплята», «Бег с заданием», «Утята», «Ходьба спиной в перед», «Прыжки с продвижением», «Петушок»	Развивать основные движения: ходьба высоко поднимая колени, прыжки и т.д.	48
	Танцевальные движения	«Озорные лучики», «Капитошка»	Развитие умения координировать движения с музыкой, чувства ритма.	48
	Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	«Четверо лягушат»	Развивать мелкую и крупную моторику.	40
	Ритм с шумовыми инструментами	Оркестр «Ложки и колокольчики» «Песенка-капель» (металлофоны)	Знакомить с муз. инструментами. Учить правильно извлекать звук. В оркестре – учить вовремя менять инструменты	24
	Игροгимнастика	«Веселые гуси», «Четверо лягушат», «Солнышко встает»	Развивать мышечную силу, гибкость, формировать правильную осанку.	40
	Музыкальные и подвижные игры	«Где звенит колокольчик», «Гуси-гуси», «Важный индюк»	Формирование умения следить за развитием действия в играх	24
Завершение занятий	«Колыбельная солнышку», «Перышко»	Успокоиться, восстановить силы.	8	
М	А <i>Лето.</i>	«Идем на полянку»	Создавать	8

	<i>Насекомые</i>		положительный настрой на занятие. Легкая разминка	
Упражнения в ходьбе и ОРУ	«Стрекоза», «Майский жук» «Кузнечик», «Жуки», «Лягушата», «Мошки», «Гусеница»		Развивать основные движения: движения руками, выпрыгивание	48
Танцевальные движения	«Танец пчелок», «Танец насекомых»		Совершенствование танцевальных движений:	48
Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика	«Домик на елке», «Строим дом»		Развивать мелкую и крупную моторику рук	40
Ритм с шумовыми инструментами	Шумовой оркестр		Знакомить детей с многообразием инструментов.	24
Игрогимнастика	«Бабочка», «Кузнечик», «Божья коровка», «Паучок», «Коробочка»		Развивать мышечную силу и гибкость.	40
Музыкальные и подвижные игры	«Сороконожка», «Паутинка»		Развитие умения соблюдать в ходе игры элементарные правила.	24
Завершение занятий	«Перышко».		Успокоиться, восстановить силы.	8

Примеры игр и упражнений

(полное описание упражнений, игр, танцев, гимнастики с музыкой по всем возрастам есть в планировании)

1. Приветствие, разминка.

«Приветствие с бубном». 4-5 лет

Дети стоят по кругу. У одного в руках бубен.

Ребенок стучит ритмично в бубен, остальные хлопают в ладоши и все поем:

К нам (имя Наташа) пришла,

Она бубен взяла,

Поиграла, поиграла

И (имя Алеше отдала).

Игра-приветствие продолжается до тех пор, пока все дети не поиграют с бубном.

Цель: обозначить начало занятия, услышать каждого, как поддерживают ритмическую игру, развивать ритмический слух, умение действовать самостоятельно.

2. Упражнения в ходьбе и ОРУ (зарядки, упражнения стоя на месте)

«Мы играем целый день» разминка в ходьбе для 3-4 лет.

1. 2.	Шагаем	Мы играем целый день, Целый день играть не лень. Ты смотри не забывай, Все за нами повторяй.	Хлопаем 1-2, 1-2-3
3.	На пяточках	Тук, тук, тук! тук, тук, тук! Моих пяток слышен стук, Мои пяточки идут, Друг за другом нас ведут.	Руки прямые сцеплены за спиной
4.	На носках	Мы поднимем руки вверх, Сразу станем выше всех. На носочки встанем Потолок достанем.	Дети идут на носках, руки поднимают вверх.
5.	Ежик	Руки ниже опусти И достанешь до земли. Это ежик землю топчет Заниматься с нами хочет	Дети выполняют движения гусиного шага.
6.	Пони	Пони бегаёт резвится, Хочет с нами подружиться. И в тележке расписной Покатает на с тобой.	Прямой галоп. Руки впереди «держат вожжи»
7.	Черепаха	Черепаха, черепаха Носит панцирь, как рубаху. Ничего прочнее нет. Это же - бронезилет.	Шагают на ногах и руках, медленно.
8.	Пони	Пони бегаёт резвится, Хочет с нами подружиться. И в тележке расписной Покатает на с тобой.	Прямой галоп. Руки впереди «держат вожжи»
9.	Неваляшки	Неваляшки – малыши Очень даже хороши. Низко наклоняются,	Ноги слегка расставить, шаг небольшой (на всей ступне), руки согнуть в локтях, а кисти положить на плечи. Дети идут, раскачиваясь из стороны в

		Звоном заливаются.	сторону.
10.	Бабочки	Крылья пестрые мелькают, В поле бабочки летают. Раз, два, три, четыре- Полетели, закружились.	Легкий бег на носках, руками машем как крылышками

«Подскок и мелкий шаг, приставляя пятку к носку» для 5-6 лет

1 часть – движение подскок.

2 часть - учимся выполнять мелкий шаг, приставляя пятку к носку – это хорошо развивает равновесие.

Слушаем музыку, смену музыкальных отрывков и своевременно меняем движение.

3. Танцевальные движения и композиции.

«Танец-упражнение с листочками». Для 3-4 лет

И.п. стоя, ноги на ш.п.

Листочки красивые в руки возьмем, По мокрым дорожкам гулять мы пойдем.	Руки с листочками вытянуты вперед, крутим кистями, как фонарики.
И справа, и слева листочки в руках. И вдруг полетели, как бабочки, ах!	Разводим руки по одной вправо и влево, Машем широкими руками как крыльями. Полностью медленно поднимая над головой и опуская вниз.
То к тучке навстречу листочки летят, То вниз, на дорожку - лежат и блестят. Совсем уж промокли, пора отдыхать, Но хочется листикам снова летать!	Подняли две руки вверх и делаем наклоны медленные вправо и влево. Разводим руки в стороны. И выполняем повороты туловища вправо-влево.
Сложу я листочки и буду качать, Тепло им под щечкой в ладошке лежать. Не страшен им дождик в ладошке моей, Усни, мой листочек, усни поскорей.	Сводим прямые руки впереди, как бы складывая листочки, разводим руки в стороны, широко, заводим за спину. И повторяем так. На последнюю строчку присаживаемся на корточки.
И снова листочки мы в руки возьмем, По мокрым дорожкам гулять мы пойдем.	Встаем и медленно шагаем, высоко поднимая ноги, руки свободно опущены
И справа, и слева листочки в руках. И снова летают, как бабочки, ах!	Разводим руки по вправо и влево, Машем широкими руками как крыльями.

4. Пальчиковые и жестовые игры, логоритмика

«Лепим снеговика». Для детей 3-4 лет.

Предварительно рассмотрите с ребятами картинку снеговика.

Ох, работа не легка - Лепим мы снеговика.	<i>Выполняем руками движения – как будто лепим снежок</i>
Дружно катим снежный ком,	<i>Крутим руками как мотор перед собой</i>
На него другой кладем, Сверху третий ком добавим,	<i>Показываем круг руками – впереди. Поднимаем руки вверх и кистями как бы кладем ком сверху.</i>
Длинный нос-морковку вставим,	<i>Показываем на нос</i>
Вместо глаз возьмем монетки,	<i>Показываем глазки</i>
Ручки сделаем из ветки,	<i>Разводим руки широко в стороны и растопыриваем пальцы</i>

Шапка будет из ведра,	<i>Над головой складываем руки – шапка-ведро</i>
Снеговик готов. Ура!	<i>Поднимаем руки вверх, говорим ура!</i>

Цель: учить сочетать движения со словами.

7. Игрогимнастика с использованием элементов партерной гимнастики

Гимнастика. «Мышата. Мамины помощники» 3-4 года

1. Жили мыши в домике с высокой крышей.

И.п. сидя, ноги вытянуты вперед. Подняли руки, тянемся выше-выше, спинку выпрямили, и ножки вытянули и к полу прижали.

2. и.п. сидя, ноги широко в стороны.

Мышки дома не скучали, Мышки маме помогали.

Полна кухне подметали, раз-два-раз-два.

(Водим руками по полу от ноги к ноге)

Чисто столик вытирали, раз-два-раз-два.

(Руками вперед, потянуться далеко, в и.п.)

Перемыли всю посуду, *(трем ладошки друг о друга)*

Чистота теперь повсюду.

И собрали все игрушки, *(круги двумя руками по полу – собираем к себе)*

Книги, вещи и подушки. Все убрали, шкаф закрыв, *(открыли руки в стороны, а потом хлопнули в ладоши – закрыли)*

Нужно сделать перерыв. *(руки под щеки, локти на пол).*

3. Теперь в доме чистота. Но боятся мышки серого кота.

Тра-та-та, тра-та-та, спрячем носик от кота.

Выполняем складочку, прячем носик.

4. А это не кот вовсе, это друзья пришли. Здороваемся.

Передавать ритм в хлопках и шлепках. Не отставать и не спешить.

5. Друзья пришли к мышкам, принесли книжки.

Сели мышки в ряд, книжку читать хотят.

Гимнастика на ковриках. Веселые гуси.

Под музыку педагог проговаривает слова на начало куплета и показывает упражнение.

Упражнение выполняем пока звучит музыка куплета и проигрыш.

Слова очень хорошо проговариваются и подходят к этой не быстрой музыки.

1) Жили у бабуся два веселых гуся (повторить 2 раза)

Один серый, другой белый. Два веселых гуся.

И.п. сидя, ноги вытянуты, вместе, прямые. Спина прямая. Руки на пояс – крылья. Выполняем повороты туловищем. Гуси такие красивые.

2) Мыли гуси лапки в луже у канавки (2 раза)

Один серый, другой белый спрятались в канавке.

И.п. сидя, ноги согнуты в коленях, прижаты друг к другу. Спина ровная, руки стоят на полу за спиной. Поочередно поднимаем ноги путем разгибания колена.

3) Спрятались и играют в ку-ку

И.п. сидя, ноги согнуты в коленях, прижаты друг к другу. Спрятались. Обняли ноги прижали нос к коленям. Нашлись: ку-ку. Выпрямили спину, руки ставим за спину на пол или разводим в стороны.

На проигрыш говорим вышла Бабуся, ноги развели в стороны, схватились за голову.

4) Ой кричит бабуся, ой, пропали гуси (2р.).

Один серый, другой белый. Гуси-мои гуси.

И.п. сидя ноги врозь. Руки возле головы, выполняем наклон в сторону, тянемся локтем к ноге.

На проигрыш можно выполнить наклон вперед, поставить локти на пол.

В конце свели ноги вместе.

5) Выходили гуси, кланялись бабуся (2р).

И.п. сидя, ноги вытянуты, вместе, прямые. Спина прямая. Руки на пояс – крылья. Выполняем наклон к ногам (складка), руками тянемся к носкам. Гуси кланяются.

б) Вот какие гуси. Озорные гуси.

Упали на спинку и болтаем лапками-ногами.

9. Завершение занятий

День закончен, все устали.

Глазки закрываться стали.

Мама деток уложила. Одеялом их накрыла,

Ночь пришла и спят мышатки в тёпленькой своей кроватке.

«Мышата спят» Любая спокойная музыка

Легли на пол, закрыли глазки, не шевелимся.

Педагог ходит, до кого дотронусь, тот проснется, тихо пойдет и сядет на стульчик.

Учить чувствовать прикосновение и действовать.

«Катаемся колбаской или клубочком»

После прогулки котятка играют.

Словно клубочки по полу катаются.

Цель: снять напряжение.

