



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ПСКОВА
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ
ПОЗНАВАТЕЛЬНО – РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ № 25 «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК»

180016 г. Псков Рижский пр. 56 «б»

т. 57 – 16 – 19

т. 57 – 37 – 08

Программа для детей 3-5 лет по музыкальной ритмике



Войко Н.А.
музыкальный руководитель МБДОУ №25;
Борозённая Н.М.
музыкальный руководитель МБДОУ №25.

Срок реализации
программы: 5 лет.

Псков

Пояснительная записка.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью. Поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игровой, танцев и т.д. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности – античной Греции и Древней Индии. Уже тогда ценились оба ее компонента – гимнастика и ритмический танец.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально-ритмическая гимнастика или музыкальная ритмика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы человека.

Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Музыкальная ритмика оказывает содействие всестороннему развитию личности ребенка.

Основными задачами данной программы являются:

1. Укрепление здоровья:
 - содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма;
 - формировать правильную осанку;
 - содействовать профилактике плоскостопия;
 - развивать опорно-двигательный аппарат, глазомер, периферическое зрение.
2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:
 - развивать мышечную силу, гибкость, выносливость;
 - содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
 - развивать мелкую моторику.
3. Развитие творческих способностей:
 - развивать мышление, воображение, познавательную активность;
 - формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку.

Занятия ритмикой и танцами чрезвычайно важны для формирования положительных черт характера, эмоционально-волевых качеств личности. Тактильный контакт, осуществляемый при выполнении упражнений, еще более способствует развитию доброжелательных отношений между детьми и, тем самым, нормализации социального климата в детской группе. Ценность и польза упражнений, танцев и игр очевидна. Использовать их можно в самых разнообразных формах работы с детьми – и на занятиях, и на праздниках, и на развлечениях.

Еще одно важнейшее направление использования данных занятий – это коррекционная работа с детьми. Поскольку данные упражнения, танцы, игры являются доступными и в тоже время привлекательными, вызывающими яркие положительные эмоции, их можно включать и в коррекционную работу с детьми. Как известно, особый ребенок, как правило, страдает многими сопутствующими отклонениями: он зажат (или излишне расторможен), у него неадекватная самооценка и, как следствие, проблемы в общении. В несложных, но веселых упражнениях, танцах, играх дети получают радость от самого процесса движения под музыку, от того, что у них все получается. Все это дает прекрасный эффект в коррекции развития особых детей.

Программа рассчитана на детей 3-5 лет и состоит из 8 занятий в месяц, которые проводятся 2 раза в неделю продолжительностью 20 минут с сентября по май в музыкальном зале с использованием атрибутов (кубики, мячи, обручи, гантели) и музыкальных инструментов (погремушки, бубны, ложки, колокольчики). Занятия проводятся с музыкальным сопровождением стоя или сидя на ковриках.

Общая структура занятий.

1. Приветствие.
2. Повторение основных упражнений предыдущего занятия.
3. Основное содержание занятия.
4. Игры.
5. Танцы.
6. Прощание.



**Перспективное планирование занятий
по музыкальной ритмике во 2 младшей группе (3-4 года)**

Месяц	Содержание
Сентябрь	<ol style="list-style-type: none">1. Приветствие.2. Поклон.3. Марш, бег.4. Основные упражнения без атрибутов.5. Игра на музыкальных инструментах (погремушки).6. Игра – хоровод.7. Поклон – прощание.
Октябрь	<ol style="list-style-type: none">1. Приветствие.2. Поклон.3. Марш, бег, хоровод.4. Основные упражнения без атрибутов.5. Игра на музыкальных инструментах (бубны, ложки).6. Игра с бегом.7. Танец.8. Поклон – прощание.
Ноябрь	<ol style="list-style-type: none">1. Приветствие.2. Поклон.3. Марш, бег, пружинка.4. Основные упражнения без атрибутов.5. Основные упражнения сидя.6. Игра на музыкальных инструментах (коробочки).7. Танец.8. Поклон – прощание.
Декабрь	<ol style="list-style-type: none">1. Приветствие.2. Поклон.3. «Веселые путешественники»4. Основные упражнения без атрибутов.5. Основные упражнения сидя.6. Игра с прыжками.7. Танец.8. Поклон – прощание.
Январь	<ol style="list-style-type: none">1. Приветствие.2. Поклон.

	<ol style="list-style-type: none"> 3. «Веселые путешественники» 4. Основные упражнения с кубиками. 5. Основные упражнения, сидя с кубиками. 6. Игра с бегом. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Февраль	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. «Едем на поезде» с кубиками. 4. Основные упражнения с обручами. 5. Основные упражнения, сидя с кубиками. 6. Игра на музыкальных инструментах (погремушки, бубны). 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Март	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. «Веселые путешественники». 4. Основные упражнения с мячами. 5. Основные упражнения, сидя с мячами. 6. Игра - хоровод. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. «Едем на поезде». 4. Основные упражнения с гантелями. 5. Основные упражнения, сидя с гантелями. 6. Игра с бегом. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Май	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. «Веселые путешественники» 4. Основные упражнения без атрибутов. 5. Основные упражнения сидя. 6. Игра - хоровод. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.



**Перспективное планирование занятий
по музыкальной ритмике в средней группе (4-5 лет)**

Месяц	Содержание
Сентябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. «Веселые путешественники». 4. Основные упражнения без атрибутов. 5. Основные упражнения, сидя без атрибутов. 6. Игра на музыкальных инструментах (ложки, погремушки). 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. «Едем на поезде» с кубиками. 4. Основные упражнения с кубиками. 5. Основные упражнения, сидя с кубиками. 6. Ритмический хоровод. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. Поезд – марш – тренаж. 4. Основные упражнения с погремушками. 5. Основные упражнения, сидя с погремушками. 6. Игра с бегом. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. Поезд – марш – тренаж. 4. Основные упражнения без атрибутов. 5. Основные упражнения сидя. 6. Игра с прыжками. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Январь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон.

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Спортивный тренаж. 4. Основные упражнения с гантелями. 5. Основные упражнения, сидя с гантелями. 6. Игра. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Февраль	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. Поезд – марш – тренаж. 4. Основные упражнения с мячами. 5. Основные упражнения, сидя с мячами. 6. Игра с мячом. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Март	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. Спортивный тренаж. 4. Основные упражнения с обручами. 5. Основные упражнения, сидя с обручами. 6. Игра с обручами. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. Поезд – марш – тренаж. 4. Основные упражнения с кубиками. 5. Основные упражнения, сидя с кубиками. 6. Игра с мячом. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.
Май	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Поклон. 3. Поезд – марш – тренаж. 4. Основные упражнения с мячами. 5. Основные упражнения, сидя с мячами. 6. Игра - ритмический хоровод. 7. Танец. 8. Поклон – прощание.