

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение
«Детский сад №245»

Принято
на заседании
Педагогического совета
Протокол от 31.08.2026 № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №245»

Л.С.Захарова
Приказ от 31.08.2026 №100-осн.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Танцевально-игровая ритмика «Топотушки»**

Направленность: художественная
Срок реализации: 8 месяцев
Возраст обучающихся: 3-5 лет
Автор - составитель: Кузнецова Е.С.,
Музыкальный руководитель

Барнаул
2026

Содержание:

1. Целевой раздел.....	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1. Цель и задачи программы.....	8
1.3. Возрастные особенности детей 3-5 лет	11
1.4. Планируемые результаты	11
2. Содержательный раздел программы	12
2.1. Основное содержание:	12
3. Организационный раздел.....	14
3.1. Календарный учебный план-график	14
3.2. Календарно-тематическое планирование программы “Топотушки”	14
3.3. Сюжетно-тематическая характеристика репертуара программы “Топотушки”	18
3.4. Материально-технические условия реализации программы:	20
3.5. Список литературы.....	21
4. Лист изменений и дополнений.....	23

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 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 непростом 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:**

Федеральным законом от 29.12.2012. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

Законом Российской Федерации от 07.02.1992 №2300-1 «О защите прав потребителей»,

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»,

Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.09.2020 №1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»,

Постановлением Правительства Российской Федерации от 21.08.2026 №1053 «О внесении изменения в постановление правительства российской федерации от 15 сентября 2020 г. N 1441»

Приказом Министерства образования и науки РФ от 25.10.2013 №1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам»,

Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 16.09.2020 №500 ««Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам»,

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»,

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

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

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 №19 «Об утверждении санитарных правил 2.4.2. 4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

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

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: 8 месяцев.

Возраст детей: 3-5 лет.

Форма и режим занятий: групповая, занятия проводятся во второй половине дня 2 раза в неделю по 15-20 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 психики 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, осязаемым 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, формирование 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 3-5 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 3-5 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 3-5 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 3-5 лет имеет существенное значение для развития, определяя их продвижение в когнитивном, личностном и социальном развитии. В сюжетно-ролевой игре дети 3-5 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).

2. 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: 3-5 лет

Блоки программы	Период прохождения материала	Количество НОД	Репертуар
«Любимые игрушки»	Сентябрь	3	Разминка «Куколка» Разминка «Зайчик»
«В гостях у сказки»	Октябрь	9	Разминка Плюшевый медвежонок Птички и ворона
	Ноябрь	8	Чебурашка Рыбачок
«Народный артист»	Декабрь	9	Раз – ладошка Весёлые путешественники
	Январь	6	Ёжик Кузнечик
	Февраль	7	Автобус Едем к бабушке в деревню Лошадки
«Музыка и время»	Март	9	Белочка Поросята
	Апрель	8	Разноцветная игра Белые кораблики
«Весна и дети»	Май	5	«Ах, какие Бабочки», «Солнечные зайки»
Итого НОД: 64			

3.2. Календарно-тематическое планирование программы «Топотушки»

№ п/п	Форма проведения	Тема	Место проведения
Сентябрь			
1.	Вводное занятие	«Любимые игрушки»	Муз.зал
2.	тренировка	«Любимые игрушки»	

3.	тренировка	«Любимые игрушки»	Муз.зал
Октябрь			
1.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
2.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
3.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
4.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
5.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
6.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
7.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
8.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
9.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
Ноябрь			
1.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
2.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
3.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
4.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
5.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
6.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
7.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
8.	тренировка	«В гостях у сказки»	Муз.зал
Декабрь			
1.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
2.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
3.	тренировка	«Народный	Муз.зал

		артист»	
4.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
5.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
6.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
7.	Подготовка к новогоднему утреннику	«Народный артист»	Муз.зал
8.	Подготовка к новогоднему утреннику	«Народный артист»	Муз.зал
9.	Подготовка к новогоднему утреннику	«Народный артист»	Муз.зал
Январь			
1.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
2.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
3.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
4.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
5.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
6.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
Февраль			
1.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
2.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
3.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
4.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
5.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
6.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал
7.	тренировка	«Народный артист»	Муз.зал

Март			
1.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
2.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
3.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
4.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
5.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
6.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
7.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
8.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
9.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
Апрель			
1.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
2.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
3.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
4.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
5.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
6.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
7.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
8.	тренировка	«Музыка и время»	Муз.зал
Май			
1.	тренировка	«Весна и дети»	Муз.зал
2.	тренировка	«Весна и дети»	Муз.зал
3.	тренировка	«Весна и дети»	Муз.зал
4.	Подготовка к	«Весна и	Муз.зал

	итоговому занятию	дети»	
5.	Итоговое занятие	«Весна и дети»	Муз.зал
ИТОГО:	64 занятия		

3.3. 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	«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 известных 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

3.4. 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.)

3.5 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. Музыка́терапия детей и подростков // Психокоррекция: теория и практика. — М., 1995.

4. Лист изменений и дополнений