



Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 14 «ЗВЁЗДОЧКА»

Принято на заседании  
Педагогического совета № 1  
31 » августа 2015 г

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Детский сад № 14 «Звездочка» Я.Ю. Клокина/  
Приказ № 1044 от 31.08.2015



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА СЕКЦИИ  
«РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА»**

# Содержание.

1. Пояснительная записка.
2. Особенности развития детей 3 – 4 лет. Перспективный план.
3. Особенности развития детей 4 – 5 лет. Перспективный план.
4. Особенности развития детей 5 – 7 лет. Перспективный план.
5. Работа с педагогами.
6. Работа с родителями.
7. Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития детей.
8. Приложение.

### Пояснительная записка.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа, основанная на движениях под музыку развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели: акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, двигательных навыков, артистичности и т.д.

Основная направленность программы "Ритмическая гимнастика" — психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.

В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. Об этом знали еще в Древней Греции, где сформировалось представление о том, что основой прекрасного является Гармония. По мнению Платона, "трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души... Ввиду этого воспитание в музыке надо считать самым главным: благодаря ему Ритм и Гармония глубоко внедряются в душу, овладевают ею, наполняют ее красотой и делают человека прекрасно мыслящим... Он будет упиваться и восхищаться прекрасным, с радостью воспринимать его, насыщаться им и согласовывать с ним свой быт".

Особенности этой программы заключаются в следующем:

1. Ориентация не только на развитие детей, но и совершенствование профессионализма в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы "на себя", "на себя во взаимодействии с детьми.
2. Использование в качестве музыкального сопровождения, как правило, целостных произведений — в грамзаписи и при непосредственном, "живом" исполнении (а не отрывков по 8, 16 тактов, как это принято в традиционных музыкально-ритмических упражнениях.
3. Акцентирование внимания не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку.

Данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагогов, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом

**Цель:** развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

Другими словами, программа нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания (например, коррекционных).

**Задачи:**

- развитие музыкальной памяти;

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие эмоциональной сферы и умения выражать свои эмоции в мимике и пантомимике;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

**Место в плане:** занятия по ритмической гимнастике введены в циклограмму деятельности в виде секции «Ритмическая гимнастика», которая проводится во второй половине дня во всех возрастных группах, начиная со 2 младшей группы.

### **2 младшая группа (3-4 года).**

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

**Задачи:** воспитание интереса, потребности в движениях под музыку; развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки; обогащение слушательского и двигательного опыта, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом.

Основное содержание:

#### **1. Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке в процессе совместных игр, движения под музыку со сверстниками, педагогами и родителями;

#### **2. Развитие двигательных качеств и умений**

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

#### **Основные:**

ходьба — бодрая, спокойная, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках;

бег — легкий, ритмичный.

прыжковые движения — на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп — "лошадки", подскоки (4-й год жизни);

**Общеразвивающие упражнения:** на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи), которые даются, как правило, на основе игрового образа;

**3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом.

**4. Развитие творческих способностей:** воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;

**5. Развитие и тренировка психических процессов:** развитие умения начинать и заканчивать движение вместе с музыкой — развитие слухового внимания, способности координировать слуховые представления и двигательную реакцию;

**6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:** воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место.

#### Перспективный план.

Период проведения	Содержание.
сентябрь	Ком. № 1, Ритм. движ. « Плюшевый медвежонок», «Весёлое путешествие».
октябрь	Ком. № 2, Ритм. движ. «Рыбачок», «Весёлое путешествие».
ноябрь	Ком. № 3, Ритм. движ. «Чебурашка», «Рыбачок».
декабрь	Ком. № 4, Ритм. движ. «Разноцветная игра», «Плюшевый медвежонок».
январь	Ком. № 5, «Кузнечик», «Весёлое путешествие».
февраль	Ком. № 2, «Куклы – неволяшки», «Рыбачок».
март	Ком. № 1, «Весёлое путешествие», «Чебурашка».
апрель	Ком. №3, «Кузнечик», «Разноцветная игра»
май	Ком. №5, «Куклы – неволяшки», «Веселое путешествие».

#### Средняя группа (4 – 5 лет).

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

**Задачи:** развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

#### Основное содержание.

**1. Развитие музыкальности:** воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх.

**2. Развитие двигательных качеств и умений:** развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные виды движений.

#### Основные:

ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

бег — легкий, ритмичный, передающий образ ("бабочки"<sup>1</sup>, "птички", "ручейки" и т.д.), широкий ("волк"), острый (бежим по "горячему песку");

прыжковые движения — на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп - "лошадки", легкие поскоки;

**Общеразвивающие упражнения** на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи); упражнения на гибкость, плавность движений;

**3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

**4. Развитие творческих способностей:** воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку.

**5. Развитие и тренировка психических процессов:** развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой — развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию.

**6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:** воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

#### Перспективный план.

Период проведения	Содержание
сентябрь	Ком. №-1, «Веселое путешествие», «Куклы – неваляшки».
октябрь	Ком. № -2, «Рыбачек», «Плюшевый медвежонок».
ноябрь	Ком. № 3, «Разноцветная игра», «Чебурашка».
декабрь	Ком. № - 4, «Кузнечик», «Белочка».
январь	Ком. № - 5, «Вместе весело шагать», «Рыбачек».
февраль	Ком. № - 1, «Три поросенка», «Разноцветная игра».
март	Ком. № - 2, «Чунга – чунга», «Белочка».
апрель	Ком. № - 3, «Вместе весело шагать», «Кузнечик».
май	Ком. № - 4, «Куклы – неваляшки», «Чебурашка».

#### Старший дошкольный возраст (5 – 7 лет).

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений — из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

**Задачи:** развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

#### Основное содержание.

**1. Развитие музыкальности:** воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал.

**2. Развитие двигательных качеств и умений:** Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные виды движений:

**Основные:**

ходьба — бодрая, спокойная, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, "с каблочки", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, "гусиным" шагом, с ускорением и замедлением;

бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;

прыжковые движения — на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок "легкий" и "сильный" и др.:

**Общеразвивающие упражнения** — на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

**3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций ("змея", "воротики", "спираль" и др.)

**4. Развитие творческих способностей:** развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации.

**5. Развитие и тренировка психических процессов:** тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов — умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения — по фразам.

**6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:** воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Период проведения.	Содержание.
сентябрь.	Ком. № -1, «Весёлое путешествие», «Рыбачек».
октябрь	Ком. № -2, «Вместе весело шагать», «Кузнечик».
ноябрь	Ком. № -3, «Чунга – чанга», «Рыбачек».
декабрь	Ком. № - 4. « Три поросёнка», «Антошка».
январь	Ком. № - 5, «Кот Леопольд», « Разноцветная игра».
февраль	Ком. № -1, «Вместе весело шагать», «Красная шапочка».
март	Ком. № -2, «Антошка», «Три поросенка».
апрель	Ком. № -3, «Красная шапочка», « Чунга – чанга».
май	Ком. № -4, «Песенка о лете», «Кот Леопольд».

### Работа с педагогами.

Успех в музыкально-ритмическом развитии детей зависит в первую очередь от того, насколько сам педагог увлечен движением под музыку и владеет выразительным движением. К сожалению, многие взрослые со временем утрачивают не только ловкость, гибкость и грациозность движений, но и саму потребность в них! При этом появляется желание посидеть и понаблюдать за детьми, а не двигаться вместе с ними. В результате значительно снижается не только двигательной активности взрослых, но и детей, поскольку педагоги



стремятся использовать в работе больше спокойных игр и заданий, не требующих интенсивных движений. Таким образом, со временем педагоги не в состоянии показать детям пример в танцах и играх, а дети, не имея достаточной тренировки в движениях, также становятся неловкими.

Противостоять этому можно только одним путем — проводить совместные занятия детей и взрослых. В течении всего года для педагогов будут проведены консультации, семинары – практикумы, открытые занятия.

### **Работа с родителями.**

В педагогическом взаимодействии с родителями используются разнообразные формы работы: информация о итоговых занятиях на сайте, консультация, «открытые дни» для родителей с просмотром занятий в физкультурном зале.

### **Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка.**

#### **Оценка детей 3 - 5-го года жизни:**

Высокий - заканчивает движение вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки;

Средний — в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

Низкий — движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

#### **Оценка детей 5 -7-го года жизни:**

Высокий — движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами;

Средний — передает только общий характер, темп и метроритм;

Низкий — движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

Показатели мониторинга:

**Музыкальность** — способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения — без показа педагога).

Для каждого возраста педагог определяет разные критерии музыкальности в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка, ориентируясь на объем умений, раскрытый нами в задачах.

**Эмоциональность** — выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение



### **Литература.**

1. Примерная основная общеобразовательная программа Дошкольного образования « Детство» под. Ред. Т.И. Бабаевой.
2. А. И . Буренина « Ритмическая мозаика» . Санкт – Петербург 2000г.
3. Л. И Пензулаева Физкультурные занятия с детьми.
4. О.В.Узорова, Е.А. Нефедова Физкультурные минутки.