

бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Омска  
«Центр развития ребёнка – детский сад №311»

Принято на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 3 от 07.04.2021 г.

Согласовано на заседании  
родительского комитета БДОУ  
Протокол №3 от 7 апреля 2021г.

Утверждена  
Заведующий БДОУ г. Омска  
«Центр развития ребенка –  
детский сад № 311»  
\_\_\_\_\_ И.В. Дорошенко  
Приказ № 17-ОД от 08.04.2021 г

## **Программа дополнительного образования**

### **двигательной деятельности**

#### **«Азбука танца»**

#### **для детей 5-7 лет**

**(Рабочая программа разработана на основе авторской программы А.И.  
Бурениной)**

Содержание:

Пояснительная записка.....	3
Отличительные особенности программы.....	5
Мониторинг развития детей.....	8
Учебно-тематический план и содержание, первый год обучения.....	10
Второй год обучения.....	12
Третий год обучения.....	14
Материально-техническое обеспечение.....	16
Список литературы.....	17

## Пояснительная записка

Данная образовательная программа разработана с использованием программы А.И.Бурениной по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» и направлена на развитие ритмических способностей дошкольников.

Универсальность программы А.И.Бурениной - в синтезе пластики, интеграции различных видов художественной деятельности, формировании ребёнка через освоение собственного тела как выразительного («музыкального») инструмента.

Занятия ритмикой помогают развить музыкальный слух и чувство ритма, выработать умение красиво и выразительно двигаться, укрепить различные группы мышц, развить двигательные качества ребёнка (гибкость, силу, координацию движений).

Музыкальные игры и танцы помогают развивать эмоциональность и образность восприятия музыки, мелодический и гармонический слух, ощущение музыкальной формы, музыкальную и моторную память. Сюжеты, образы музыкальных игр и плясок конкретизируют для детей содержание музыкального произведения, помогают более глубоко его пережить.

Занятия ритмикой учат детей владеть своим телом, координировать движения, согласовывать их с содержанием музыки.

Специально подобранные упражнения способствует выработке хорошей осанки, ритмичности, координации движений рук и ног, легкости шага.

Движение, связанное с музыкой, всегда сопровождается эмоциональным подъемом, поэтому оно благотворно влияет и на физическое развитие детей.

Музыкально-двигательные упражнения, помогая прививать детям, двигательные навыки и умения, необходимые при передаче в движениях музыкальных впечатлений.

Игровой характер музыкально-двигательных упражнений помогает детям воспринимать музыку и выразительнее, более четко выполнять движения. Значительное место в работе занимают упражнения, передающие воображаемые действия и изобразительные движения, при выполнении которых детям приходится активизировать свою зрительную память, наблюдательность, воображение «срывать цветы», «полоскать платок».

Помогают созданию образа и атрибуты. Разнообразные методические приемы, применяемые при ознакомлении детей с танцевально - ритмическими движениями способствуют развитию музыкального

восприятия детей, улучшают координацию и эмоциональность их движений, развивают у детей самостоятельность и творческую активность.

### **Новизна программы**

Поскольку музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности. Однако, имея одну и ту же направленность, программы могут преследовать различные цели. Важно, чтобы каждый педагог, работая по той или иной программе, осознавал приоритетные цели и задачи своей деятельности и имел представление об ожидаемом результате. Основная направленность программы «Ритмическая мозаика» - это целостное развитие личности ребёнка в музыкально-ритмической деятельности. Погружение в музыкальное движение способствует психологическому раскрепощению ребёнка, и таким образом, через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента у детей развивается музыкальный слух, потребность в импровизированных движениях под музыку, что, в свою очередь, раскрывает творческий потенциал ребёнка, способствует проявлению его индивидуальности. В этом отличительная особенность, уникальность и новизна программы.

Актуальность программы состоит в том, что в процессе занятий кружка дети получают сведения о танцевально-ритмических движениях. Они осваивают характер движения, выразительное, эмоционально - содержательное и технически правильное его исполнение. В процессе повышается уровень общего и художественного развития детей, познавательный интерес, обогащается двигательный опыт ребёнка разнообразными видами движений, развиваются физические качества ребёнка. В процессе занятий развивается воображение и фантазия, возрастает творческая самостоятельность, тренируются психические процессы: внимание, мышление, память, а также формируются перспективы дальнейшего развития. Через занятия по программе «Ритмическая мозаика» идёт раскрытие творческого потенциала ребёнка, приобщение к музыкальному искусству, формирование художественно-эстетического вкуса.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Педагогическая целесообразность программы «Ритмическая мозаика» обусловлена своей нацеленностью на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие детей. Занятия музыкальными движениями оказывают положительное успокаивающее действие на нервную систему ребёнка, являясь источником положительных эмоций. Движение под музыку

является для ребёнка одним из самых привлекательных видов деятельности – игрой – возможностью выразить свои чувства и реализовать свою энергию, и поэтому они педагогически целесообразны, так как в целом благотворно влияют на состояние ребёнка, его образование и воспитание.

### **Цель программы**

Цель программы «Ритмическая мозаика: целостное развитие ребёнка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей и качеств личности: музыкального слуха и мышления, эмоциональности и воображения, гибкости мыслительных процессов и внимания, способности к осознанным и выразительным движениям и импровизации.

### **Задачи программы**

Взаимообусловленность музыки и движения, а также цели данной программы определяют следующие задачи:

- Развитие музыкальности:
  - развитие способности воспринимать музыку, то есть, чувствовать её настроение и характер, понимать её содержание;
  - развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства ритма;
  - развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
  - развитие музыкальной памяти.
- Развитие двигательных качеств и умений:
  - развитие ловкости, точности, координации движений, выносливости;
  - развитие гибкости и пластичности;
  - формирование правильной осанки, красивой походки;
  - развитие умения ориентироваться в пространстве;
  - формирование навыков выполнения разнообразных видов движений в соответствии с возрастными возможностями.
- Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:
  - развитие творческого воображения и фантазии;
  - развитие способности к импровизации в движении под музыку.
- Развитие и тренировка психических процессов:
  - развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
  - развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления;
- Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:
  - воспитание умения вести себя в группе во время движения;

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

### **Отличительные особенности программы**

В основе программы «Ритмическая мозаика» лежит идея использования музыкально-ритмических движений как средства психологического раскрепощения личности. Она ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование мастерства педагогов, поскольку способствует формированию индивидуального стиля общения и взаимодействия, - такова ее первая отличительная особенность.

Вторая особенность программы - это использование в качестве музыкального сопровождения целостных произведений: в записи и в «живом» исполнении (а не отрывков, как это принято во время исполнения традиционных музыкально-ритмических упражнений). Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии. Переходя от простого к сложному, от детских песен к симфоническим произведениям композиторов-классиков (Э. Грига, К. Сен-Санса, М.П. Мусоргского, П.И. Чайковского), ребенок постепенно приобщается к миру прекрасного, постигая на телесном, зрительном и эмоциональном уровне специфический язык музыки.

И, наконец, третья особенность программы – это ее сконцентрированность не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (формировании двигательных умений), сколько на анализе и совершенствовании тех внутренних (эмоциональных) процессов, которые являются регулирующей основой движения. Иными словами, данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагогов – формой активного обучения навыкам поведения и развития личности.

### **Сроки реализации программы**

Программа «Ритмическая мозаика» рассчитана на 3 года обучения и ориентирована на детей от 5 до 7 лет без специальной подготовки. Реализация программы будет успешной, эффективной при соблюдении некоторых важных условий:

- мотивации детей к активной музыкально-ритмической деятельности (дети должны получать истинное удовольствие от движений под музыку);
- партнерских, доверительных взаимоотношений между взрослыми и детьми;
- использование лучших образцов музыкально-ритмического репертуара на основе народной, классической, высокохудожественной детской современной музыки.

## **Режим занятий**

Занятия проводятся два раз 2 в неделю (64 часа в год), продолжительность занятий 30 минут.

Формы организации деятельности учащихся на занятиях:

- групповая
- подгрупповая
- индивидуально-групповая
- индивидуальная

Формы занятий:

- непосредственная образовательная деятельность
- самостоятельная деятельность детей
- творческая деятельность детей
- занятия – сказки
- занятия – игры
- открытие занятия
- праздники

Методы и приемы, помогающие осуществлять индивидуальный подход:

- наглядно- зрительные (двигательный показ под музыку элементов танцев; сюжетно-образных движений);
- словесные (образный рассказ о новой игре, танце, пояснения в ходе выполнения движений);
- практические (многократное выполнение движения, упражнения для развития музыкально-ритмических навыков детей (изменение движений в соответствии с изменением характера музыки, темповых изменений);
- игровые (образно-ролевые, музыкально-дидактические, творческие);
- ИКТ.

Выбор метода и приема зависит иногда от воспитательных задач, общих или ближайших, от подготовленности и возраста детей.

## **Ожидаемые результаты:**

К концу обучения, в результате освоения содержания программы по ритмической пластике воспитанники:

- овладевают разнообразным комплексом музыкально-ритмических движений;
- приобретают способность двигаться в соответствии с музыкой, её характером и средствами выразительности;
- развивают точность, координацию движений и другие двигательные качества и умения;
- достигают возможной пластичности движений;
- развивают слуховое внимание музыкальную и двигательную память;

- тренируют интеллектуальные и эмоциональные процессы;
- развивают способность к самовыражению в музыкальном движении, импровизации, проявляя творческое воображение;
- приобретают навыки позитивной социализации.

Самым главным результатом музыкально-ритмического воспитания нужно считать развитие любви и интереса детей к музыке и ритмическим движениям!

Формы подведения итогов реализации программы:

- проведение открытых мероприятий:
- открытого занятия;
- концерта;
- праздника.

### **Мониторинг развития детей в музыкально-ритмической деятельности**

Соответствие результата программным целям показывает качество образовательного процесса. Для педагога важно иметь объективную картину развития каждого ребёнка, поскольку на основе диагностических данных выстраивается индивидуальный образовательный маршрут, корректируется содержание работы, подбирается и адаптируется музыкально-ритмический репертуар, намечаются целевые ориентиры.

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

Метод диагностики: систематическое наблюдение проявлений детей в процессе движения под музыку в условиях выполнения специально подобранных упражнений и различных игровых заданий.

#### *Карта диагностики уровня музыкально-ритмического развития ребёнка*

Ф.И. ребёнка	Параметры														Итоговый результат	
	1		2		3		4		5		6		7			
	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V

#### *Критерии оценки параметров*

№ п/п	Параметры	Критерии оценки
1	Интерес к движениям под музыку	Оценивается устойчивость и выраженность интереса ребёнка к музыкально-ритмическим движениям.
2	Музыкальность	Оценивается соответствия исполнения движений музыке (характеру и средствам

		выразительности)
3	Эмоциональность	Оценивается выразительность мимики и пантомимики.
4	Креативность	Оценивается умение импровизировать на основе усвоенных движений, а также придумывать собственные.
5	Развитие двигательных навыков	Оценивается качество и уверенность исполнения разнообразных видов движений (основные, имитационные, танцевальные и т.д.)
6	Формирование двигательных качеств	Оценивается координация, точность, лёгкость движений, гибкость и пластичность исполнения.
7	Подвижность, лабильность нервных процессов	Оценивается умение переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой, её темпом, ритмом, динамикой. Умение менять направление движения, перестраиваться.

В процессе оценки можно использовать различные шкалы (3-5-10 балльные) либо уровни (высокий, средний, низкий) – принципиального значения для вывода об общем уровне развития ребёнка это не имеет. Педагогическая диагностика является субъективной оценкой, поэтому важно не количество баллов, а выраженность динамики развития. Показатели развития детей не всегда свидетельствуют о качестве работы педагога.

**Учебно-тематический план и содержание работы по программе  
«Ритм»  
Учебный план  
Первый год обучения  
(октябрь – май, 8 занятия в месяц)**

Раздел (тема)	Количество часов							
	X	XI	XII	I	II	III	IV	V
Основные движения	1	1	1	1	1	1	1	1
Плясовые движения		1	1	1	1		2	1
Хореографические упражнения	1	2	1	2	1	2	1	1
Ритмическая гимнастика	2	1	1	1	2	1	1	1
Партерная гимнастика	1	1	2	2	1	1	1	2
Музыкально-ритмические игры и этюды	1	1	1	1	1	1	1	
Театрализованная ритмопластика			1		1	1		1
Творчество в движении		1		1		1		
Диагностика	2			1				1
Открытые занятия							1	
Итого в месяц	8	8	8	8	8	8	8	8
Всего занятий в год	64 часа							

**Содержание работы  
Первого года обучения**

Название раздела (темы)	Содержание работы	Музыкально- ритмический репертуар
Основные движения	Ходьба на носках, топающим шагом, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, легкий бег, передающий различный образ, прямой галоп.	«Марш», «Поросята», «Вместе весело шагать», «Салют», «Раз – два – три», «Самолёты – вертолёты», Мячик»
Плясовые движения	Элементы народных и современных танцев (повороты, полуприседания, приставной шаг, хлопки, наклоны, махи, «тарелочки», «полочка» и др.)	«Калинка», «Маленькая полька», «Пони», «Танец малышек - почемучек», «Чик и Брик»
Хореографические упражнения	Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и	«Волшебный цветок», «Упражнение с

	симметричные)	цветами», «Вальс», «Жаворонок»
Ритмическая гимнастика	Выносливость при выполнении последовательности движений в различных темпах и ритмах	«Красная Шапочка», «Кот Леопольд», «Танцуйте сидя»
Музыкально-ритмические игры и этюды	Разнообразные образноигровые движения (имитационные), раскрывающие понятный детям образ предмета или явления	«Антошка», «Рыбачок», «Колыбельная», «Козочки и волк», «Хлопайте в ладоши»
Театрализованная ритмопластика	Создание музыкально-ритмических композиций в контексте литературного текста (сказка, рассказ, загадки, потешки).	Занятия – сказки: «В стране загадок», «Добрая хозяйюшка», «Маша и медведь»
Творчество в движении	Исполнение знакомых движений под другую музыку, умение находить свои оригинальные движения	«Найди себе пару», «Четыре таракана и сверчок», «Разноцветная игра»

**Учебный план**  
**Второй год обучения**  
**(октябрь – май, 8 занятия в месяц)**

Раздел (тема)	Количество часов							
	X	XI	XII	I	II	III	IV	V
<b>Основные движения</b>	1	2	1	1	1	1	1	1
<b>Плясовые движения</b>		1	1		1			1
<b>Хореографические упражнения</b>	2	2	2	1	1	1	2	
<b>Ритмическая гимнастика</b>			1	2	1	1	1	1
<b>Партерная гимнастика</b>	2	1	1	2	1	1	1	2
<b>Музыкально-ритмические игры и этюды</b>	2	1	2	1	2	2	2	1
<b>Театрализованная ритмопластика</b>					1	1		
<b>Творчество в движении</b>		1		1		1		1
<b>Диагностика</b>	1							1
<b>Открытые занятия</b>							1	
<b>Итого в месяц</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
<b>Всего занятий в год</b>	<b>64 часа</b>							

**Содержание работы  
Второго года обучения**

Название раздела (темы)	Содержание работы	Музыкально-ритмический репертуар
Основные движения	Ходьба на пятках, «с каблучка», «высокий шаг», «гусиный шаг», широкий бег, пружинящий бег, прямой и боковой галоп, подскоки, вариации прыжков.	«Воздушная кукуруза», «Карнавальное шествие», «Мячик», «Озорники», «Птичка польку танцевала»
Плясовые движения	Элементы народных плясок и детского бального танца, упражнения, включающие разнонаправленные движения для рук и ног.	«Старинная полька», «Менуэт», «Кремена», «Домисолька», «Все мы делим пополам», «Парный танец»
Хореографические упражнения	Упражнения на развитие гибкости и пластичности, координации рук и ног, варианты хореографического поклона.	«Упражнения с осенними листьями», «Светит месяц» «Танцкласс»
Ритмическая гимнастика	Танцевальные упражнения из современных ритмических танцев, разнообразные сочетания ритмических движений.	«Три поросенка», «Метель», «Ручеек с платочком», «Хлопайте в ладоши»
Музыкально-ритмические игры и этюды	Перестроения за ведущим на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и т.д.)	«Птичий двор», «Упражнение с обручами», «Танец – приглашение»
Театрализованная ритмопластика	Различные образно-игровые движения, раскрывающие состояние и динамику настроений конкретного образа.	Занятия – сказки: «Мишка – чемпион», «Золушка», «Гадкий утенок»
Творчество в движении	Импровизация плясовых движений и их комбинации, самостоятельные поиски пластического образа.	«Весёлые пары», «Ай, да сапожники», «Два барана», «Игра в козла», «Шутка»

**Учебный план**  
**Третий год обучения**  
**(октябрь – май, 8 занятия в месяц)**

Раздел (тема)	Количество часов							
	X	XI	XII	I	II	III	IV	V
<b>Основные движения</b>	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Плясовые движения</b>	1		1	1		1		1
<b>Хореографические упражнения</b>	2	2	2	1	2	2	2	2
<b>Ритмическая гимнастика</b>			1	1	1		1	1
<b>Партерная гимнастика</b>	2	1	1	2	2	2	1	1
<b>Музыкально-ритмические игры и этюды</b>	1	1	2	1	2		1	1
<b>Театрализованная ритмопластика</b>		1		1		1	1	
<b>Творчество в движении</b>		1		1		1		1
<b>Диагностика</b>	1							1
<b>Открытые занятия</b>							1	
<b>Итого в месяц</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
<b>Всего занятий в год</b>	<b>64 часа</b>							

**Содержание работы**  
**Третьего года обучения**

Название раздела (темы)	Содержание работы	Музыкально- ритмический репертуар
Основные движения	Ходьба вперед и назад (спиной), с ускорением и замедлением, ходьба на четвереньках, острый бег с остановками, разнообразные сочетания прыжков на одной и на двух ногах.	«Марш», «Улыбка», «Дважды два четыре», «Топ-хлоп», «Раз-два-три», «Две лягушки», «Песенка о лете», «Торжественный Выход»
Плясовые движения	Танцевальные упражнения, включающие сложные циклические движения: шаг польки, переменные шаг, вальсовый шаг, шаг «с каблучка»	«Деревенская полька», «Полкис», «Полонез», «Вальс», «Цыганочка», «Восточный танец», «Кадриль»
Хореографические упражнения	Движения по позициям рук и ног, упражнения на развитие	«Красный сарафан», «Танец цветов и

	гибкости и пластичности с предметами и без них.	бабочек», «Упражнения с обручами»
Ритмическая гимнастика	Комплекс упражнений на различные группы мышц и различный характер, способ движения, на развитие точности и ловкости движений.	«Кукляндия», «Валентинки», «Чунга-чанга», «Маляры», «Танцкласс», «Дети и природа»
Музыкально-ритмические игры и этюды	Общеразвивающие, плясовые, имитационные движения в игровой ситуации, упражнения на ориентировку в пространстве.	«Танец-игра с предметами», «Найди пару», «Танец – перестроение»
Театрализованная ритмопластика	Упражнения на создание музыкально-двигательного образа, выражение различных эмоций в мимике и пантомимике	Занятия – сказки: «Краденое солнце» «Госпожа Метелица», «В стране загадок»
Творчество в движении	Сочинение несложных плясовых движений, построение композиций, отражение в речи своих творческих проявлений.	«Игра с мячом», «Упражнение с цветами», «Мельница», «Осенний парк»

Материально-техническое обеспечение программы  
(перечень оборудования к программе):

1. Аудиотехника:

- музыкальный центр
- диски, флеш карта

2. Иллюстративный наглядный материал:

- картинки, передающие конкретные танцы и танцевальные шаги
- картинки, показывающие двигательный образ

3. Методическая литература:

- книги, пособия, журналы

4. Предметы для основных движений и общеразвивающих упражнений:

- ленточки
- обручи
- палки
- колечки
- султанчики и т.д.

5. Атрибуты для танцев:

- платочки
- шарфики
- цветы
- листья
- веера и т.д.

6. Музыкальные инструменты:

- погремушки
- маракасы
- ритмические палочки и др.

8. Элементы костюмов:

- шляпы
- жилетки
- плащи
- накидки и др.

9. Игрушки:

- куклы
- мягкие игрушки и др.

10. Декорации для открытых мероприятий:

- стойки
- настенные изображения
- деревья
- домики и др.

## 11. Предметы для украшения (оформления) зала:

- цветы
- декоративные ленты
- подвески
- вазы
- корзины и др.

Литература:

1. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет. СПб., «Музыкальная палитра», 2012.
2. Буренина А.И. «Коммуникативные танцы-игры для детей». – СПб., «Музыкальная палитра», 2004.
3. Матяшина А.А. «Путешествие в страну «Хореография»». Программа развития творческих способностей детей средствами хореографического искусства. – М., «Владос», 1999.
4. Новикова Г.П. «Эстетическое воспитание и развитие творческой активности дошкольников». - М., «Аркти», 2002.
5. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» танцевально-игровая гимнастика для детей» - СПб., «Детство-пресс», 2000.