

Муниципальное образовательное дошкольное учреждение  
«Детский сад № 162» Ленинского района г. Саратова

ПРИНЯТО  
На заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1 от 30.08.2023

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МДОУ «Детский сад № 162»  
В.А. Волкова  
Приказ № 162 от 30.08.2023



**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Ритмическая гимнастика»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 4-7 лет

Срок реализации: 3 года

Составитель:  
инструктор по физической культуре  
Маркелова А.А.

2023 г.

## Содержание программы:

Пояснительная записка	3-4
Цель и задачи программы	4-5
Сроки реализации программы.	5
Формы подведения итогов.	5
Методические приёмы.	6-7
Учебный план	9
Содержание разделов программы	10-12
Календарный график учебного процесса (средняя группа)	13-19
Календарный график учебного процесса (старшая группа)	19-28
Календарный график учебного процесса (подготовительная группа)	28-37
Организационно-педагогические условия	37-38
Планируемые результаты, формы, методы, критерии их оценки	38-39
Диагностическая карта	40-47
Учебно-методическое обеспечение	48
Список литературы	49

## Пояснительная записка

Совершенствование учебного процесса по физическому воспитанию детей дошкольного возраста требует систематического, научно - обоснованного обновления теоретического и практического материала, уход от традиционных форм знаний, более широкого внедрения тренирующих нагрузок в структуру дополнительного образования, применения основ проблемного обучения, расширения специальных занятий по физической культуре.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых и общеразвивающих упражнениях. Программа дополнительного образования по ритмической гимнастике составлена на основе программы «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, рекомендованной Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста.

Обучение реализуется как платная образовательная услуга в рамках образовательной программы на основании:

- Устава МДОУ «Детский сад № 162» (дата регистрации 18.08.2022 № 2226400403458) п. 2.4: «Для реализации основных целей Учреждение вправе: реализовывать дополнительные образовательные программы в соответствии с законодательством Российской Федерации»; п. 2.8: «Дополнительными видами деятельности Учреждения являются: оказание населению платных образовательных услуг, не предусмотренных соответствующими образовательными программами и федеральными государственными образовательными стандартами. Доход от указанной деятельности Учреждения используется им в соответствии с законодательством Российской Федерации и уставными целями. Платные услуги не могут быть оказаны вместо образовательной деятельности.»

- Положения о порядке оказания платных образовательных услуг;
- Лицензии на образовательную деятельность.

Данная программа направлена на общее укрепление здоровья, в том числе совершенствование психомоторных способностей, развитие опорно-двигательного аппарата, мышечной силы, гибкости, выносливости, координационных способностей.

Ритмическая гимнастика - это гимнастика с оздоровительной направленностью, основным средством которой являются комплексы гимнастических упражнений, различные по своему характеру, выполняемые под ритмичную музыку и оформленные танцевальными движениями.

Достоинства ритмической гимнастики известны как средства воздействия на психическое и физическое состояние ребенка.

Ритмическая гимнастика базируется на огромном арсенале разнообразных движений и упражнений. Умение передать свои чувства и

переживания с помощью красивых жестов, движений, поз, мимики без излишнего напряжения и составляет двигательную культуру человека. Основой ее является мышечное чувство, которое и вырабатывается в ходе занятий ритмической гимнастикой. Правильная постановка рук и ног, удержание прямой осанки, правильная линия поз, оттянутые носочки, собранные кисти - вот неполная характеристика красивого движения. Занимаясь ритмической гимнастикой, дети получают представление о разнообразном мире движений, который, особенно на первых порах, является для них новым и необычным. В данной программе используются не только музыкально-ритмические движения, но и акробатические упражнения. В процессе обучения акробатическим упражнениям каждый ребёнок прогибается в меру своих физических возможностей, без посторонней помощи, но при систематических упражнениях, наглядности и поощрениях повышает свои возможности.

Веселая музыка занятий, высокая двигательная активность детей создают радостное, приподнятое настроение, заряжают положительной жизненной энергией. На занятиях приветствуются все проявления хорошего настроения. Часто дети во время выполнения упражнений комплекса напевают мелодии звучащих песен. Это нисколько не мешает им. Яркими жестами, хлопками они выражают свою радость от проделанной работы. Они не замечают усталости, для них нет преград на пути овладения сложными упражнениями, Они уверены в успехе, у них все получается. Сколько ярчайших эмоций и переживаний создают музыка и движения - основные помощники «волшебной феи» Ритмической гимнастики!

**Цель программы:** Содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики, выработка культуры движений и навыков координации, воспитание музыкальности и чувства ритма.

**Задачи программы:** Ритмическая гимнастика предусматривает решение следующих задач:

1. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:
  - развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;
  - содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
  - формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
  - развивать ручную умелость и мелкую моторику.
2. Развитие творческих и созидательных способностей занимающихся:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку, -развивать умение эмоционально выразить свои чувства,
- способствовать проявлению творчества в движениях;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

### **Сроки реализации программы.**

Программа рассчитана на три года обучения для детей дошкольного возраста 4-7 лет (средняя, старшая, подготовительные группы). Занятия проводятся группами по 11 человек во второй половине дня два раза в неделю в течение года. Продолжительность занятий: средняя группа – не более 20 мин, старшая группа – не более 25 мин, подготовительная группа – не более 30 мин. Общее количество занятий в год – 72. Освоение содержания программы оценивается по результатам диагностики, которая проводится 2 раза в год ( в начале и в 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: музыкальный зал, музыкальный центр, фонограммы и ноты музыкально-ритмических композиций, фортепиано, атрибуты для композиций и др.

### **Формы подведения итогов.**

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговое занятие;
- открытые занятия для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

### **Методические приёмы.**

### **Игровой метод.**

Основным методом обучения танцам детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такие игрушки, которые помогают в обучении. Игрушки (атрибуты) украшают танец и оказывают большое влияние на его исполнение. Увлеченные игрушкой, дети перестают фиксировать свое внимание на технических особенностях танца. А игры-превращения помогут научить детей выразительному выполнению движений, разовьют их фантазию и воображение.

**Наглядный метод** – выразительный показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет, с музыкой. Показывая детям движения, педагог дает им возможность увидеть художественное воплощение образа. Иногда, в основном в начале работы, педагог может выполнять вместе с детьми. Это увлекает детей и усиливает желание поскорее овладеть определенными двигательными навыками.

### **Метод иллюстративной наглядности.**

Полноценная деятельность не может проходить без рассказа о танцах, их истории и многообразии, без знакомства репродукций, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами.

### **Метод аналогий.**

В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

### **Словесный метод.**

Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка. Разговорная речь является связующим звеном между движениями и музыкой. Словесные объяснения должны быть краткими, точными, образными и конкретными. Так же необходимо обращать внимание на интонацию и на то, с какой силой сказано слово.

**Практический метод** . Заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения. Выразительное исполнение движения под музыку. Внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка. Творческие задания.

#### **Импровизационный метод.**

При обучении танцам следует постепенно подводить детей к свободному, непринужденному движению, такому, как подсказывает музыка. При использовании этого метода не надо никакого предварительного прослушивания музыки. Дети должны попытаться сами найти нужные движения. Также не рекомендуется подсказывать им вид движения и отмечать успевающих. Но при этом надо внимательно наблюдать за тем, чтобы дети не придумывали движения, которые не связаны с музыкой.

#### **Концентрический метод.**

Этот метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций снова возвращается к пройденному, но уже может предложить усложненный вариант. Методические приемы варьируются в зависимости от используемого музыкально-ритмического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы музыкально-ритмическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

#### **Структура занятия.**

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки.

Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения.

Третья часть занятия — музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы. Заключительной частью является релаксация – дети расслабляются лёжа на ковре и спокойно дышат через нос.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров

движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения. Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренны

## **Учебный план**

№	ТЕМА	1-ый год			2-ой год			3-ий год		
		Всего часов	Из них		Всего часов	Из них		Всего часов	Из них	
			Теор.	Прак.		Теор.	Прак.		Теор.	Прак.
1.	Введение. Правила безопасности	<b>2</b>	2		<b>2</b>	2		<b>2</b>	2	
2	Игроритмика	<b>7</b>	2	5	<b>6</b>	1	5	<b>6</b>	1	5
3	Игрогимнастика	<b>25</b>	8	17	<b>24</b>	5	19	<b>24</b>	4	20
4	Игропластика	<b>5</b>	1	4	<b>6</b>	1	5	<b>5</b>		4
5	Танцевально-ритмическая гимнастика	<b>21</b>	6	15	<b>24</b>	6	18	<b>24</b>	6	18
6	Игротанцы	<b>6</b>	1	5	<b>5</b>	1	4	<b>5</b>	1	4
7	Пальчиковая гимнастика	<b>5</b>	1	4	<b>4</b>		4	<b>4</b>		4
8	Итоговое занятие (открытый урок)	<b>1</b>		1	<b>1</b>		1	<b>1</b>		1
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	21	51	<b>72</b>	16	56	<b>72</b>	14	58

### Содержание разделов программы

В программу входят разделы: ритмика, танцевальная азбука, детский игровой стретчинг, партерная гимнастика, основы классического танца, эстрадный танец, современный танец, танцевальная импровизация, элементы акробатики, концертная деятельность, участие в конкурсах, фестивалях, основы сценического мастерства, совершенствование исполнительского мастерства.

## **1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений**

Ознакомление детей с танцевальной азбукой:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.

## **2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)**

Ознакомление с элементами партерной гимнастики: - упражнения для развития гибкости; - упражнения для стоп; - упражнения для развития растяжки; - упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу

**1. ИГРОРИТМИКА. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой.** Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Гимнастическое дирижирование —

тактирование на музыкальный размер 2/4. Выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе.

## **2. ИГРОГИМНАСТИКА.**

**2.1. Строевые упражнения.** Построение в шеренгу и колонну по сигналу. Повороты направо, налево, по распоряжению. Строевые приемы «Становись!», «Разойдись!» в образно-двигательных действиях. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам. Размыкание по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим.

## **2.2. ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ.**

**Упражнения без предмета.** Комбинированные упражнения в стойках. Присед. Различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и упоре присев. Комбинированные упражнения в седах и положении лежа. Сед «по-турецки». Прыжки на двух ногах.

**Упражнения с предметами.** Основные положения и движения в упражнениях с лентой (элементы классификационных групп).

**2.3. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.** Посегментное расслабление рук на различное количество счетов. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. Потряхивание ногами в положении стоя. Свободный вис на гимнастической стенке. Дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях. Упражнения на осанку в седе и седе «по-турецки».

**2.4. Акробатические упражнения.** Группировки в приседе и седе на пятках. Перекаты вправо и влево из группировки в седе на пятках с опорой на предплечья. Переход из седа в упор стоя на коленях. Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

## **3. ИГРОПЛАСТИКА.**

Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

## **4. ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА.**

Специальные композиции и комплексы упражнений «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Облака» (упражнения с ленточками), «Приходи, сказка», «Бег по кругу», «Черный кот».

## **5. ИГРОТАНЦЫ.**

**5.1. Хореографические упражнения.** Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью. Полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре. Выставление ноги вперед и в сторону, поднимание ноги, стоя боком к опоре. Выставление ноги назад на носок и поднимание ноги, стоя лицом к опоре. Прыжки выпрямившись, опираясь на опору. Перевод рук из одной позиции в другую. Соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры.

**5.2. Танцевальные шаги.** Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Пружинные движения ногами на полуприседах, кик-движение. Шаг с подскоком. Русский попеременный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг-припадание. Комбинации из изученных танцевальных шагов.

**5.3 МУЗЫКАЛЬНО-ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ** «К своим флажкам», «Гулливер и лилипуты», «Волк во рву», «Группа, смирно!», «Музыкальные змейки», «Пятнашки».

Игры на определение динамики и характера музыкального произведения, типа заданий для строевых и общеразвивающих упражнений

**6. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА.** Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях, со стихами и речитативами.

## Календарный график учебного процесса (средняя группа, от 4 до 5 лет)

### Задачи:

Учить детей в умеренном и быстром темпе переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой.

Учить перестраиваться из круга в рассыпную и обратно.

Совершенствовать умение выполнять образные движения.

Развивать зрительную память, наблюдательность, мышечную силу, гибкость, выносливость, координацию.

Формировать умение понимать настроение и характер музыки, повышать эмоциональный настрой детей.

Воспитывать силу воли, самостоятельность.

### Средняя группа

I квартал (сентябрь, октябрь, ноябрь)

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
Занятие № 1-2	Введение. Правила безопасности		
<b>Занятие № 3-24</b>			
Подготовительная (разминка)	1. Ходьба 2. Упражнение «Мышки» 3. Упражнение «Медведь косолапый» 4. Бег по кругу 5. Бег змейкой 6. Построение в рассыпную.	Дима Грицкевич: «Ням-ням».	Музыкальный альбом «Лучшие песни для детей».
Основная	Танцевальные движения – 1 мин. И.п. – ноги на ширине плеч, руки внизу. Движение головой направо, назад, налево, вниз. И.п. – то же. 1 – наклон вперед, руки в стороны. 2 – и.п. (голову вниз не	Маша Сироткина: «Веснушки». Карина Минасян: «Конёк-горбунок».	

	опускать). 4. Ходьба на месте, не отрывая носков от пола. 5. И.п. – ноги параллельно, руки внизу. 1 – наклон в сторону с шагом, одна рука вверх. 2. - и.п. (не наклоняться вперед). Прыжки ноги врозь, ноги вместе. 6. «Плечи», «Хвостики». 7. Танцевальные движения –1 мин. С 1 по 7 упражнения повтор.		
Бег и прыжки	Прыжки ноги врозь, ноги вместе. Бег на месте Дыхательное Упражнение «Ёжик»	Света Павлова: «Песенка о помощнике».	
Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа	1. «Лягушки». 2. «Обезьянки». 3. Ходьба как «слонята». 4. «Бабочки». 5. «Паровозик». 6. Игровое упражнение «Тянем репку».	Таня Карпунина: «Фея моря». Шоу-группа «Улыбка»: «Пин и Гвин».	
Заключительная	Релаксация: «Цветок распустился».	Инструментальная композиция: «Люди мира».	Упражнение исполняется в кругу.

II квартал  
(декабрь, январь, февраль)

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
<b>Занятия № 25 - 48</b>			
Подготовительная (разминка)	Ходьба по кругу. Упражнение «Петушок». Упражнение «Лисичка».	Валерия Чепушканова: «Про жирафа».	Музыкальный альбом «Лучшие песни для детей».

	Ходьба змейкой.		
Основная	<p>И.п. стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу. Поворот головы вправо (влево), корпус прямо. И.п. то же Взмах правой рукой (влево) в сторону. «Уронить» руки, вернуться в и.п.</p> <p>3. И. п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны. Наклон вперёд-вниз, руки вниз, покачать руками.</p> <p>4. Ритмическое кружение под музыку вправо (влево), присесть.</p> <p>5. Стать на носки, потянуться вверх руками и покачать ими. 6. И.п. стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу. Упражнение «Волна». Махи ногой вперёд, руки на поясе. Дыхательное Упражнение «Паровозик».</p>	Шоу-группа «Улыбка»: «Том и Джерри». Сергей Нестеров: «Рыжая девчонка».	
Бег и прыжки	<p>Подскоки на месте, руки на поясе.</p> <p>Бег на месте.</p>	Олеся Луканина: «Не думай не мысли».	

	Дыхательное Упражнение «Гуси шипят».		
Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа	<p>1. И.п.: сидя ноги врозь, руки свободны. Наклон головы вправо (влево), корпус прямо. 2. И.п.: тоже Согнуть правую (левую) ногу, затем выпрямить.</p> <p>3. И.п.: тоже локти согнуть в локтях. Наклон вправо (влево), выпрямиться. 4. Лёжа на животе. Махи ногами, сгибая в коленях.</p> <p>5. И.п.: лёжа на спине. Перекат на живот, на спину. 6. И.п.: стоя на четвереньках. Упражнение «Кошечка». 7. И.п.: ноги параллельно, руки согнуты перед собой. «Повилить хвостиком».</p> <p>Акробатические Упражнения: «Кольцо», «Корзинка», «Полушпагат».</p>	<p>Ольга Филимонова: «Про Мурзика».</p> <p>Света Животова: «Судак».</p>	
Заключительная	Релаксация: «Сказка».	Инструментальная композиция: «Романтическая	

		дея».	
--	--	-------	--

III квартал (март, апрель, май)

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
<b>Занятие № 49-71</b>			
Подготовительная (разминка)	Ходьба. Упражнение «Лошадки». Подскоки, руки на поясе. Бег врассыпную. Бег по кругу. Построение врассыпную.	Инструментальная композиция: «В добрый путь».	Музыкальный альбом «220 песен для детей».
Основная	1. Наклоны головы вперед, назад, вправо, влево. 2. Переменное поднятие правого и левого плеча. 3. Переменное поднятие рук вверх, вставая на носки. 4. Руки на пояс. Поднятие согнутого колена. Левый и правый локоть тянется к колену (спина прямая). 5. Повороты вправо, влево, руки внизу. 6. Круговые движения прямыми руками. 7. Упражнение «Достань носочки» (колени не сгибать).	Инструментальные композиции: «Ветер», «Камешки», «Попугай», «Кариока».	

Бег и прыжки	Прыжки на правой (левой) ноге. Бег врассыпную. Упражнение на дыхание «Шар лопнул».	Инструментальная композиция: «Лужники».	
Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа	Сидя, упор рук сзади. Поднимать прямые ноги, оттягивая носки. И.п. – то же. Упражнение «ножницы». И.п. – то же. Упражнение «велосипед». Лежа на боку. Махи прямой ногой. Стоя на коленях. Махи ногой назад. Сидя, движения на ягодицах, вперед-назад, руки сложены перед собой. Акробатические Упражнения «Берёзка», «Петрушка», «Мостик».	Инструментальные композиции: «Маленькая», «Фитилёк», «Я самая», «Снеговик».	
<b>Заключительная Занятие № 72</b>	Релаксация: «Волшебный сон».	Инструментальная композиция: «Я рисую».	

На конец учебного года основные показатели развития детей 4-5 лет, прошедших курс обучения по программе:

1. Уметь в умеренном и быстром темпе переключаться с одного движения на другое в соответствии с заданной музыкой.
2. Уметь перестраиваться из круга врассыпную и обратно.
3. Уметь в совершенстве выполнять простейшие образные движения.
4. Иметь представление о настроении и характере музыки.

5. Уметь владеть своим телом.

### **Календарный учебный график (старшая группа, от 5 до 6 лет)**

#### **Задачи:**

Учить детей выполнять более сложные комбинации, построения и перестроения.

Учить быстро переключаться с одного движения на другое, с одной фигуры на другую.

Формировать умение выполнять более сложные комбинации ритмических упражнений.

Продолжать развивать зрительную память, наблюдательность, мышечную силу, гибкость, выносливость.

Развивать способность к анализу, самооценке при выполнении ритмических упражнений и акробатических этюдов.

Воспитывать организованность, уважение друг к другу, желание объединяться для коллективных композиций.

Совершенствовать чувства ритма, музыкальность.

### **Старшая группа**

I квартал (сентябрь, октябрь, ноябрь)

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Занятие № 1-2	Введение. Правила безопасности		
<b>Занятие № 3-24</b>			
Подготовительная (разминка)	Ходьба по кругу. Ходьба с перестроением. Упражнение «Хитрая лисичка». Упражнение «Серый волк». Боковой галоп. Бег змейкой. Построение врассыпную.	Инструментальная композиция: «Орлёнок».	Музыкальный альбом « 220 песен для детей».
Основная	Руки вперёд, вверх, в стороны, вниз. Шаг вправо, правая	Инструментальные композиции: «Лучик», «Лыжню», «Наша	

	<p>рука в сторону, левая за спиной, сделать по 3 шага в каждую сторону, затем две руки вперёд, в стороны. Шаг в сторону, затем две руки вверх, опустить вниз, то же в др. сторону. Руки вверх, ладони в замке. Движение рук из стороны в сторону. Наклоны вперёд. Правое, левое плечо вперёд по очереди. Вращение бёдрами вправо, влево. Круговые движения рук перед собой с хлопком. Руки вперед, правая рука к груди, назад; то же с левой. Руки к плечам, правая рука вверх, левая вверх, попеременно. Наклоны в стороны, руки к плечам, вверх, к плечам, в стороны. 11. Махи прямой ногой. Поднять правую ногу, согнутую в колене, мах</p>	<p>песня».</p>	
--	--	----------------	--

	правой ногой, то же левой ногой.		
Бег и прыжки	Поднять руки вверх, потянуться. Прыжки. Ноги врозь, руки в стороны. Бег вокруг себя вправо, влево с выбрасыванием ног назад. Бег по залу, подскоки (1-2 круга). Ходьба на месте с подниманием рук вверх.	Инструментальная композиция: «Первая песенка»	
Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа	Сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. Упражнения для стоп, потянуть носок правой, левой ступни. Согнуть правую, левую ногу (попеременно). Поднять прямые ноги вверх, опустить согнутые в стороны. Упражнение «Велосипед». Упражнение «Факир». Акробатические Упражнения «Кольцо», «Корзинка», «Полушпагат», «Берёзка».	Инструментальные композиции: «Велосипед», «Блинчики», «Париж».	
Заключительная	Релаксация: «Расслабление».	Инструментальная композиция:	

		«Потягушки».	
--	--	--------------	--

II квартал (декабрь, январь, февраль)

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
<b>Занятие № 25-48</b>			
Подготовительная (разминка)	Ходьба по кругу. Ходьба с заданием для рук. Упражнение «Пингвин». Упражнение «Лошадки». Подскоки. Бег врассыпную. Построение врассыпную.	Катя Тарасенкова: «Разноцветная семья».	Музыкальный альбом «Лучшие песни для детей».
Основная	Круговые движения рук перед собой, поднимаясь на носочки. Руки вверх попеременно, с хлопком. Руки вниз попеременно, ладонями вниз. Руки в стороны. Вращение кистями рук одновременно двумя и попеременно. Руки у плеч, наклоны вперёд. «Ножницы». Вращение кистями рук одновременно двумя и попеременно.	Лена Ракуто: «Лето» Маша Сироткина: «Кузя» Карина Шипулина: «Фонари» Шоу-группа «Улыбка»: «Медвежий сон».	

	<p>Вращение рук, согнутых в локтях, перед собой. Руки вверх в замке шаг в сторону, прогнуться, то же в др. сторону.</p> <p>Наклоны туловища в сторону, руки за головой, сгибая в колени то правую, то левую ноги. 10. Наклоны туловища вниз, в и.п. прогнуться назад.</p>		
Бег и прыжки	<p>Прыжки с касанием бедра. Руки на поясе, в стороны, вверх. Прыжки на обеих ногах, руки в стороны.</p> <p>Выбрасывание ног в стороны, руки к плечам.</p> <p>Бег вперёд, назад, руки за головой.</p> <p>Бег вокруг себя</p> <p>Бег по залу с выбрасыванием ног назад, вперёд, подскоки.</p> <p>Упражнение на дыхание «Хадыхание».</p>	Шоу-группа «Улыбка»: «Танец роз».	
Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа	<p>Сидя на коленях, руки вверх, к плечам, одна рука вверх, другая вниз.</p> <p>Поднимание и</p>	Таня Карпунина: «Ты мне снишься» Сергей Нестеров: «Котёнок» Наташа	

	<p>опускание рук попеременно. Сидя, руки в упоре сзади. Согнуть правую, а затем левую ногу, попеременно. Сидя: поднять прямые ноги вверх, в стороны, вниз, развести в стороны. Упражнение «Обезьянки кувыркаются» Упражнение «Бабочка» Упражнение «Бабочка распустила крылья». Упражнение «Кошечка злая и добрая» Упражнение «Кошечка тянется». Акробатические Упражнения: «Берёзка», «Петрушка», «Улитка».</p>	Анисимова: «Флейта»	
Заключительная	Релаксация: «Волшебный сон».	Лена Ракуто: «Тучка»	

### III квартал (март, апрель, май)

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
<b>Занятие № 49 - 71</b>			
Подготовительная	1. Ходьба по	Д. Билан	Песни

(разминка)	<p>кругу. 2. Ходьба змейкой. 3. Упражнение «Мышки». 4. Упражнение «Медведь» 5. Подскоки. 6. Боковой галоп. 7. Бег змейкой. 8. Построение врассыпную.</p>	«Невозможное - возможно	современной эстрады.
Основная	<p>1. Поднять руки через стороны, сделать «пружинку», опустить руки вниз. 2. Поднимание плеч попеременно: правое, левое, руки опущены. 3. Повороты туловища: левая рука на поясе, повернуться вправо, правая рука назад, то же в другую сторону. 4. Левая рука на поясе, правая в сторону, менять положение рук. 5. Поворот головы вправо, влево, пружинистые движения ног. 6. Руки согнуты в локтях, параллельно туловищу: два шага в правую сторону, два в левую сторону. 7.</p>	Ж. Фриске «Малинки» ВИА «Звери» «До скорой встречи»	

	<p>Поставить левую ногу на носок, повернуть туловище влево, правую ногу на носок вправо. 8. «Дорожка». 4 шага вперёд, правая рука вверх, левая вниз, левая нога в сторону, 4 шага назад 9. Наклоны туловища вперёд, руки в стороны. 10. Махи ногой в стороны, руки перед собой в замке.</p> <p>Дыхательное Упражнение «Насос».</p>		
Бег и прыжки	<p>Подскоки на месте: поднять правую руку вверх, левая рука в сторону; подскоки на правой ноге – левую поднять согнутой в колене, то же другой ногой.</p> <p>Прыжки на обеих ногах, встряхивание рук в стороны. Бег вокруг себя. Махи ногой вперёд. Подскоки и бег враспынную. Ходьба на месте, поднимая руки</p>	ВИА «Фабрика» «Романтика»	

	вверх и опуская вниз.		
Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа	<p>Отвести ногу в сторону, достать носок, то же с др. ногой. Сидя, ноги вместе, наклоны вперёд, руки в упоре сзади.</p> <p>Лёжа на животе</p> <p>Упражнение «Рыбка»</p> <p>Упражнение «Рыбка плывёт».</p> <p>Лёжа на спине</p> <p>Упражнение «Колобок» Лёжа на спине, забрасывание ног за голову. Стоя на четвереньках, ноги согнуть в коленях, движение ног в сторону.</p> <p>Акробатические Упражнения «Берёзка», «Берёзка наклонилась от ветра», «Полушпагат», «Улитка», «Кольцо», «Корзинка», «Мостик».</p>	Ж. Фриске «Мама Мария» Жасмин «Загадай»	
<b>Заключительная</b>	Релаксация:	Инструментальная	

<b>Занятие № 72</b>	«Океан»	композиция: «Тема Майорки»	
---------------------	---------	-------------------------------	--

На конец учебного года основные показатели развития детей 5-6 лет, прошедших курс обучения по программе:

- К концу года дети должны уметь выполнять более сложные комбинации, построения и перестроения;
- Уметь быстро переключаться с одного движения на другое, с одной фигуры на другую.
- Уметь выполнять более сложные комбинации гимнастических упражнений;
- Уметь анализировать, давать самооценку при выполнении ритмических упражнений и акробатических этюдов.
- Уметь уважать друг друга, иметь желание объединяться для коллективных композиций.
- Уметь владеть своим телом.

**Календарный учебный график (подготовительная к школе группа, от 6 до 7 лет**

**Задачи:**

Учить детей выполнять более сложные комбинации, построения и перестроения.

Учить быстро переключаться с одного движения на другое, с одной фигуры на другую.

Формировать умение выполнять более сложные комбинации ритмических упражнений.

Продолжать развивать зрительную память, наблюдательность, мышечную силу, гибкость, выносливость.

Развивать способность к анализу, самооценке при выполнении ритмических упражнений и акробатических этюдов.

Воспитывать организованность, уважение друг к другу, желание объединяться для коллективных композиций.

Совершенствовать чувства ритма, музыкальность.

Подготовительная к школе группа  
I квартал (сентябрь, октябрь, ноябрь)

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
<b>Занятие № 1-2</b>	Введение. Правила безопасности		
<b>Занятие № 3-24</b>			
Подготовительная	Ходьба по кругу.	Инструментальная	

(разминка)	<p>Ходьба с перестроением. Упражнение «Хитрая лисичка». Упражнение «Серый волк». Боковой галоп. Бег змейкой. Построение врассыпную.</p>	<p>композиция: «Орлёнок».</p>	<p>Музыкальный альбом « 220 песен для детей».</p>
Основная	<p>Руки вперёд, вверх, в стороны, вниз. Шаг вправо, правая рука в сторону, левая за спиной, сделать по 3 шага в каждую сторону, затем две руки вперёд, в стороны. Шаг в сторону, затем две руки вверх, опустить вниз, то же в др. сторону. Руки вверх, ладони в замке. Движение рук из стороны в сторону. Наклоны вперёд. Правое, левое плечо вперёд по очереди. Вращение бёдрами вправо, влево. Круговые движения рук перед собой с хлопком. Руки вперед, правая рука к груди,</p>	<p>Инструментальные композиции: «Лучик», «Лыжню», «Наша песня».</p>	

	<p>назад; то же с левой. Руки к плечам, правая рука вверх, левая вверх, попеременно.</p> <p>Наклоны в стороны, руки к плечам, вверх, к плечам, в стороны. 11.</p> <p>Махи прямой ногой. Поднять правую ногу, согнутую в колене, мах правой ногой, то же левой ногой.</p>		
Бег и прыжки	<p>Поднять руки вверх, потянуться.</p> <p>Прыжки. Ноги врозь, руки в стороны. Бег вокруг себя вправо, влево с выбрасыванием ног назад. Бег по залу, подскоки (1-2 круга).</p> <p>Ходьба на месте с подниманием рук вверх.</p>	Инструментальная композиция: «Первая песенка»	
Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа	<p>Сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади.</p> <p>Упражнения для стоп, потянуть носок правой, левой ступни.</p> <p>Согнуть правую, левую ногу (попеременно).</p> <p>Поднять прямые</p>	Инструментальные композиции: «Велосипед», «Блинчики», «Париж».	

	ноги вверх, опустить согнутые в стороны. Упражнение «Велосипед». Упражнение «Факир». Акробатические Упражнения «Кольцо», «Корзинка», «Полушпагат», «Берёзка».		
Заключительная	Релаксация: «Расслабление».	Инструментальная композиция: «Потягушки».	

II квартал (декабрь, январь, февраль)

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
<b>Занятие № 25-48</b>			
Подготовительная (разминка)	Ходьба по кругу. Ходьба с заданием для рук. Упражнение «Пингвин». Упражнение «Лошадки». Подскоки. Бег врассыпную. Построение врассыпную.	Катя Тарасенкова: «Разноцветная семья».	Музыкальный альбом «Лучшие песни для детей».
Основная	Круговые движения рук перед собой, поднимаясь на носочки. Руки вверх попеременно, с хлопком. Руки вниз	Лена Ракуто: «Лето» Маша Сироткина: «Кузя» Карина Шипулина: «Фонари» Шоу- группа «Улыбка»: «Медвежий сон».	

	<p>попеременно, ладонями вниз. Руки в стороны. Вращение кистями рук одновременно двумя и попеременно. Руки у плеч, наклоны вперёд. «Ножницы». Вращение кистями рук одновременно двумя и попеременно. Вращение рук, согнутых в локтях, перед собой. Руки вверх в замке шаг в сторону, прогнуться, то же в др. сторону. Наклоны туловища в сторону, руки за головой, сгибая в колени то правую, то левую ноги. 10. Наклоны туловища вниз, в и.п. прогнуться назад.</p>		
Бег и прыжки	<p>Прыжки с касанием бедра. Руки на поясе, в стороны, вверх. Прыжки на обеих ногах, руки в стороны. Выбрасывание ног в стороны, руки к плечам.</p>	Шоу-группа «Улыбка»: «Танец роз».	

	<p>Бег вперёд, назад, руки за головой.  Бег вокруг себя  Бег по залу с выбрасыванием ног назад, вперёд, подскоки.  Упражнение на дыхание «Хадыхание».</p>		
<p>Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа</p>	<p>Сидя на коленях, руки вверх, к плечам, одна рука вверх, другая вниз.  Поднимание и опускание рук попеременно.  Сидя, руки в упоре сзади.  Согнуть правую, а затем левую ногу, попеременно.  Сидя: поднять прямые ноги вверх, в стороны, вниз, развести в стороны.  Упражнение «Обезьянки кувыркаются»  Упражнение «Бабочка»  Упражнение «Бабочка распустила крылья».  Упражнение «Кошечка злая и добрая»  Упражнение «Кошечка тянется».</p>	<p>Таня Карпунина:  «Ты мне снишься»  Сергей Нестеров:  «Котёнок»  Наташа Анисимова:  «Флейта»</p>	

	Акробатические Упражнения: «Берёзка, «Петрушка», «Улитка».		
Заключительная	Релаксация: «Волшебный сон».	Лена Ракуто: «Тучка»	

III квартал (март, апрель, май)

Разделы	Содержание материала	Музыкальное сопровождение	Примечание
1	2	3	4
<b>Занятие № 49 - 71</b>			
Подготовительная (разминка)	1. Ходьба по кругу. 2. Ходьба змейкой. 3. Упражнение «Мышки». 4. Упражнение «Медведь» 5. Подскоки. 6. Боковой галоп. 7. Бег змейкой. 8. Построение в рассыпную.	Д. Билан «Невозможное - возможно»	Песни современной эстрады.
Основная	1. Поднять руки через стороны, сделать «пружинку», опустить руки вниз. 2. Поднимание плеч попеременно: правое, левое, руки опущены. 3. Повороты туловища: левая рука на поясе, повернуться вправо, правая рука назад, то же в другую	Ж. Фриске «Малинки» ВИА «Звери» «До скорой встречи»	

	<p>сторону. 4. Левая рука на поясе, правая в сторону, менять положение рук. 5. Поворот головы вправо, влево, пружинистые движения ног. 6. Руки согнуты в локтях, параллельно туловищу: два шага в правую сторону, два в левую сторону. 7. Поставить левую ногу на носок, повернуть туловище влево, правую ногу на носок вправо. 8. «Дорожка». 4 шага вперёд, правая рука вверх, левая вниз, левая нога в сторону, 4 шага назад. 9. Наклоны туловища вперёд, руки в стороны. 10. Махи ногой в стороны, руки перед собой в замке.</p> <p>Дыхательное Упражнение «Насос».</p>		
Бег и прыжки	Подскоки на месте: поднять правую руку вверх, левая рука в сторону; подскоки на	ВИА «Фабрика» «Романтика»	

	<p>правой ногое – левую поднять согнутой в колене, то же другой ногой. Прыжки на обеих ногах, встряхивание рук в стороны. Бег вокруг себя. Махи ногой вперёд. Подскоки и бег врассыпную. Ходьба на месте, поднимая руки вверх и опуская вниз.</p>		
<p>Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа</p>	<p>Отвести ногу в сторону, достать носок, то же с др. ногой. Сидя, ноги вместе, наклоны вперёд, руки в упоре сзади. Лёжа на животе Упражнение «Рыбка» Упражнение «Рыбка плывёт». Лёжа на спине Упражнение «Колобок» Лёжа на спине, забрасывание ног за голову. Стоя на четвереньках, ноги согнуть в коленях, движение ног в сторону. Акробатические Упражнения «Берёзка»,</p>	<p>Ж. Фриске «Мама Мария» Жасмин «Загадай»</p>	

	«Берёзка наклонилась от ветра», «Полушпагат», «Улитка», «Кольцо», «Корзинка», «Мостик».		
<b>Заключительная Занятие № 72</b>	Релаксация: «Океан»	Инструментальная композиция: «Тема Майорки»	

На конец учебного года основные показатели развития детей 6-7 лет, прошедших курс обучения по программе:

- К концу года дети должны уметь выполнять более сложные комбинации, построения и перестроения;
- Уметь быстро переключаться с одного движения на другое, с одной фигуры на другую.
- Уметь выполнять более сложные комбинации гимнастических упражнений;
- Уметь анализировать, давать самооценку при выполнении ритмических упражнений и акробатических этюдов.
- Уметь уважать друг друга, иметь желание объединяться для коллективных композиций. - Уметь владеть своим телом.

### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Содержание программы представлено поурочным планированием учебного материала. Основа учебной программы — в ее вариативности, единстве обучения, воспитания и решения оздоровительных задач.

Занятия составляются согласно педагогическим принципам, по своему содержанию должны соответствовать возрастным особенностям и физическим возможностям занимающихся.

Учебный материал в них распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Согласно требованиям по физическому и музыкально-ритмическому воспитанию ребенка, занятия составляют единую систему обучения и отвечают современным требованиям к технологии построения и проведения учебных занятий.

Структура проведения занятий по ритмической гимнастике:

Подготовительная часть, или разминка, обеспечивает разогревание организма, подготовку его к основной физической нагрузке. Вводную часть составляют упражнения, непосредственно воздействующие на весь организм ребёнка. Это движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки, упражнения на коррекцию свода стопы, общеразвивающие упражнения.

В начале основной части следует серия упражнений различного характера: поднимание рук вверх, в стороны, упражнения для мышц шеи. Следующая серия упражнений – нагрузочная. Здесь предлагаются упражнения интенсивного характера: различные наклоны, раскачивания туловища, выпады, приседания. Подбираются они с таким расчётом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела. Эта серия упражнений проходит в быстром темпе.

Заканчивается основная часть танцевально-беговой серией упражнений. Она проходит в интенсивном темпе, одно упражнение быстро сменяется другим. Здесь не предусмотрено, какие виды прыжков вы будете делать. Главное – добиться высокой интенсивности в этой части комплекса. Затем предусмотрены 1-2 дыхательных упражнений, позволяющих немного отдохнуть и восстановить свои силы.

Затем следует партерная серия из исходных положений лёжа и сидя. Эта группа упражнений предназначена для развития гибкости позвоночника, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног. Все упражнения рекомендуется выполнять в умеренном темпе, так как они требуют наибольшей затраты энергии. Заканчивается комплекс упражнениями на дыхание, расслабление, гибкость, выполняемыми в медленном темпе. Упражнения на гибкость очень эффективны в конце комплекса, так как хорошо разогретые мышцы наиболее эластичны.

Завершается ритмическая гимнастика упражнениями на расслабление. Цель которых – обеспечить максимальный отдых детей в короткий промежуток времени. Это могут быть упражнения из исходных положений стоя, сидя, лёжа. Они способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности.

### **Планируемые результаты, формы, методы, критерии их оценки**

**Первый год обучения (средняя группа).** После первого года обучения занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног.

**Второй год обучения (старшая группа).** По окончании обучения занимающиеся знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный запас движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

**Третий год обучения (подготовительная группа).** После третьего года обучения занимающиеся знают о правилах личной гигиены при занятиях физическими упражнениями. Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений этого года обучения.

### **Педагогическая диагностика**

Уровень развития ребенка можно определить, воспользовавшись разработкой из программы «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной.

Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:

- выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы;
- оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, сравнивая их между собой, и условно ориентируется на лучшие показатели, выявленные для данного возраста (лучше — в данной группе).

**Цель диагностики:** выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

**Метод диагностики:** наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий



7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

**Критерии показателей:**

*Высокий уровень – 3 балла;*

Высокий уровень: Ребенок знает и называет жанры музыкальных произведений, умеет выполнять знакомые плясовые движения, правильно выполняет перестроения на площадке. Правильно определяет характер музыки, темп, ритм, умеет передавать в пластике движений музыкальный образ. Умеет сочинять несложные плясовые движения. Умеет определять вид танца.

*Средний уровень – 2 балла;*

Средний уровень: Ребенок определяет темп, ритм, характер музыки, знает, но допускает ошибки при определении жанров музыки, умеет передать в пластике музыкальный образ, выполняет несложные плясовые движения при участии взрослого. С небольшой помощью взрослого определяет вид танца.

*Низкий уровень* — 1 балл.

Низкий уровень: Ребенок допускает ошибки при выполнении плясовых движений, не знает и не умеет определить темп, ритм, характер музыки, не выполняет самостоятельно плясовые движения, не умеет передавать музыкальный образ в пластике, не умеет перестраиваться на площадке, не выполняет правильно упражнения с предметами.

**Старшая группа (5-6 лет).**

№	Фамилия, имя ребенка	Определение характера музыки, темпа, ритма	Знание жанровых особенностей музыки	Знание основных видов движений испол. для передач и муз. образа	Умение самостоятельно исполнять знакомые плясовые движения	Умение передавать в пластике муз. образ.	Умение выполнять движения с предметами	Знание и определение видов танца (бальный, народный, классический)	Средний уровень
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									

9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

**Критерии показателей:**

*Высокий уровень – 3 балла;*

Высокий уровень: Ребенок знает и называет жанры музыкальных произведений, умеет выполнять знакомые плясовые движения, правильно выполняет перестроения на площадке. Правильно определяет характер музыки, темп, ритм, умеет передавать в пластике движений музыкальный образ. Умеет сочинять несложные плясовые движения. Умеет определять вид танца.

*Средний уровень – 2 балла;*

Средний уровень: Ребенок определяет темп, ритм, характер музыки, знает, но допускает ошибки при определении жанров музыки, умеет передать в пластике музыкальный образ, выполняет несложные плясовые движения при участии взрослого. С небольшой помощью взрослого определяет вид танца.

*Низкий уровень — 1 балл.*

Низкий уровень: Ребенок допускает ошибки при выполнении плясовых движений, не знает и не умеет определить темп, ритм, характер музыки, не выполняет самостоятельно плясовые движения, не умеет передавать музыкальный образ в пластике, не умеет перестраиваться на площадке, не выполняет правильно упражнения с предметами.



## ***Учебно – методическое обеспечение:***

1. Технические средства обучения (звуковые):
  - Музыкальный инструмент (пианино);
  - музыкальный центр;
  - мультимедийная система;
  - экран для презентаций.
2. Учебно-методическое пособия по ритмическому воспитанию  
( нотный и литературный материал).
3. Детские музыкальные инструменты: трещотки, палочки, металлофоны, бубны, гармошки, свистульки и др. музыкальные инструменты.
4. Разнообразная атрибутика для танцевальных композиций и игр на занятиях и на показательных выступлениях (концертах, конкурсах и открытых занятиях) : Ленты, платочки, платки, листочки, корзинки, кегли , мячи разных размеров (резиновые и пластиковые), обручи, палки, скакалки, канат, игрушки, колокольчик, бубенцы, муляжи грибов, овощей , фруктов, маски животных .
5. Детские костюмы для выступлений и для проведения занятий.
6. Аудио-кассеты и диски с записями музыкальных композиций разных жанров, стилей и направлений .

## **Список используемой литературы:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
  1. Н. А. Фомина, Г. А. Зайцева, Е. Н. Игнатьева, С. С. Чернякина «Сказочный театр физической культуры». Издательство «Учитель» Волгоград 2002.
  2. А. В. Иваницкий, В. В. Матов, О. А. Иванова, И. Н. Шарабарова «Ритмическая гимнастика на ТВ». Москва «Советский спорт» 1989.
  3. О. Н. Моргунова «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ». Практическое пособие. Воронеж 2007.
  4. Л. Г. Горькова, Л. А. Обухова «Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий». Москва 2007.
  5. И. М. Воротилкина «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ». Методическое пособие. «Издательство НЦ ЭНАС» Москва 2004.
  6. Е. Н. Вареник «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет». «Творческий центр» Москва 2006.