

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение  
«Детский сад №245»

Принято  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол от 22.08.2024 № 1

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад №245»  
Л.С.Захарова  
Приказ от 26.08.2024 №113-осн.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
по ритмической пластике  
для детей дошкольного возраста  
«Ритмика для малышей «Топотушки»**

Направленность: художественная  
Срок реализации: 9 месяцев  
Возраст обучающихся: 3-4 года  
Автор - составитель: Кузнецова Е.С.,  
Музыкальный руководитель

Барнаул  
2024

## **Содержание:**

1. Целевой раздел.....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.1.Цель и задачи программы. ....	8
1.3. Возрастные особенности детей 3-4 лет .....	11
1.4. Планируемые результаты .....	12
2. Содержательный раздел программы .....	12
2.1. Основное содержание: .....	12
3. Организационный раздел.....	14
3.1. Календарный учебный план-график.....	14
3.2. Сюжетно-тематическая характеристика репертуара программы “Топотушки” .....	14
3.3. Материально-технические условия реализации программы: .....	17
3.4 Список литературы.....	17
4. Лист изменений и дополнений.....	19

# 1. Целевой раздел

## 1.1. Пояснительная записка

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности и т.д., в зависимости от того, в каком учреждении, в каких условиях и зачем ведется данная работа. На наш взгляд важно, чтобы педагог осознавал приоритетные цели и задачи в своей деятельности, понимал, в чем выражается основной эффект развития.

**Основная направленность** предлагаемой вашему вниманию программы "Топотушки", которая, на наш взгляд, является универсальной, — 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".

В Древней Греции музыка для воспитания и образования имела более глубокое значение, чем сейчас, и соединяла не только гармонию звуков, но и поэзию, танец, философию, творчество. Именно эти идеи важны для воспитания и в современном очень непросто и жестоком мире, и, наверное, естественно стремление педагогов к воспитанию детей по "законам красоты", к воплощению в реальность прекрасной формулы Платона: "От красивых образов мы перейдем к красивым мыслям, от красивых мыслей — к красивой жизни и от красивой жизни — к абсолютной красоте".

У философов Древней Греции было немало последователей. Так, идея синтеза музыки и движения была подхвачена швейцарским музыкантом и педагогом Эмилем Жаком Далькрозом (1865-1950), который разработал на ее основе уже в начале XX века систему музыкально-ритмического воспитания детей. Эта система стала известна во многих странах Европы и в России под названием "метода ритмической гимнастики". Современность и актуальность этой методики и по сей день не только в ее названии, столь широко используемом многими специалистами по физическому и музыкальному воспитанию. Заслуга Э.Далькроза прежде всего в том, что он видел в музыкально-ритмических упражнениях универсальное средство развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений, творческого воображения. По его мнению, "с первых лет жизни ребенка следовало бы начинать воспитание в нем "мышечного чувства", что, в свою очередь, способствует "более живой и успешной работе мозга". При этом Далькроз считал важным и то, как организован сам процесс занятий с детьми, который должен "приносить детям радость, иначе он теряет половину своей цены".

В комплексе ритмических упражнений швейцарский педагог выделял как основу именно музыку, поскольку в ней имеется идеальный образец организованного движения: музыка регулирует движения и дает четкие представления о соотношении между временем, пространством и движением.

Дальнейшее развитие система Жака Далькроза получила в работах его учеников и последователей: Н.Г.Александровой, В.А.Гринер, Е.А.Румер и др., которые в 1911 г. окончили Институт музыки и ритма (Хеллерау, недалеко от Дрездена). Российские педагоги-ритмисты понимали важность распространения музыкально-ритмического воспитания для детей и молодежи. Ими была проделана огромная работа по дальнейшей разработке практического материала и пропаганде системы Жака Далькроза в различных школах. Н.Г.Александрова характеризовала ритмику как одно из средств биосоциального воспитания и ставила ее в центр соприкосновения педагогики, психофизиологии, научной организации труда, физкультуры, художественного развития и т.д. Она пропагандировала систему Далькроза на многочисленных лекциях, выступлениях, на которых подчеркивала также и лечебное значение занятий ритмикой.

Таким образом, прогрессивная система музыкально-ритмического воспитания Жака Далькроза была положена в основу работы российских педагогов, которые по инициативе Н.Г.Александровой организовали Московскую ассоциацию ритмистов, где разрабатывали учебные программы (для школ, техникумов, консерватории) и методические указания к занятиям по ритмике для учебных заведений, систематизировали практический материал.

Члены Московской ассоциации ритмистов (Н.Г.Александрова, В.А.Гринер, Ю.А.Двоскина, Е.В.Конорова и др.) справедливо считали, что кем бы ни вырос ребенок, ему необходимо потренироваться на ритмических упражнениях, оказывающих на него благотворное влияние во всех планах.

Музыкально-ритмическое воспитание дошкольников в 50-60-е годы также разрабатывалось на основе идей Э. Жака Далькроза. Н.А.Ветлугина (1958), А.В.Кенеман (1960), а в дальнейшем М.Л.Палавандишвили, А.Н.Зими́на, Е.Н.Соковнина и др. разрабатывали программы музыкального воспитания, методику работы с детьми и разнообразный музыкально-ритмический репертуар для детей дошкольного возраста (эти материалы были включены в раздел "Музыкально-ритмическое воспитание детей" типовой программы).

Все перечисленные прогрессивные идеи Эмиля Жака Далькроза и его последователей легли в основу и нашей системы занятий по ритмической пластике.

Программа разработана со следующими **нормативными документами:**

1. Федеральным законом от 29.12.2012. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
2. Законом Российской Федерации от 07.02.1992 №2300-1 «О защите прав потребителей»,
3. Постановлением Правительства Российской Федерации от 20.10.2021 №1802 «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации, а также о признании утратившими силу некоторых актов и отдельных положений некоторых актов Правительства Российской Федерации»,
4. Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.09.2020 №1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»,
5. Приказом Министерства образования и науки РФ от 25.10.2013 №1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам»,
6. Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 16.09.2020 №500 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам»,
7. Приказом Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 04.08.2023 №1493 «Об утверждении требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления информации»,

8. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

9. Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

10. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,

11. Приказом Министерства труда и социальной защиты населения Российской Федерации от 05.05.2018 №298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

12. Уставом Учреждения.

**Данная рабочая программа разработана на основе:**

1. Программа воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы» /Н. Е. Веракса, Т. С. Комарова, М.А.Васильева, М.: «Мозаика-синтез», 2011 г.

2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – С-Пб, 1997

**Срок реализации программы:** 9 месяцев.

**Возраст детей:** 3-4 года.

**Форма и режим занятий:** групповая, занятия проводятся во второй половине дня 2 раза в неделю по 20 минут.

**Формы подведения итогов реализации программы:** открытые занятия для родителей, фотоотчет, выступления с танцевальными номерами на праздниках.

**Актуальность программы.**

Что же нового предлагается в данной программе? Может, достаточно обновлять только репертуар для детей разного возраста, дополняя его современной музыкой, движениями? Безусловно, невозможно долгие годы использовать в работе один и тот же материал — например, «Танец снежинок» на музыку А.Жилина или «Парную пляску» на карельскую народную мелодию (из репертуара типовой программы), как бы хороши они ни были. Да, действительно, педагоги постоянно нуждаются в новом материале в соответствии с изменением запросов самих детей, явлений окружающей жизни, и, наконец, с потребностью все время вносить в свою работу новое, свежее. Но, пожалуй, разработка репертуара — это

бесконечный процесс, и для педагога важно не столько постоянное пополнение своего репертуарного багажа, сколько умение самостоятельно его разрабатывать, ориентируясь на возможности конкретных детей, а также цель и задачи их развития. Поэтому, предлагая практический материал, мы советуем использовать его творчески, адаптируя к условиям работы, по необходимости изменяя отдельные движения таким образом, чтобы сам педагог внутренне принял эту композицию и сумел увлечь ею своих воспитанников (однако при этом важно сохранить ее образ, логику, стиль).

Ориентация не только на развитие детей, но и на совершенствование интуиции самого педагога в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы «на себя», «на себя во взаимодействии с детьми» — вот **первая** отличительная особенность данной программы.

**Вторая** особенность — это 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). Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки. Идя от простого к сложному, от детских песен к симфоническим произведениям композиторов-классиков (М.Мусоргского, П.Чайковского, Э. Грига, К.Сен-Санса и др.), ребенок постепенно приобщается к миру прекрасного, пропуская как бы «через себя» музыку, сложный мир чувств и образов, обыгрывая своим телом музыкальную ткань произведения, его настроение и содержание и постигая при этом на телесном, зрительном и эмоциональном уровнях специфический язык средств музыкальной выразительности.

**Третья** особенность данной программы — это акцентирование внимания педагогов 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. Это прежде всего сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы, а также их подвижность. Движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

Другими словами, 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.

Итак, коротко рассмотрев основы предлагаемой программы, еще раз обратимся к самому названию, определению ведущего вида деятельности. Почему «Ритмическая пластика», а не «Ритмическая гимнастика», как у Жака Далькроза, не «Аэробика» — как у Д.Фонды, не «Музыкальное движение» — как у С.Д.Рудневой, Н.А.Ветлугиной и др.?

Отвечая на этот вопрос, мы хотим подчеркнуть еще одну особенность данной системы, включающей всевозможные телодвижения (из области гимнастики, хореографии, пантомимы, ритмики и др.), доступные детям дошкольного и младшего школьного возраста (а также педагогам, не имеющим профессиональной подготовки в области художественного движения и хореографии). В энциклопедии «Балет» ритмическая пластика характеризуется как «свободное движение, не подчиненное законам классического танца, с использованием и совмещением танцевальных и жизненных положений тела танцовщика». Там же указывается, что современный ритмический танец является «результатом взаимодействия ритмического танца, порожденного системой Э.Жака Далькроза, и пластического танца А.Дункан. В нем органично соединились два противоположных принципа: полная подчиненность внутренним закономерностям музыкальной формы, диктующей ритмическую организацию движений, и свобода пластической разработки, которая не связана с какой — либо танцевальной традицией».

Мы полагаем, что разработанный нами программный материал (музыкально-ритмические композиции) соответствует этим положениям. Разнообразие композиций по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений, позволяющее использовать их в любых формах организации работы с детьми (от утренней зарядки и физкультуры до праздничных утренников)

Мы также стремились к тому, чтобы репертуар был музыкальным, выразительным, привлекательным для детей и взрослых, будил фантазию и воображение, развивал выразительные возможности тела и, в то же время, был доступным для исполнения. Но прежде чем перейти к рассмотрению практического материала (который описан в Приложении), проанализируем цель и задачи музыкально-ритмического воспитания, а также основные принципы и условия организации работы, положенные в основу содержания данной программы.

### **1.1.Цель и задачи программы.**

Цель программы «Топотушки» – развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. И, как известно, чем раньше мы дадим



детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности. И, возможно, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки.

Как и наши предшественники, мы рассматриваем и оцениваем красоту, выразительность движения под музыку в его гармоничности, как проявление индивидуальности восприятия образа, музыкальности, и, главное, естественности самого движения. Ведь что такое правильная осанка, красивая походка? Скорее всего, это наиболее естественное и удобное положение тела во время движения, наиболее оптимальная поза. Ведь красота движения и ребенка, и взрослого, как считали древние греки, Жак Далькроз, Айседора Дункан и многие другие, прежде всего в естественности, целесообразности, непринужденности, выразительности и одухотворенности. А эти все качества раскрываются при условии гармоничного развития, единства духовного и физического.

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).

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

Поскольку речь идет о развитии детей в процессе музыкально-ритмических движений и содержание работы связано со спецификой этого вида деятельности, рассмотрим более детально ее особенности.

Во-первых, ритмика — это синтетический вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ и конкретизируют основные средства музыкальной выразительности.

Помимо единства художественного образа, настроения и характера исполнения, музыка и движение тесно взаимосвязаны также и тем, что это временные виды искусства, при этом движение, протекающее в пространстве, как бы делает зримым, осязуемым течение времени. Музыка и движения, таким образом, имеют много общих параметров, к которым относятся:

- все временные характеристики (начало и конец звучания, темп, ритм);
- динамика (чем громче музыка, тем больше амплитуда движения);
- форма произведения и композиционная структура двигательной композиции.

В связи с этой взаимообусловленностью музыки и движения, а также целями данной программы, сформулированы задачи обучения и воспитания детей.

### **Задачи программы.**

#### **Развитие музыкальности:**

развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;

развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;

развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;

развитие музыкальной памяти.

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

развитие ловкости, точности, координации движений;

развитие гибкости и пластичности;

воспитание выносливости, развитие силы;

формирование правильной осанки, красивой походки;

развитие умения ориентироваться в пространстве;

обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

#### **Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:**

развитие творческого воображения и фантазии;

развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

#### **Развитие и тренировка психических процессов:**

развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;

тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов; развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

#### **Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

воспитание умения сопереживать другим людям и животным; воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирова-

ние чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Конкретизируя содержание каждого направления, выделим самое основное в каждом из них в младшей возрастной группе.

### **1.3. Возрастные особенности детей 3-4 лет**

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), особенности протекания нервных процессов и их недостаточная зрелость 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.

В развитии психических функций детей 2-4 лет доминирует восприятие. Дети этого возраста максимально связаны с наличной ситуацией, всё их поведение импульсивно. В этом возрасте малыш еще не может управлять собой по собственному желанию, его поведение носит большей частью произвольный характер. Он очень эмоционален, однако его эмоции непостоянны, его легко отвлечь, переключить с одного эмоционального состояния на другое.

**Мышление у детей 3-4 лет** – наглядно действенное. Дети этого возраста интеллектуально развиваются при условии наглядности предметной деятельности. Во взаимодействии с взрослыми дети усваивают способы действий с разнообразными предметами.

Примерно к 3 годам у детей начинается первичная форма самосознания. Признаком этого самосознания является узнавание себя в зеркале. Далее дети называют себя по имени, а ближе к трём годам появляется местоимение «Я».

**Игровая деятельность для детей 3-4 лет** имеет существенное значение для развития, определяя их продвижение в когнитивном, личностном и социальном развитии. В сюжетно-ролевой игре дети 3-4 лет копируют многообразные виды обращения людей с предметами в различных социальных ситуациях, усваивают предметные действия, формы и нормы общения, а также ролевое поведение. Дети с помощью сюжетно-ролевых игр подготавливаются к участию в общественной жизни.

**Окружающая ребенка среда** должна быть построена таким образом, чтобы поощрять стремление ребенка к самовыражению, игровой деятельности.

**Приоритетные 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.

## 1.4. Планируемые результаты

**Показатели развития.** Важнейшим показателем уровня музыкально-ритмического развития ребенка в этом возрасте является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ. При недостаточной координации, ловкости и точности движений (что в этом возрасте встречается довольно часто) выразительность пластики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность.

Разнообразие выполняемых движений, соответствие их темпу, ритму, форме музыкального произведения свидетельствуют о высоком уровне музыкального и двигательного развития ребенка.

## 2. Содержательный раздел программы

### 2.1. Основное содержание:

#### 1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке в процессе совместных игр, движения под музыку со сверстниками, педагогами и родителями;
- обогащение слушательского опыта – узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение это в эмоциях, движениях;
- развитие умения передавать в движении характер музыки и ее настроение (контрастное: веселое-грустное, шаловливое-спокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно-быстрый – умеренно-медленный), динамику (громко-тихо), регистр (высоко-низко), ритм (сильную долю – как акцент, ритмическую пульсацию мелодии), различать 2-3-частную форму произведения (с контрастными по характеру частями).

#### 3. Развитие двигательных качеств и умений

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

*Основные:*

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

бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.);

прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», подскоки (3-й год жизни);

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

*имитационные движения* – разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый или трусливый зайчик, хитрая лиса, усталая старушка и т.д.);

*плясовые движения* – простейшие элементы народных плясок, доступных по координации, например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной ногой, «выбрасывание» ног и др.

**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;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и сверстниками.

#### **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;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, и т.д., т.е. контрастные по характеру настроения, например: «Зайчик испугался», «Мишка радуется меду» и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и умеренно медленным), формой (двухчастной) и ритмом музыки;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления – умение выполнять упражнения 1-го уровня сложности (см. прил. 2) от начала до конца, не отвлекаясь – по показу взрослого или старшего ребенка.

#### **6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения чувствовать настроение музыки, понимать состояние образа, переданное в музыкальном произведении, и выражать это в пластике (контрастные эмоции, например, «грустный Чебурашка» – «веселый Чебурашка» и др.);
- 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.

**Рекомендуемый репертуар** (из «Ритмической мозаики» А. Бурениной дополнительно к другим ритмическим упражнениям и пляскам под инструментальное сопровождение):

1-е полугодие: «Плюшевый медвежонок», «Веселые путешественники», «Рыбачок», «Чебурашка», «Маленький танец», игра «Птички и Ворона».

2-е полугодие: «Неваляшки», «Едем к бабушке в деревню», «Кузнечик», «Разноцветная игра», «Лошадки», «Белочка».

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Календарный учебный план-график.

Возраст детей: 3-4 года

Блоки программы	Период прохождения материала	Количество НОД	Репертуар
«Любимые игрушки»	Сентябрь	6	Разминка «Куколка» Разминка «Зайчик»
«В гостях у сказки»	Октябрь	10	Разминка Плюшевый медвежонок Птички и ворона
	Ноябрь	8	Чебурашка Рыбачок
«Народный артист»	Декабрь	8	Раз – ладошка Весёлые путешественники
	Январь	7	Ёжик Кузнечик
	Февраль	8	Автобус Едем к бабушке в деревню Лошадки
«Музыка и время»	Март	8	Белочка Поросята
	Апрель	9	Разноцветная игра Белые кораблики
«Весна и дети»	Май	8	«Ах, какие Бабочки», «Солнечные зайки»
Итого НОД: 72			

#### 3.2. Сюжетно-тематическая характеристика репертуара программы «Топотушки»

Тема	Композиция	Варианты включения в другие виды деятельности
Мир игрушек	«Кукла», «Танец Кукол и Мишки», «Танец Колокольчиков» и др.	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения

Любимые персонажи мультфильмов	«Чебурашка», «Три поросенка» и др.	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
В мире сказок	«Красная Шапочка», «Поросята», «Бальный танец», «Танец Месяца и Звездочек» и др.	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
Природа и животные	«Упражнение с осенними листьями», «Дети и природа», «Белые кораблики», «Белочка»	Интегрированные занятия, праздники и развлечения
Юмор и шутка	«Два барана», «Кошки-Мышки», «Раз – ладошка», «Антошка», «Кошка и Девочка» и др.	Интегрированные занятия, праздники и развлечения
Путешествия	«Автобус», «Вместе весело шагать»	Интегрированные занятия, праздники и развлечения, вводная часть занятий
Настроения в музыке и пластике	«Осенний парк», «Лирический танец» и др.	Занятия по изобразительности, интегрированные занятия
Любимые песни малышей, а также их мам и бабушек	«Рыбачок», «Цыплята» и др.	Семейные праздники и развлечения
Парные танцы	«Маленький танец», «Старинная полька»	Интегрированные занятия, праздники и развлечения
Сюжетные танцы	«Танец Месяца и Звездочек», «Танец Вьюги и Снежинок»	Театрализованные представления, праздники и развлечения
Композиции физкультурной направленности	«Танцкласс», «Мельница», пластические этюды на музыку А. Петрова, «Кошки-Мышки» и др.	Комплексы общеразвивающих упражнений. Физкультурные занятия, праздники
Игры и этюды	«Козочки и Волк», «Птички и Вороны», «Пляска-игра с крокодилом Геной»	Интегрированные занятия, праздники и развлечения

### Этапы работы над сюжетным танцем

1. *Знакомство с произведением.* Цель: познакомить с новым произведением, выявить его особенности

- Слушают произведение, анализируют. Отвечают на вопросы: какая музыка? Какое настроение? Кого можно представить? Какой характер персонажа? Какие средства выразительности использованы в музыке?

- Образный рассказ педагога
- Детям предлагается «показать» рассказ

2. *Разучивание танцевальных движений.* Цель: разучить танцевальные движения, используя выразительные средства мимики, пантомимики.

- Выразительный показ педагога и знакомство с движениями
- Словесные пояснения выразительных средств для осознанного выполнения движений

- Показ сверстниками движений, комбинаций
- Прием «провокаций»
- Этюды

3. *Постановка танца.* Цель: запомнить рисунок танца, последовательность выполнения танцевальных движений, комбинаций.

#### **Структура занятия.**

Занятие состоит из трех частей. Первая часть – разминка, где используются упражнения на все группы мышц. Вторая часть – непосредственно работа над танцевальными движениями. Третья часть – работа по разучиванию танца. Цель занятия, содержание, виды деятельности зависят от этапа, на котором находится работа по освоению танца.

#### **Основные принципы занятий**

1. *Наглядность.* Показ физических и танцевальных движений, подражание, имитация известным детям движений.

2. *Доступность.* Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая уровень развития детей.

3. *Систематичность.* Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнение техники их выполнения.

4. *Закрепление навыков.* Многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий. Танец – искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического развития детей. Движение. Танец. Здоровье. Эти понятия неотделимы друг от друга, переходят одно в другое. Танец предоставляет огромные возможности для решения проблем, связанных со здоровьем детей.

В процессе ритмических занятий все эти движения постепенно совершенствуются, становятся более свободными, ритмичными, координированными, выразительными, пластичными. Участие в ритмических и гимнастических упражнениях, в играх и танцах способствует правильному физическому развитию детей. Выбор гимнастических упражнений и регулирование физической нагрузки зависит от возрастных особенностей детей.

Для занятий ритмопластикой очень важным, если не первостепенным, является музыкальное сопровождение. В процессе обучения необходимо



использовать различные мелодии, которые отличаются не только по жанру или стилю, но также имеют разный темп и ритм. При этом все мелодии должны быть рассчитаны на возрастную категорию занимающихся детей, а значит, быть понятными для них. Чем старше детки в группе, тем сложнее могут быть мелодии. Движения в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Важным в занятиях детской ритмикой является элемент игры. Танцевальная деятельность в дошкольном возрасте оказывает существенное влияние на темп и качество физического развития. Известно, что танец благодаря постоянным физическим упражнениям, развивает мышцы, придает гибкость и эластичность корпусу, т.е. является мощным фактором, влияющим на становление детского организма

### **3.3. Материально-технические условия реализации программы:**

Наличие просторного зала с ковром и стульями, музыкального инструмента (рояль), звуковоспроизводящей аппаратуры (музыкальный центр), дисков, флеш-карт с аудиозаписями, нот, реквизита (ленты, флажки, цветы, мячи и т. п.)

### **3.4 Список литературы**

1. Программа воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы»/ Н. Е. Веракса, Т. С. Комарова, М.А.Васильева, М.: «Мозаика-синтез», 2011 г.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – С-Пб, 1997
3. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности — М.,1966.
4. Бехтерев В.М. Основы учения о функциях мозга. — СПб., 1905. — Т.5,7.
5. Ветлугина Н.А.Музыкальное развитие ребенка. — М.: Просвещение, 1967.
6. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. — М.: Просвещение, 1985.
7. Вест Клер. Источник Энергии. — М.: ТОО "ТП", 1998.
8. Выготский Л.С. Психология искусства — М.,1986.
9. Гальперин П.Я. К вопросу о роли установки в мышлении // *Intentio*. — 1994. — Вып. 2-С. 4-25.
10. Далькроз Э.Ж. Ритм. Его воспитательное значение для жизни и искусства. 6-я лекция. СПб — 1922.
11. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. — М., 1960.
12. Ильина Г.А.Особенности развития музыкального ритма у детей // *Вопросы психологии*. - 1961. — №1 - С.119-132.
13. Кречмер Ф. Строение тела и характер. — М.,1995.

14. Кручинин В.А. Ритмика в специальной школе: Метод, рекомендации. — Педагогическое общество РСФСР, Горьковское отделение, 1990.
15. Лисицкая Т. Пластика, ритм. — М.: Физкультура и спорт, 1985.
16. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. — М.: Академия, 1999.
17. Розенбаум Д.А. Когнитивная психология и управление движением: сходство между вербальным и моторным воспроизведением // Управление движениями. — М., 1990.
18. Ротэрс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М.: Просвещение, 1989.
19. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — М., 1946.
20. Руднева С.Д., Пасынкова А.В. Опыт работы по развитию эстетической активности методом музыкального движения // Психологический журнал. — 1982. — Т.3. №3. - С.84-92.
21. Тешюв Б.М. Избранные труды. Т. 1: Психология музыкальных способностей. — М., 1985.
22. Фильденкрайз М. Осознавание через движение. — М., 1994.
23. Шевченко Ю.С. Музыкалотерапия детей и подростков // Психокоррекция: теория и практика. — М., 1995.

24.

#### **4. Лист изменений и дополнений**