

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 55» (МБДОУ № 55)**

---

**ПРИНЯТО:**

На педагогическом совете  
МБДОУ № 55

Протокол №1 от 29.08.2025

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий МБДОУ № 55

\_\_\_\_\_ Е.В.Седова

Приказ № 169-О от 29.08.2025г.

**Седова Елена  
Владимиров  
на**

Подписано

цифровой

подписью: Седова

Елена Владимировна

Дата: 2025.10.22

03:16:28 +03'00'

**ПРОГРАММА**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ХОРЕОГРАФИИ**

**«ХОРЕОГРАФИЯ»**

**Для детей 3-7 лет**

**Составитель педагог**

**дополнительного образования:**

**Ляхова Светлана Владимировна**

**Ростов-на-Дону  
2025г**

## Содержание

|                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------|----|
| 1.Пояснительная записка.....                              | 3  |
| 2.Возрастные особенности детей .Содержание программы..... | 10 |
| 4.Учебно-тематический план.....                           | 14 |
| 5.Условия реализации рабочей программы.....               | 18 |
| 6.Список литературы.....                                  | 18 |

## Пояснительная записка

Программа дополнительной образовательной услуги по хореографии «Хореография» для детей 3-7 лет имеет **художественно-эстетическую направленность**.

**Новизна** программы состоит в том, что предлагаемый материал можно использовать творчески, адаптируя к условиям работы. Программа ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога. В качестве музыкального сопровождения предлагаются целостные произведения в аудио записи или «живом» исполнении, а не отрывки, как это принято в традиционных музыкально- ритмических упражнениях. Целостный музыкальный образ передаётся разнообразными пластическими средствами, требующими свободного владения телом, музыкального слуха, богатого воображения и фантазии.

Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. В процессе непосредственно образовательной деятельности используются различные виды музыкально – ритмической деятельности: образно – игровые композиции (инсценирование песен, сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные, пантомимические движения), танцевальные композиции и сюжетные танцы, общеразвивающие по типу детской аэробики, музыкальные игры, этюды.

**Актуальность** программы в том, что занятия ритмопластикой позволяют ребенку развивать творческие способности, формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность движений. У детей укрепляется здоровье, укрепляются мышцы, улучшается работа органов дыхания, кровообращения, а также в процессе занятий дети избавляются от стеснительности, зажатости и комплексов. В танцах дети само утверждают, проявляют индивидуальность, получая результат своего творчества.

### **Связь программы с уже существующей по данному направлению**

Программа «Ритмическая мозаика» составлена с учетом авторской программы А.И.Бурениной

Программа составлена с учетом межпредметных связей по областям: «Физическая культура», «Здоровье», «Познание».

Работая по программе «Ритмическая мозаика» мы заметили, что двигательная активность вызывает у ребенка радостные эмоции, которые существенно влияют на его физическое, психическое и социальное развитие.

Принципы обучения музыкально- ритмическим движениям:

1. Дидактики - от простого к сложному.
2. Систематичности.
3. Комплексная реализация целей: развивающая, воспитывающая.
4. Коммуникативной направленности.
5. Наглядности;
6. Повторности;
7. Самостоятельности;

## 8. Сотрудничества;

Каждый из перечисленных принципов направлен на достижение результата обучения музыкально – ритмическим движениям, овладение детьми элементарными двигательными навыками и умениями.

**Вид программы:** модифицированная

### **Цели программы:**

Развивать и совершенствовать двигательные навыки и умения у детей младшего и среднего дошкольного возраста посредством ритмопластики. Содействовать всестороннему развитию воспитанников и приобщению их к танцевальному искусству.

### **Основными задачами являются:**

#### **1. Обучающие задачи**

- Развитие двигательных качеств и умений: координация движений; гибкости и пластичности; умения ориентироваться в пространстве.
- Обогащение двигательного опыта различными видами движений.

#### **2. Воспитательные задачи**

- воспитывать самостоятельность и инициативу.
- воспитать потребность двигаться под музыку.
- воспитать желание ходить на занятия.
- воспитывать желание быть активными на занятиях
- воспитывать умение понимать образно – игровые композиции
- воспитывать доверительные отношения взрослых и детей

#### **3. Развивающие задачи**

##### **Развитие музыкальности:**

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти.

##### **Развитие двигательных качеств и умений:**

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
- развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении

#### **4. Оздоровительные:**

- Формирование сознательного стремления к здоровью, культуры здоровья.
- Формирование правильной осанки, красивой походки.
- Развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

- Содействие профилактике плоскостопия.

### **Отличительные особенности программы:**

Эта программа нацелена на общее гармоничное, психическое, духовное и физическое развитие детей. Она помогает приобщать к движению под музыку всех детей, а не только способных и одаренных. Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. Занятия помогают психологически раскрепостить ребёнка через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента.

Данная программа ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности

**Дети в возрасте 3-7 лет**, посещающие детский сад. В состав группы входит не более десяти человек. Набор детей носит свободный характер и обусловлен интересами воспитанников и их родителей.

**Программа** составлена по возрастным группам. Она охватывает: вторую младшую группу – дети от 3 до 4 лет, среднюю группу – от 4 до 5 лет, старшую группу – от 5 до 6 лет, подготовительную к школе группу – от 6 до 7 лет.

### **Сроки реализации дополнительной образовательной программы.**

Данная образовательная программа рассчитана на 4 учебных года.

Периодичность занятий – два раза в неделю во вторую половину дня. Длительность занятий: вторая младшая группа - 30 минут(один академический час); средняя группа - 30 минут(один академический час); старшая группа - 30 минут(один академический час); подготовительная к школе группа – 30 минут(один академический час). Занятия начинаются с сентября и заканчиваются в мае.

**Форма организации детей на занятии:** групповая.

## **Планируемые результаты**

Результаты освоения программы представлены в виде целевых ориентиров и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на каждом возрастном этапе. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке. Предоставленные в программе целевые ориентиры помогут определиться, в каком направлении «вести» развитие детей, как скорректировать индивидуальный образовательный маршрут каждого из них.

### **Целевые ориентиры освоения программы на этапе её завершения:**

- Ребёнок овладел основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, способен выбирать себе участников по совместной деятельности.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя.
- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их

физических и психических особенностей.

- Ребёнок проявляет умение слышать других и стремление быть понятым.
- Ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности.
- Ребёнок хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств, желаний.
- У ребёнка развита крупная моторика: он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыками личной гигиены.
- Ребёнок открыт новому, т.е. проявляет желание узнать новое.
- Ребёнок эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведений народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность и т.д.)

## **Планируемые результаты освоения программы «Ритмическая мозаика»:**

### **1.Развит интерес к музыкально-ритмическим движениям**

#### **3-4 года**

Ребёнок способен ритмично двигаться под музыку умеренным темпом, овладевает элементарными плясовыми и образно-игровыми движениями, способен выполнять по показу однонаправленные общеразвивающие движения.

#### **4-5 лет**

Ребёнок способен ритмично двигаться под музыку умеренным и быстрым темпе, овладевает навыками основных движений (ходьба, легкий бег, прыжковые движения), элементарными плясовыми и образно-игровыми движениями, способен выполнять по показу и самостоятельно однонаправленные общеразвивающие движения.

#### **5-6 лет**

У ребенка сформированы элементы культуры движения (красивая осанка, пружинность, мягкость движений). Ребенок способен ритмично двигаться под музыку умеренным и быстрым темпом, способен замедлять и ускорять движения. Ребёнок овладел навыками основных движений (разные виды ходьбы, бега, подскоки, галопы), разнообразными плясовыми и образно-игровыми движениями, способен выполнять по показу и самостоятельно разнонаправленные общеразвивающие движения.

## **6-7 лет**

У ребенка сформирована культура движения (красивая осанка, пружинность, мягкость, плавность движений, навык прослеживания взглядом движения). Ребенок способен ритмично двигаться под музыку умеренного, быстрого и медленного темпов, овладел умением замедлять и ускорять движения. Ребёнок овладел навыками различных видов основных, общеразвивающих, имитационных, танцевальных движений, способен выполнять их по показу и самостоятельно.

## **2.Развито умение выполнять перестроение в пространстве**

### **3-4 года**

Ребёнок способен выполнять несложные перестроения (круг, парами по кругу и в рассыпную)

### **4-5 лет**

Ребёнок способен выполнять несложные перестроения (круг, несколько кружков, парами по кругу и в рассыпную)

### **5-6 лет**

Ребёнок способен выполнять различные перестроения (круг, несколько кружков, парами по кругу и в рассыпную, шеренги, колонны)

### **6-7 лет**

У ребенка сформированы основные навыки ориентировки в пространстве и умение выполнять перестроения под музыку.

## **3.Сформировано умение эмоционально откликаться на музыку различного характера**

### **3-4 года**

Ребёнок способен эмоционально откликаться на яркую, ритмичную музыку изобразительного характера («Зайчики», «Мишки», «Птички летят», «Кошечка» и др.). Ребёнок владеет элементарным умением выражать свои эмоции в образно-игровых движениях под музыку.

### **4-5 лет**

Ребёнок способен эмоционально откликаться на музыку различного характера: веселую и грустную. Ребёнок проявляет самостоятельность при подборе соответствующих по образу и настроению иллюстрации к музыке (осень, зима, весна, лето, веселый и усталый человек и т.д.). Ребёнок обладает умением выражать эмоции в образно-игровых движениях под музыку.

### **5-6 лет**

Ребёнок способен эмоционально откликаться на музыку различного характера. Ребёнок достаточно хорошо чувствует настроение различных по образу музыкальных произведений и способен выражать это в художественно-игровой и музыкально-ритмической деятельности. Ребёнок проявляет творчество в придумывание или подборе названия музыкальной пьесе в соответствие ее образом. В процессе исполнительской деятельности ребёнок способен эмоционально выразить настроение музыки.

#### **6-7 лет**

Ребёнок способен эмоционально тонко чувствует музыку, самостоятельно выражая свои чувства в различных видах исполнительства. Ребёнок способен чувствовать и осознавать настроение, образ музыкальных произведений и выражать это в художественно-игровой и музыкально-ритмической деятельности. Ребёнок овладевает способностью понимать и чувствовать оттенки и выразительные средства музыки: темпа, динамики, высоты звука.

#### **4.Сформированно умение работать индивидуально, в парах и в группах.**

#### **3-4 года**

Ребёнок способен с удовольствием участвовать в групповых формах музыкальной деятельности. Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми в музыкальных играх, хороводах, общих плясках.

#### **4-5 лет**

Ребёнок овладел умением участвовать в групповых формах музыкальной деятельности. Способен осознанно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в музыкальных играх, хороводах, общих плясках.

#### **5-6 лет**

Ребёнок овладел способностью с удовольствием участвовать в групповых формах музыкальной деятельности. Осознанно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в музыкальных играх, хороводах, общих плясках.

#### **6-7 лет**

Ребёнок активно взаимодействует с детьми и взрослыми в различных формах и видах музыкальной деятельности. Владеет навыками вербального и невербального общения с детьми и взрослыми.

#### **5.Сформировано умение выполнять действия по правилу и образу, по словесной инструкции, по плану, а так же самостоятельно**

#### **3-4 года**

Ребёнок способен выполнять действия по показу. Овладел умением слушать взрослого и понимать речь, обращенную к нему.

#### **4-5 лет**

Ребёнок овладел умением выполнять действия по образцу и самостоятельно. Способен слушать взрослого и других детей, понимать речь. Овладел способностью выполнять действия по инструкции во всех видах музыкальной деятельности

#### **5-6 лет**

Ребёнок достаточно хорошо выполняет действия по образцу и самостоятельно. Овладел способностью слушать взрослого и других детей, понимать обращенную к нему речь. Способен выполнять действия по инструкции во всех видах музыкальной деятельности. Способен найти выход из проблемной ситуации в музыкальных и театрализованных играх

#### **6-7 лет**

Ребёнок умеет выполнять действия по правилу и образцу, по словесной инструкции, по плану (схеме), а также самостоятельно (по своему плану) в различных видах музыкальной деятельности. Владеет элементарным самоконтролем. Способен самостоятельно находить свои ошибки и исправлять их в различных видах музыкальной деятельности.

### **Возрастные особенности детей. Содержание программы.**

#### **Вторая младшая группа. Дети 3-4 лет. Первый год обучения.**

Возрастные особенности. Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. Дети этого возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе, не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений. Движения этих детей

не достаточно согласованы, им трудно выполнять танцевальные композиции, но они могут стараться выполнять движения по показу. В этом возрасте нужно больше давать ритмических упражнений и игр и использовать различные образы в показе упражнений.

#### **Содержание программы.**

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Мы идем в зоопарк

- Мы гуляем в лесу
  - Морское путешествие
  - Упражнения с погремушками, лентами на кольцах, флажками, султанчиками
- Партерная гимнастика.
- упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик»;
  - упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики) упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение;
- Танцевальные движения.
- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
  - шаги на полупальцах и пятках;
  - различные хлопки
  - хороводы
  - танцевальные движения с атрибутами (бубны, погремушки, флажки, платочки)
- Сюжетно-образные танцы
- Ритмические и образные танцы по показу: «Паучок», «Дождик», «Танец утят», «Арам-зам-зам», «Буги-вуги», «Тучка»
- Музыкальные игры
- Игры по ориентации в пространстве: построение в круг, построение в линию, построение в две линии, «Море волнуется», «Кошки-мышки», «Зайцы-волки», «Зоопарк», «Птицы», «Машинки», «Самолеты», «Вперед 4 шага»

### **Средняя группа. Дети 4-5 лет. Второй год обучения.**

Возрастные особенности. К 4-5 годам движения детей становятся более координированными. Восприятие становится более точным и образным. Дети уже могут запомнить небольшую сюжетно-образную танцевальную композицию. Они более активны в играх и быстрее схватывают новый материал.

#### **Содержание программы.**

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Изображение различных животных в движении
- упражнения для плеч, головы корпуса;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- упражнения с различными предметами

Партерная гимнастика.

- упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)
- упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко»,

«мостик», «березка», «улитка»;

Танцевальные движения.

- повторение пройденных движений
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки)
- построение в две и в три линии и обратно в одну колонну;
- движение в парах по кругу
- равномерный бег с захлестом голени быстро и с замедлением;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг;
- работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками
- танец польки по линии, по-одному и в парах;
- танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее

Сюжетно-образные танцы

- Повторение пройденных танцев. Изучение танцев «Тетя-весельчак», «Ладони покажи», «Солнышко лучистое», «Птицы мои птицы», «Кузнечик», «Рыбачок», «Ромашки».

Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию,
- Игры «ручеек», «горелки», «лапата», «перевернись ты»

### **Старшая группа. Дети 5-6 лет. Третий год обучения.**

Возрастные особенности. Дети становятся более артистичными и координированными. Дети шестого года жизни уже могут строить свое поведение, придерживаясь роли. Поэтому они с удовольствием изображают различные образы и импровизируют. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, но теперь ребенок желает показать себя миру. Здесь очень важно выстраивать занятия так, чтобы дети могли проявить себя, обязательно хвалить их и отмечать, что ребенок старается, выполняет упражнение или движение правильно.

#### **Содержание программы.**

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Изображение различных животных в движении
- упражнения для всех групп мышц с предметами и без;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями

### Партерная гимнастика.

- упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов

(логоритмики)

- плавный переход из упражнения в упражнение: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка», «коробочка»

### Танцевальные движения.

- повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение

- танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпками) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные

- работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками

- движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями

- танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее

- построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов;

- движения полки по кругу;

- «Енка-енка» в различных видах построения

### Сюжетно-образные танцы

- Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение

- Изучение новых танцев, «Я рисую», «Стирка», «Полечка», «Зима», «Дикари».

### Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию,

- Игры «рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй»

## **Подготовительная группа. Дети 6-7 лет. Четвертый год обучения.**

Возрастные особенности. С шести лет дети уже больше осознают свое «Я», хорошо взаимодействуют со сверстниками, появляется стремление научиться делать движения лучше, красивее, точнее. Они уже способны самостоятельно исправлять свои ошибки и вносить коррекцию по ходу двигательной деятельности. Таким детям легче освоить сложно координированные танцевальные движения и гимнастические упражнения.

### **Содержание программы.**

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках)

- использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев

- движения по показу из пройденных элементов и движений

### Партерная гимнастика.

- упражнения для развития гибкости с усложнением: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка»

- быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки
- быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием стихотворения «У Лукоморья дуб зеленый»

Танцевальные движения.

- повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение
- упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные
- работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами (притопами, различными танцевальными шагами, движениями руками)
- построение в два круга, противоходы и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов;
- танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее, смена партнера в движении
- танец польки по кругу со сменой партнера;

Сюжетно-образные танцы

- Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений
- Изучение новых танцев с использованием предметов «Мы маленькие звезды», «Барбарики», «Гномики», «Чико-Нико», «Библика».

Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию,
- Игры «Дискотека», игра «Зеркало», «Догонялки с использованием танцевальных движений»

## Учебно-тематический план

|                            |                      | Вторая младшая группа                                               | Средняя группа                                                                                 | Старшая группа                                                                                                      | Подготовительная группа                                                                                                 |
|----------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сентябрь - Октябрь- Ноябрь | Диагностика          | Беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения | Беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые и ритмические упражнения              | Беседа, анкетирование родителей, диагностические танцевальные и игровые упражнения                                  | Беседа, анкетирование родителей, диагностические танцевальные и игровые упражнения                                      |
|                            | Танцевальная ритмика | Мы идем в зоопарк<br>Упражнения с погремушками, флажками            | Изображение различных животных в движении, упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в | Изображение животных в движении, упражнения для всех групп мышц с предметами и без них; бег и прыжки в сочетании по | Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках); использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев; |

|  |                               |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                               |                                                                                                         | сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами                                                                                                                                                                                                                                   | принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями                                                                                                                                                                                                                   | движения по показу из пройденных элементов и движений                                                                                                                                                                                                                  |
|  | <b>Партерная гимнастика</b>   | Вытягивание носочков, кручение; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка»       | Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение                                                                                                                                    | Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения)                                                                                                                          | Упражнения для развития гибкости с усложнением: быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки                                                                                                                                       |
|  | <b>Танцевальные движения</b>  | Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки хороводы | Повторение пройденных движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; танцевальные движения с предметами (чередование - мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки), построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг | Повторение пройденных элементов и их усложнение; танцевальные движения с атрибутами (чередование - мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке) пройденные и новые, более сложные; движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями | Повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение; упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) более сложные; работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами построение в два круга |
|  | <b>Сюжетно-образные танцы</b> | Ритмические и образные танцы по показу «Паучок», «Дождик»                                               | Повторение изученных ранее танцев, новые «Тетя-весельчак», «Ладочки покажи»                                                                                                                                                                                                                           | Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение Изучение новых танцев «Мои грибки», «Я рисую»                                                                                                                                                                                    | Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений новые танцы «Мы маленькие звезды», «Барбарики»                                                                                                                                                             |
|  | <b>Музыкальные игры</b>       | Построение в линию, «Море волнуется», «Листики», «Зайцы-волки»                                          | Ранее изученные игры, новая игра «ручеек», «Птичий двор!!!», «Чудо-юдо», «Насос», «Цыплята»                                                                                                                                                                                                           | Ранее изученные игры, игра «Снегопад», «рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй»                                                                                                                                                                                               | Изученные игры; «Мокрые котята», «Марионетки», «Танцевальные догонялки»                                                                                                                                                                                                |

|                                         |                               |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Декабрь-<br/>Январь-<br/>Февраль</b> | <b>Танцевальная ритмика</b>   | Мы гуляем в лесу<br>Упражнения с погремушками, флажками, султанчиками                                                                                      | Изображение различных животных в движении; упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами                                                                                                            | Изображение различных животных в движении; упражнения для всех групп мышц с предметами и без; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями                                                                | Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках); использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев; движения по показу из пройденных элементов и движений                                              |
|                                         | <b>Партерная гимнастика</b>   | Вытягивание носочков, кручение; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка», «полумостик»                                            | Повторение пройденных и новые: «бабочка», «лодочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; упражнения для стоп;                                                                                                         | Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения)                                                              | Упражнения в упражнении с использованием музыкальной подборки; быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием стихотворения «У Лукоморья дуб зеленый»                                                         |
|                                         | <b>Танцевальные движения</b>  | ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки; хороводы; танцевальные движения с погремушками, платочками | Повторение пройденных движений, построение в три линии и обратно в одну колонну; движение в парах по кругу, легкие, равномерные, высокие прыжки; перескоки с ноги на ногу; простой танцевальный шаг, работа над движением рук – волна» руками, танец польки по линии в парах; | Повторение пройденных движений, танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов; | Повторение изученных ранее, противоходы и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; танец польки по кругу со сменой партнера; |
|                                         | <b>Сюжетно-образные танцы</b> | Пройденный танцы и новый танцы по показу: «Танец утят», «Арам-зам-зам»                                                                                     | Повторение пройденных танцев, «Кузнечик», «Рыбачок»                                                                                                                                                                                                                           | Повторение изученных ранее танцев; изучение нового «Птицы мои птицы», «Полечка», «У леса на опушке»                                                                                                                            | Повторение изученных танцев, добавление новых «Гномики», «Зима», «Чико-Нико».                                                                                                                                              |

|                        |                               |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        | <b>Музыкальные игры</b>       | Пройденные по желанию и новые - построение в круг, «Птицы», «Снежинки», «Кошки-мышки», «Машина», «Самолеты»           | Ранее изученные игры, новая игра «перевернись ты», «поезд», «Снеговики», «Цыплята», «Марионетки», «Веселая карусель», «Мокрые котята»                                                               | Ранее изученные игры по желанию, игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй», «Магазин игрушек», «Мы едем, едем, едем», «Снежинки-ручейки», «Снеговик»                                                                         | Ранее изученные игры; Игра «Дискотека», «Завивайся ниточка в клубочек», «Карнавал животных», «Снегопад»                                                                                                            |
| <b>Март-Апрель-Май</b> | <b>Танцевальная ритмика</b>   | Морское путешествие Упражнения с погремушками, лентами на кольцах, флажками, султанчиками                             | Изображение различных животных в движении упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами                                   | Изображение различных животных в движении, упражнения для всех групп мышц с предметами и без; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями | Пройденные упражнения, смена упражнений на растяжку с использованием стихотворения «У Лукоморья дуб зеленый»                                                                                                       |
|                        | <b>Партнерная гимнастика</b>  | Упражнения для стоп; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко»          | Повторение пройденных и новые: «колечко», «мостик»; упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение | Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения)                                                         | Упражнения для развития гибкости с усложнением: быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки                                                                                   |
|                        | <b>Танцевальные движения</b>  | ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; различные хлопки; хороводы; танцевальные движения с бубнами, флажками | Повторение пройденных движений, работа над движением рук – пластика кистей, танец польки по кругу, танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее                                  | Повторение пройденных движений, движения польки по кругу в парах и усложнение движений;                                                                                                                                   | Повторение изученных ранее, перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов; танцевальные движения в парах и смена партнера в движении; танец польки по кругу со сменой партнера; |
|                        | <b>Сюжетно-образные танцы</b> | Пройденные танцы и новые танцы по показу: «Буги-вуги», «Тучка»                                                        | Повторение изученных и новые «Солнышко лучистое», «Ромашки»                                                                                                                                         | Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение Изучение нового танца «Стирка»,                                                                                                                               | Повторение изученных танцев, добавление нового «Бибика», «Дикари».                                                                                                                                                 |

|  |                         |                                                                                    |                                                                            |                                                              |                                      |
|--|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
|  |                         |                                                                                    |                                                                            | «Енка-енка» в различных видах построения                     |                                      |
|  | <b>Музыкальные игры</b> | Пройденные по желанию и новые - построение в две линии, «Зоопарк», «Вперед 4 шага» | Ранее изученные игры, новая игра «горелки», «лавата», «Передай настроение» | Ранее изученные игры по желанию, «Прекрасные цветы», «Поезд» | Ранее изученные игры; игра «Зеркало» |
|  | <b>Открытый урок</b>    | Сценарий по пройденному материалу                                                  | Сценарий по пройденному материалу                                          | Сценарий по пройденному материалу                            | Сценарий по пройденному материалу    |

## Условия реализации рабочей программы

### Материально-техническое обеспечение

|                                                                                                       |                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| -музыкальный зал<br>-магнитофон<br>-ноутбук<br>-зеркала<br>-костюмы<br>-стульчики по количеству детей | -спортивные предметы: скакалки, мячи, кубики и т.д.<br>-раздаточный материал: игрушки, цветные платочки, погремушки и т.д.<br>-маски из сказок<br>-коврики для детей |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста)-СПб:ЛОИРО, 2000
2. Ильина Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей // Вопросы психологии. - 1961. — №1 - С.119-132.
3. Ротэрс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика.— М.: Просвещение, 1989.

.