

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 126 комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга

Принята:
решением Педагогического Совета
ГБДОУ детский сад №126
комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2023 № 1
С учетом мнения Совета родителей
Протокол от 31.08.2023 № 1

Утверждена
заведующим ГБДОУ детский сад
№126 комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга
В.И.Крылова
Приказ от 31.08.2023 № 67



Рабочая программа
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
по ритмопластике младшего дошкольного возраста

Разработчик:

Музыкальный руководитель и
педагог дополнительного образования
Наникова Е.Б.

Санкт-Петербург
2023

Содержание

I. Целевой раздел.

Пояснительная записка...	3
Цели и задачи	4
Основные принципы организации занятий	5
Условия необходимые для реализации программы	5
Планируемые результаты... ..	6
Срок реализации программы.....	7

II. Содержательный раздел.

Возрастные особенности	8
Содержание программы.....	8
Учебно-тематический план	10
Календарный учебный график	10
Основные формы работы с детьми и родителями в дистанционном режиме.....	12

III. Организационный раздел

Организация образовательного процесса... ..	14
Методика обучения.....	16
Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы по «Ритмопластике с элементами игрового стретчинга»..	17
Методическое обеспечение образовательного процесса	18

I. Целевой раздел.

Пояснительная записка.

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

В период от трёх до семи лет ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в дошкольных учреждениях всё чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Существует много направлений в музыкально – ритмической деятельности, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это ритмопластика.

Что дают занятия ритмопластикой?

Ритмопластика – это передача музыки через движения, это эмоциональный отклик на музыку, выполнение простых танцевальных упражнений под музыку. Она доступна детям, начиная с раннего возраста.

Ритмопластика не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств. Красивые движения, усвоенные на занятии, ребёнок с радостью и интересом будет выполнять дома. Сколько приятных волнений для маленького человека и его родных доставляют его показательные выступления на праздничном концерте!

Ритмичные упражнения содействуют физическому воспитанию и укреплению детского организма. В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности. Таким образом, занятия ритмопластикой оказывают разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности, вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

Дополнительная общеразвивающая программа дошкольного образования составлена на основании:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» часть 9 статья 2;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период

до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;

- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «О концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Педагогическая целесообразность программы заключается в доступности и простоте общеразвивающих упражнений под музыку, эффективность в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека.

Отличительной особенностью программы является игровой метод, который придает образовательной деятельности привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

В программе используются средства музыкально-ритмического обучения детей танцевально-ритмической гимнастике, а также игропластике, пальчиковой гимнастике, музыкально подвижным играм и креативной гимнастике.

Программа построена на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

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

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель программы: Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Задачи:

1. Развивать творческие способности воспитанников.
2. Развивать двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость, координацию движений, силу, выносливость.
3. Дать основы музыкально-двигательной культуры.
4. Развивать танцевальные способности.
5. Развивать потребности самовыражения в движении под музыку.
6. Способствовать укреплению здоровья детей: способствовать развитию опорно-двигательного аппарата; формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания.
7. Формировать творческие способности: воображение и фантазию.

Содействовать формированию нравственно - коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим, чувства такта и культурного поведения.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ

Наглядность. Показ физических упражнений, образный рассказ.

Доступность. Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности детей.

Систематичность. Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнения техники их выполнения.

Закрепление навыков. Многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

Индивидуально-дифференциальный подход. Учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.

Сознательность. Понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

Вариативность. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование

необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

УСЛОВИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:

- Личностное общение педагога с ребенком.
- Наличие специально оборудованного зала.
- Правильное покрытие пола – деревянное, либо ковровое покрытие.
- Наличие обязательной одежды и обуви для занятия.
- Широкое использование технических средств обучения (*видео, аудиотехника*).
- Атрибуты, наглядные пособия.
- Предварительное проветривание зала и проведение влажной уборки.
- Расписание занятий, методический материал, календарный план, результативность каждого занимающегося по итогам года.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Систематические занятия ритмопластикой:

1. Помогут естественному развитию организма ребёнка и привитию потребности заботиться о своём здоровье; (развитие мышечного корсета).
2. Разовьют опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы детей.
3. Увеличат жизненную ёмкость лёгких, улучшат физическую, интеллектуальную работоспособность.
4. Укрепят осанку и свод стопы.
5. Сформируют у дошкольников навыки самостоятельного выражения имитационных движений, разовьют воображение, слуховое внимание, память.

Эффективность занятий определяется показателем общего состояния ребёнка в конце года, его адаптацией к нагрузке, координацией движений, тонусом мышечной системы.

Посещение родителями учащегося занятий в течении всего учебного года.

Отличительные особенности:

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучении простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации обучающихся и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у обучающихся способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы

Срок реализации программы 1 учебный год из расчета на одно занятие в неделю (4 занятия в месяц). За единицу измерения времени занятия взят 1 академический час. Академический час проведения занятия равен 15-20 минутам (в соответствии с СанПиН 2.4. 3648-20). Направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 3 до 5 лет.

Формы и режим

Занятия проводятся 1 раз в неделю во второй половине дня. Продолжительность занятия для каждой возрастной группы разная и составляет:

Первый год обучения	Дети 3–4 лет	Младший дошкольный возраст	15 минут (один академический час)
	Дети 4-5 лет	Младший дошкольный возраст	20 минут (один академический час)

Формой организации учебных занятий является групповая и индивидуальная. Работа педагога с учащимися осуществляется на основе наглядности, доступности, систематичности, закрепление навыков, индивидуального подхода, сознательности.

Формы подведения итогов

В конце учебного года проводятся открытые занятия для родителей, педагогов дошкольного учреждения.

Возрастные особенности физического развития детей от 3 до 5 лет

Возраст 3-4 года.

Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. Дети этого возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе, не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений. Движения этих детей недостаточно согласованы, им трудно выполнять танцевальные композиции, но они могут стараться выполнять движения по показу. В этом возрасте нужно больше давать ритмических упражнений и игр и использовать различные образы в показе упражнений.

Содержание программы.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Мы идем в зоопарк
- Мы гуляем в лесу
- Морское путешествие
- Упражнения с погремушками, лентами на кольцах, флажками, султанчиками

Партерная гимнастика.

- упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик»;
- упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)
- упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение;

Танцевальные движения.

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- шаги на полупальцах и пятках;
- различные хлопки
- хороводы
- танцевальные движения с атрибутами (бубны, погремушки, флажки, платочки)

Сюжетно-образные танцы

Ритмические и образные танцы по показу: «Паучок», «Дождик», «Танец утят», «Арам-зам-зам», «Буги-вуги», «Тучка»

Музыкальные игры

Игры по ориентации в пространстве: построение в круг, построение в линию, построение в две линии, «Море волнуется», «Кошки-мышки», «Зайцы-волки», «Зоопарк», «Птицы», «Машинки», «Самолеты», «Вперед 4 шага».

Возраст 4-5 лет.

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

Содержание программы.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

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

Партерная гимнастика.

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

Танцевальные движения.

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

Сюжетно-образные танцы

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

Музыкальные игры

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

Способы и формы работы с детьми

№ п/п	Перечень разделов занятий	Используемые формы	Методы и приемы Формы	Подведение итогов
1	Вводное занятие	Групповая практическая	Наглядный, Словесный, практический	Уточняющие вопросы к детям
2	Сюжетно – игровое занятие	Групповая практическая	Наглядный, Словесный, Практический	Умение импровизировать на заданную тему
3	Партерная гимнастика	Групповая - практическая	Наглядный, Словесный, Практический,	Развитие гибкости, пластичности
4	Занятие - сказка	Групповая - практическая	Наглядный, словесный, практический	Беседа
5	Игровое творчество	Интегрированная,	Наглядный, словесный, практический (репродуктивный)	Совместная игра
6	Музыкально – ритмическая деятельность, работа с предметами	Интегрированная,	Наглядный, словесный, Практич-й (репродуктивный)	Выступление
7	Детская аэробика	Интегрированная,	Наглядный, словесный, Практич-й	Самостоятельный показ

Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Содержание работы	Количество часов	
		теория	практика
1	Ритмопластика (разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве)	2	4
2	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	6	6
3	Театральная игра	2	5
4	Разучивание танца (композиция)	2	5
5	Игровой танец	4	8
6	Музыкально – двигательный этюд	2	4
7	Организация мини-концертов	5	10
8	Итого на год:	23	42
		65	

Календарный учебный график

Продолжительность учебного года	С 01.09.2023 по 31.05.2024	
Зимние каникулы	С 01.01.2023 по 11.01.2024	
Кол-во занятий в неделю	1 (по средам) вторая половина дня	
Продолжительность	Для детей 3-4 лет	Для детей 4-5 лет
	15мин	20мин

Основные формы работы с детьми и родителями в дистанционном режиме

Дистанционное образование дошкольника заключается в том, что детям и родителям в доступной форме предлагается учебный материал, и, находясь дома, они вместе изучают и выполняют задания педагогов.

Основными принципами применения дистанционных образовательных технологий (ДОТ) являются: - принцип доступности, выражающийся в предоставлении всем участникам образовательного процесса возможности получения качественной и своевременной информации непосредственно по месту жительства;

Главная цели дистанционного обучения - предоставить ребенку возможности получить образование на дому, оказать педагогическую поддержку и консультативную помощь родителям обучающихся.

Задачи:

- Удовлетворение потребностей родителей и детей в получении образования - Повышение качества и эффективности образования путем внедрения дистанционных технологий

- Предоставление воспитанникам возможности освоения образовательных программ

непосредственно по месту их жительства или временного пребывания - Усиление

личностной направленности образовательного процесса - Обеспечение нацеленности на распространение знаний среди родителей, повышение уровня их

компетенции

Особенности дистанционного обучения дошкольников:

Мотивация.

- Ответственность родителей.
- «Плюсы» и «минусы» дистанционного обучения (ДОТ)

Преимущества дистанционного обучения детей дошкольного возраста:

➤ Возможность установления оптимального режима обучения, с учетом особенностей ребенка;

➤ Родители сами определяют, в какое время ребенку удобнее заниматься, какой

промежуток дня наиболее продуктивен для занятий;

➤ Возможность контролировать круг общения ребенка;

➤ Индивидуальный подход к ребенку, учет его особенностей как психических,

так и физических;

➤ Ребенок не «привязан» к определенному месту, он может свободно обучаться

в любой точке мира. Основное условие – наличие ПК и доступа к интернету;

➤ Дистанционное обучение имеет под собой хороший методический фундамент: видео и аудио-лекции, тесты, задания и т.д.

Недостатки дистанционного обучения детей дошкольного возраста:

- ❖ Максимальное участие родителей. В том случае, если родители не имеют возможность посвящать процессу обучения ребенка достаточного времени, то уровень усвоения им знаний будет крайне низкий. Сам ребенок зачастую не имеет необходимых навыков самоорганизации и усидчивости. Не исключены моменты затруднений, где необходима помощь взрослого;
- ❖ Нет авторитета воспитателя. Многие дети воспринимают предмет именно так, как его воспринимает и преподносит воспитатель. К тому же воспитатель не только дает знания, но и формирует отношение к окружающим людям и миру;
- ❖ Не все имеют возможность получения дистанционного обучения, в силу сложных материальных условий, так как необходимо специальное оборудование (компьютер или ноутбук, интернет);
- ❖ Отсутствие общения со сверстниками. Дети не имеют возможности получить необходимые навыки коммуникации в обществе и социализации в обществе
- ❖ В виду особенностей дистанционного обучения, детям приходится много времени проводить за компьютером.

Содержанием занятий может быть:

Двигательная активность: ограничена размерами комнаты, не предполагает активные игры с бегом, метанием, прыжками.

Это могут быть:

- спортивные разминки,
- физминутки с описанием движений и текста,
- игры малой подвижности (с участием от 2-х человек)
- пальчиковые игры, опять же с текстом и описанием действий.
- игры со спортивным оборудованием, но не активные. (н-р упражнения со скакалкой, ходьба по скакалке (канату), прокатывание мяча и т.п.) Все это может быть оформлено ссылками на интернет ресурс или текстом с картинками.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: ритмика, гимнастика, танец, игровой стретчинг.

В нетрадиционные виды упражнений входят разделы: пластика, пальчиковая гимнастика, музыкально-подвижные игры. В креативную гимнастику входят разделы: музыкально-творческие игры и специальные задания.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Программа рассчитана на 64 учебных часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Занятия проводятся во второй половине дня. Группа для занятий должна состояться из детей одного возраста. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствует возраст у детей.

Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста: 3-4 года не более 15 минут,

4-5 лет не более 20 мин.

Структура занятия по ритмопластике – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

1.Подготовительная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); танцевально-ритмическая гимнастика.

2.Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические и балетные танцы, пластика, креативная гимнастика, элементы игрового стретчинга. Подвижная игра также составляющая основной части занятия. Подбор подвижной игры осуществляется в зависимости от сложности и интересности предыдущих действий. Игра может носить более или менее активный характер.

3.Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Решается задача восстановления организма после физических нагрузок и переход к другим видам деятельности. Дыхательные упражнения способствуют более быстрому

восстановлению организма и несут оздоровительный характер. Важно научить ребенка дышать носом, соотносить вдох и выдох с движениями.

Упражнения на релаксацию включают в каждое занятие: необходимо, чтобы ребенок научился снимать напряжение мышц после физической нагрузки, расслабляться. Этому соответствует упражнения на релаксацию, выполняемое в игровой форме. Желательно использовать музыкальное произведение, отражающее характер выполняемых действий. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Подбор оборудования и материалов к занятию осуществляется в соответствии с содержанием каждого занятия.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек. Гимнастический купальник. Юбочка шифоновая (в тон цвету купальника). Балетки белого цвета, носки или лосины. Волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков. Футболка белого цвета. Шорты темного цвета. Балетки белого или черного цвета.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа: Начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению); Этап углубленного разучивания упражнений;

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный	Этап углубленного разучивания	Этап закрепления и совершенствования
-----------	-------------------------------	--------------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> - Название упражнения; - показ; - объяснение техники; - опробования упражнений. 	<ul style="list-style-type: none"> - уточнение двигательных действий; - понимание закономерностей движения; - усовершенствование ритма; - свободное и слитное выполнение упражнения. 	<ul style="list-style-type: none"> - закрепление двигательного навыка; - выполнение упражнений более высокого уровня; - использование упр. в комбинации с другими упражнениями; - формирование индивидуального стиля.
--	--	---

Первостепенную роль на занятиях по ритмике играет музыкальное сопровождение. Музыкальные произведения, используемые для сопровождения занятия очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения доступны пониманию детей, музыкальны, выразительны, пробуждают у детей фантазию и воображение. Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «РИТМОПЛАСТИКА С ЭЛЕМЕНТАМИ ИГРОВОГО СТРЕТЧИНГА»

- ✓ Практические занятия проводятся в спортивном зале.
- ✓ Используется наглядная форма работы, показ педагогам физических упражнений, подражания, имитация известных детям движений в игровой форме.
- ✓ Используется индивидуальный подход к детям с учётом особенностей возраста, психомоторного развития.
- ✓ Показ упражнений условными жестами, мимикой, словесные указания.
- ✓ «Провокации», т. е. специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей, чтобы они заметили и исправили ошибку.
- ✓ Слушания музыки и беседы о ней, словесные описания музыкальных образов.

- ✓ Подбор сказок, помогающих интерпретировать музыкальный образ.
- ✓ Пластические импровизации детей, «пробы» без показа педагога.
- ✓ Показ вариантов движений педагогом – детям предлагается выбрать наиболее удачный.
- ✓ Показ педагогом даётся в «зеркальном» отражении, поскольку дети повторяют все движения автоматически.
- ✓ Использование интенсивных методов обучения – выполнение большого объёма

двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребёнка.

- ✓ Проведение мышечной и эмоциональной релаксации под соответствующую.

Дидактический материал к программе

- ✓ Специальная литература.
- ✓ Компакт – диски с музыкальными произведениями к сказкам.
- ✓ Компакт – диски современных композиторов, эстрадные мелодии, классические произведения.

Техническое оснащение занятий

Используемый инвентарь должен быть не только удобным, но и радовать глаз, развивать вкус детей, содействовать их эстетическому воспитанию.

- Музыкальный центр
- Мячи большие и маленькие –
- Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).
- Дидактический раздаточный материал (погремушки, флажки, платочки, цветы, султанчики, ленты и др.)
- Скакалки
- Мячи – хопы.
- Шарики для сухого бассейна.
- Мячи-мякиши.
- Обручи пластмассовые цветные безопасны.
- Палки гимнастические, скакалки;
- Попоны цветные;

Методическое обеспечение образовательного процесса

1. «Ритмическая мозаика» .А.И. Буренина. Программа по ритмической пластике для детей. – СПб.: Ленинградский областной институт развития образования, 2010.

2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.
3. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003
4. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
- Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов -на – Дону «Феникс» 2003г.
5. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
6. «Са-фи-дансе» танцевально – игровая гимнастика для детей. Ж.Е. Фирелева, Е.Г. Сайкина. Учебно – методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «Детство - пресс», 2011.
7. «Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ». Н.А. Мелехина, Л.А. Колмыкова. Методическое пособие. СПб.: «Детство – пресс»,2012.
8. «Школа мяча», Н.И. Николаева., Учебно – методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений. СПб.: «Детство – пресс»,2018.
9. «Фитбол – гимнастика в дошкольном возрасте», А.А. Потапчук, Г.Г. Лукина. Учебно– методическое пособие. СПб, 2019.
10. Коренева Т.Ф., «Сказочный театр физической культуры (физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме)» Е.Н. Игнатьева, Н.А. Фомина, Г.А. Зайцева, С.С. Черныкина. – Учеб.-метод. пособие. Волгоград, издательство «Учитель» 2015.
11. Кустова Л. «Физическая культура в дошкольном детстве». Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова. Учебно – методическое пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей. Москва «Просвещение», 2015
12. Фирелева Ж.Е «150 эстафет для детей дошкольного возраста» Е.Ф. Желобкович. Практическое пособие. Москва, издательство «Скрипторий 2013», 2011.
13. [Социальная сеть работников образования nsportal.ru](https://www.nsportal.ru)
14. <https://www.maam.ru/>

Периодические издания (журналы, газеты, научные периодические издания):
 «Инструктор по физической культуре» ежемесячно;
 «Дошкольное воспитание» ежемесячно;
 «Воспитатель ДОУ» ежемесячно.
 «Справочник музыкального руководителя» ежемесячно;
 «Ребенок в детском саду» ежемесячно;