Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №4 Приморского района Санкт-Петербурга
ул. Байконурская, д.7, корп.2, литер А, тел/факс: 4097484

ПРИНЯТО
Общим собранием работников ГБДОУ № 4
Приморского района
г. Санкт-Петербурга
от 29.09.2026 № 2

УТВЕЖДЕНО
Приказом и.о. заведующего ГБДОУ № 4
Приморского района г. Санкт-Петербурга
от 29.09.2026 № 069-од

С учётом мнения выборного органа первичной
профсоюзной организации ГБДОУ детского сада № 4
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.09.2026 № 1

Дополнительная общеразвивающая программа «РИТМОПЛАСТИКА»

Срок освоения программы: 1 ГОД
Возраст обучающихся: 5 - 7 лет

Разработчик:
педагог дополнительного образования
Мешалкина С. В.

Санкт-Петербурга
2026

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

Структура образовательной программы:

1. Пояснительная записка..... 3
1.1. Направленность программы..... 4
1.2. Актуальность программы..... 4
1.3. Отличительные особенности..... 4
1.4. Адресат программы..... 4
1.5. Цель и задачи программы..... 4
1.6. Условия реализации программы..... 4
1.7. Планируемые результаты..... 4
1.8. Материальное обеспечение программы..... 5
1.9. Методическое обеспечение программы..... 5

2. Учебный план 7
3. Учебный календарный график..... 8
4. Рабочая программа. 9
5. Оценочные и методические материалы 18
6. Список литературы 41

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна

06.10.26 09:48 (MSK)

Простая подпись

1.Пояснительная записка

Ритмопластика – это ритмические движения под музыку, и именно она является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Занятия ритмикой и танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

В основу общеразвивающей программы комплексного развития дошкольников «Ритмопластика» (далее – программа «Ритмопластика») положены концептуальные идеи непрерывности и преемственности дошкольного и начального общего образования. Программа разработана в соответствии с дошкольными программами, одобренными и рекомендованными Министерством образования РФ.

Программа «Ритмопластика» разрабатывалась с уважением к классической педагогике и психологии и одновременно – с опорой на новейшие достижения мировой науки о дошкольном детстве и общие законы организации и развития любой деятельности, разработанные ведущими российскими методологами в последние десятилетия.

При составлении программы использовались следующие программы и технологии: Программа «Ритмическая мозаика», А.И. Буренина; «Танцевальная ритмика для детей» Т.И. Суворова; «Учите детей танцевать», Пуртова Т. В.

Принципы построения программы

- общее развитие с учетом индивидуальных возможностей и способностей;
- развитие творческой деятельности;
- развитие личностных компетенций;
- поддержка и сохранение здоровья;
- формирование духовно-нравственных установок и ориентаций;
- развитие устойчивой психологической адаптации к новым условиям образования;
- сотворчество обучающих, обучающихся и родителей

- *Принцип системности* - предполагает процесс, в котором взаимозависимы, взаимообусловлены и взаимосвязаны все компоненты. Нельзя развивать лишь одну функцию, необходима системная работа по развитию ребенка.
- *Принцип комплексности* – комплексный процесс, в котором развитие одной познавательной функции (например, движения или ритма) определяет и дополняет развитие других функций.
- *Принцип целостности* – предполагает включение личности в разнообразные виды деятельности, в которых гармонично развиваются все ее свойства: мотивационно – потребностная сфера; когнитивная (познавательная); эмоциональная; практически-действенная (умения, навыки).
- *Принцип постепенности* – предполагает следование от простых и доступных заданий до более сложных, комплексных.
- *Принцип доступности* – сущность его в необходимости соотносить цели, задачи, содержание, методы и формы обучения с познавательными возможностями и потребностями детей, определяемыми их возрастными и индивидуальными особенностями. При определении познавательных возможностей детей педагог ориентируется не столько

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

на уровень их актуального развития, сколько на уровень потенциальных возможностей, определяемых зоной ближайшего развития ребенка.

- *Принцип преемственности* – проявляется в опоре каждой новой ступени обучения на предыдущую. Содержание данного принципа отражает системный характер процесса обучения и предполагает его построение в соответствующей логике, последовательности содержания, форм и методов обучения, обеспечивающих взаимосвязь всех его этапов.

Основные принципы построения общеразвивающей программы «Ритмопластика»:

- общее развитие с учетом индивидуальных возможностей и способностей;
- развитие творческой деятельности;
- развитие личностных компетенций;
- поддержка и сохранение здоровья;
- формирование духовно-нравственных установок и ориентаций;
- развитие устойчивой психологической адаптации к новым условиям образования;
- сотворчество обучающих, обучающихся и родителей.

Одним из наиболее значимых отличий дошкольного образования от следующих уровней – начального и основного общего образования – заключается в том, что развитие ребенка дошкольного возраста осуществляется не в учебной деятельности, а через различные виды детской деятельности.

По форме организации содержания программа является комплексной:
по уровню деятельности - **социально-педагогическая;**
по цели обучения – познавательной;
по уровню образованности элементарные движения;
по виду действия – репродуктивной;
по уровню освоения содержания образования – ученической;
по срокам реализации – долгосрочная.

Дошкольное образование - ранняя диагностика и коррекция нарушений в развитии обеспечения готовности к школе.

1.1. Направленность программы

Направленность программы: физкультурно-оздоровительная.

1.2. Актуальность программы заключается в том, что она призвана удовлетворить социальные запросы родителей. Актуальность программы по «Ритмопластика» определена тем что она ориентирована на развитие коммуникативных навыков и так же на коррекцию эмоционально-волевой сферы. Способствует успешному развитию детей владения своим телом; коммуникативными навыками; эмоциональной разгрузки.

1.3. Отличительные особенности:

Оригинальность и новизна программы заключается в подборе материала, который помогает приобщить к движению с музыкой 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.

Использование в качестве музыкального сопровождения целостных произведений - в грамзаписи и при непосредственном «живом» исполнении, а не отрывков. 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.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

1.4. Адресат программы

Программа «Ритмопластика» ориентирована на детей дошкольного возраста от 5 до 7-ми лет. В качестве основной формы реализации программы выступает организация танцевального кружка. Занятия проводятся в музыкальном зале.

С пяти лет дети уже больше осознают свое «Я», хорошо взаимодействуют со сверстниками, появляется стремление научиться делать движения лучше, красивее, точнее. Они уже способны самостоятельно исправлять свои ошибки и вносить коррекцию по ходу двигательной деятельности. Таким детям легче освоить сложно-координированные танцевальные движения и гимнастические упражнения.

Уровень освоения программы: углубленный
Срок и объём освоения программы: 1 год

1.5. Цель и задачи программы.

Цель программы: развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности; психологическое раскрепощение ребенка через овладение собственным телом

Задачи программы:

Развитие музыкальности. Продолжать развивать способности чувствовать настроение и характер музыки; чувства ритма; музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

Совершенствование точности, координации движений; гибкости и пластичности; умения ориентироваться в пространстве;

обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений. *Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:*

Продолжать прививать основные навыки в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание;

Продолжать развивать творческое воображение и фантазию; способности к импровизации;

Развитие и тренировка психических процессов:

Совершенствовать умения выражать эмоции в мимике и пантомимике; *Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:*

Продолжать воспитание таких качеств, как внимание, целеустремлённость, собранность, работоспособность, коллективизм; умения сопереживать другому; умения вести себя в группе во время движения; воспитание чувства такта.

Укрепление здоровья детей:

Укрепления иммунитета за счет физических упражнений и двигательной активности.

1.6. Условия Реализации программы.

Занятия проводятся в музыкальном зале с учетом возрастных особенностей детей (Приложение№1).

1.7. Планируемые результаты освоения программы.

Дети 5-7 лет овладевают правильным и точным исполнением ритмических композиций уровня сложности, а именно:

- выразительно и ритмично двигаются, в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, соответствующими этому возрасту.

расширяется диапазон танцевальных движений (шаг с приседанием, пружинящий шаг, галоп, переменный шаг, шаг с притопом);

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

- самостоятельно и быстро перестраиваются, ориентируясь в пространстве;
- координируют свои движения в различных видах ритмических и аэробных композиций;
- придумывают варианты образных и выразительных движений.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

***Язык реализации программы*:** государственный язык РФ (русский).
Форма обучения: очная.
***Условия набора учащихся*:** к обучению по программе приглашаются все желающие 5-7 лет, имеющие интерес к занятиям по программе.
Условия формирования групп: Группы формируются с учетом возраста 5-7 лет
Количество учащихся в группе: 15 человек.

Формы и методы проведения совместной деятельности.

Форма организации образовательного процесса в зависимости от поставленных задач , по выбору педагога : самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность, игровая и танцевальная.

Формы организации деятельности учащихся на занятии- индивидуально-групповая.

Форма проведения совместной деятельности-игра.

1.8 Материальное обеспечение программы

На занятиях по ритмике и танцу используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки на кольцах, ленточки на палочках, обручи, плоские кольца, флажки, султанчики, погремушки, цветы, воздушные шарики, мячи, колокольчики, шляпки.

Для открытых занятий и отчетных концертов используются также костюмы и дополнительные атрибуты, для яркости представления приобретенных навыков по программе «Ритмопластика»; музыкальный центр, аудио материал; нотные сборники.

Кадровое обеспечение программы:

Реализация программы осуществляется педагогом, соответствующим квалификационным характеристикам должности «педагог дополнительного образования».

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

Программа рассчитана на один год обучения в соответствии с возрастными группами .детей: Старшая группа - дети 5-7 лет, занятия 1 раз в неделю по 25 мин.
Режим занятий: 1 занятие в неделю.
Формы проведения занятий: группа численностью не более 15 человек. Формы организации деятельности воспитанников на занятиях: Индивидуально-групповая;
Формы проведения занятий: занятие-игра, (где вся дидактика скрыта, незаметна для самого ребенка, при этом сам педагог стремиться получить удовлетворение от музыки, движений, от общения с детьми).

№	Месяц	Кол-во занятий
1.	Октябрь	**4**
2.	Ноябрь	**4**
3.	Декабрь	**4**
4.	Январь	**4**
5.	Февраль	**4**
6.	Март	**4**
7.	Апрель	**4**
8.	Май	**4**
	Итого	**32**

№	Название	Количество занятий
1-3	Танец «33 коровы»	3
4-6	Танец «Стирка»	3
7-9	Танец «Капельки»	3
10-12	Танец «Чардаш»	3
13-15	Танец «Смени пару»	3
16-18	Танец «Чарльстон»	3
19-21	Танец «Танго»	3
22-24	Танец «Журавлиный крик»	3
25-27	Танец «Рок-н-рол»	3
28-30	Танец «Поцелуйчик»	3
31-32	Танец «Мышки с сыром»	2
всего		32

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №4 Приморского района Санкт - Петербурга

УТВЕРЖДЕН
И.о. заведующего
ГБДОУ детский сад № 4
Приморского района Санкт-Петербурга
_____М.Н. Лебедева

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Ритмопластика»

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	05.10.2026	28.05.2026	32	32	32	1 раз в неделю по 1 час*

* - **1 академический час** – 25-30 минут для детей 5 - 7 лет по постановлению Главного государственного санитарного врача РФ 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»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №4 Приморского района Санкт-Петербурга
ул. Байконурская, д.7, корп.2, литер А, тел/факс: 4097484

ПРИНЯТО
Общим собранием работников ГБДОУ № 4 Приморского района
г. Санкт-Петербурга
от 29.09.2026 № 2

УТВЕЖДЕНО
Приказом и.о. заведующего ГБДОУ № 4 Приморского района г. Санкт-Петербурга
от 29.09.2026 № 069-од

С учётом мнения выборного органа
первичной профсоюзной организации ГБДОУ
детского сада № 4 Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 29.09.2026 № 1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «Ритмопластика»

Возраст детей: 5-7 лет.
Срок реализации: 1 год.

Педагог дополнительного образования
Мешалкина Светлана Викторовна

Санкт – Петербург
2026 г

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

Порядок оказания дополнительных платных образовательных услуг:

1. Организация образовательного процесса регламентируется графиком проведения совместной деятельности году, которые разрабатываются и утверждаются заведующим ГБДОУ детский сад №4 Приморского района Санкт- Петербурга.

2.Режим оказания платных образовательных услуг устанавливается в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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».

Рабочая программа «Ритмопластика» для старшего дошкольного возраста составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

➢ ФЗ-273 Об образовании в Российской Федерации. Дополнительное образование - вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом и (или) профессиональном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования. Статья 2.

➢ Постановлением Правительства РФ от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг».

➢ Приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

➢ Приказом Министерства просвещения РФ от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской федерации от 09.11.2018 г. №196».

➢ Распоряжением Комитета по образованию от 01.03.2017 г. №617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию».

➢ Устава ГБДОУ детский сад №4.

➢ Положения о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых в ГБДОУ детский сад № 4».

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

Цель и задачи программы

Цель программы: развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности; психологическое раскрепощение ребенка через овладение собственным телом

Задачи программы:

Развитие музыкальности. Продолжать развивать способности чувствовать настроение и характер музыки; чувства ритма; музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

Совершенствование точности, координации движений; гибкости и пластичности; умения ориентироваться в пространстве;

обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений. *Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:*

Продолжать прививать основные навыки в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание;

Продолжать развивать творческое воображение и фантазию; способности к импровизации;

Развитие и тренировка психических процессов:

Совершенствовать умения выражать эмоции в мимике и пантомимике; *Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:*

Продолжать воспитание таких качеств, как внимание, целеустремлённость, собранность, работоспособность, коллективизм; умения сопереживать другому; умения вести себя в группе во время движения; воспитание чувства такта.

Укрепление здоровья детей:

Укрепления иммунитета за счет физических упражнений и двигательной активности.

Условия Реализации программы

Занятия проводятся в музыкальном зале с учетом возрастных особенностей детей (Приложение № 1).

Планируемые результаты освоения программы

Дети 5-7 лет овладевают правильным и точным исполнением ритмических композиций третьего уровня сложности, а именно:

- выразительно и ритмично двигаются, в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, соответствующими этому возрасту расширяется диапазон танцевальных движений (шаг с приседанием, пружинящий шаг, галоп, переменный шаг, шаг с притопом);
- самостоятельно и быстро перестраиваются, ориентируясь в пространстве;
- координируют свои движения в различных видах ритмических и аэробных композиций;
- придумывают варианты образных и выразительных движений.

Материальное обеспечение программы

На занятиях по ритмике и танцу используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки на кольцах, ленточки на палочках, обручи, плоские кольца, флажки,

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

султанчики, погремушки, цветы, воздушные шарики, мячи, колокольчики, шляпки.

Для открытых занятий и отчетных концертов используются также костюмы и дополнительные атрибуты, для яркости представления приобретенных навыков по программе «Ритмопластика»; музыкальный центр, аудио материал; нотные сборники.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
Содержание и методы программы

Используются следующие приемы:

- слушание музыки и беседы о ней;
- рисование, словесное описание музыкальных образов;
- подбор стихов, сказок и других произведений, помогающих интерпретировать музыкальный образ;
- пластические импровизации детей - без показа педагога;
- показ вариантов движений педагогом, а детям предлагается выбрать;

Используются следующие методы:

Музыкальная разминка.

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило, разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов - например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

Ритмическая гимнастика.

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

Танцевальные движения.

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки,
прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

Сюжетно-образные танцы.

Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

разделе используются как правило изученные танцевальные движения.

Музыкальные игры. Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно -ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

Возрастные особенности. С пяти лет дети уже больше осознают свое «Я», хорошо взаимодействуют со сверстниками, появляется стремление научиться делать движения лучше, красивее, точнее. Они уже способны самостоятельно исправлять свои ошибки и вносить коррекцию по ходу двигательной деятельности. Таким детям легче освоить сложнокоординированные танцевальные движения и гимнастические упражнения.

№	Построение, перестроения	Виды ходьбы, бега, прыжков	Упражнения для рук, для ног,аэробика	Танец, танцевальная композиция	Оценка, релаксация
1	Ходьба в шеренгу, в колонну по одному, легкий бег врассыпную, ходьба по кругу	Стремительный бег, спокойная ходьба	«Приглашение»	Танец «33 коровы» М.Дунаевский	«Все устали – отдохнем»
2	В колонну по одному, парами через середину, перестроение в полукруг	Широкий бег, бодрый шаг	«Бабочки»	Танец «33 коровы» М.Дунаевский	«Конкурс лентяев»
3	В колонну парами, через середину по две пары (т.е. четверками)	Высокий бег, осторожный шаг	«Ромашки»	Танец «33 коровы» М.Дунаевский	«Все устали – отдохнем»
4	В шеренгу, в шахматном порядке	Бег с прыжками; Мягкий пружинящий шаг	«Танцующие звери»	Танец «Стирка» Пьеса «Турецкий базар»	«Конкурс лентяев»
5	В шеренгу, в колонну по одному, тройками через середину	Неторопливый танцевальный бег, спокойная ходьба	«Манекены»	Танец «Стирка» Пьеса «Турецкий базар»	«Все устали – отдохнем»
6	Ходьба в шеренгу, в колонну по одному, легкий бег врассыпную, ходьба по кругу	Боковой галоп, спокойная ходьба»	«Ритмический этюд»	Танец «Стирка» Пьеса «Турецкий базар»	«Конкурс лентяев»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

7	В колонну по одному, парами через середину, перестроение в полукруг	Ходьба с остановками	«Не ошибись»	Танец «Капельки» Л.Н. Толстой	«Гипнотизер»
8	В колонну парами, через середину по две пары (т.е. четверками)	Шаг на внешней стороне стопы, легкий поскок	«Зернышко»	Танец «Капельки» Л.Н. Толстой	«Гипнотизер»
9	В шеренгу, в шахматном порядке	Быстрый шаг	«Цыплята»	Танец «Капельки» Л.Н. Толстой	«Конкурс лентяев»
10	В шеренгу, в колонну по одному, тройками через середину	Приставной шаг	«Кто на картинке»	Венгерский танец «Чардаш»	«Все устали – отдохнем»
11	Ходьба в шеренгу, в колонну по одному, легкий бег врассыпную, ходьба по кругу	Стремительный бег, спокойная ходьба	«В детском мире»	Венгерский танец «Чардаш»	«Все устали – отдохнем»
12	В колонну по одному, парами через середину, перестроение в полукруг	Широкий бег, бодрый шаг	«Ёжик»	Венгерский танец «Чардаш»	«Конкурс лентяев»
13	В колонну парами, через середину по две пары (т.е. четверками)	Высокий бег, осторожный шаг	«В стране цветов»	Танец «Смени пару» Карело-финская полька	«Конкурс лентяев»
14	В шеренгу, в шахматном порядке	Бег с прыжками; Мягкий пружинящий шаг	«Первая потеря»	Танец «Смени пару» Карело-финская полька	«Гипнотизер»
15	В шеренгу, в колонну по одному, тройками через середину	Неторопливый танцевальный бег, спокойная ходьба	«В царстве золотой рыбки»	Танец «Смени пару» Карело-финская полька	«Гипнотизер»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

16	Ходьба в шеренгу, в колонну по одному, легкий бег врассыпную, ходьба по кругу	Боковой галоп, спокойная ходьба	«В гостях у русалочки»	Танец «Чарльстон»	«Все устали – отдохнем»
17	В колонну по одному, парами через середину, перестроение в полукруг	Ходьба с остановками	«Петя и волк»	Танец «Чарльстон»	«Все устали – отдохнем»
18	В колонну парами, через середину по две пары (т.е. четверками)	Шаг на внешней стороне стопы, легкий поскок	«Подарок»	Танец «Чарльстон»	«Конкурс лентяев»
19	В шеренгу, в шахматном порядке	Быстрый шаг	«Утро»	Танец «Танго» В. Мюллер	«Конкурс лентяев»
20	В шеренгу, в колонну по одному, тройками через середину	Приставной шаг	«Приглашение»	Танец «Танго» В. Мюллер	«Гипнотизер»
21	Ходьба в шеренгу, в колонну по одному, легкий бег врассыпную, ходьба по кругу	Стремительный бег, спокойная ходьба	«Бабочки»	Танец «Танго» В. Мюллер	«Гипнотизер»
22	В колонну по одному, парами через середину, перестроение в полукруг	Широкий бег, бодрый шаг	«Ромашки»	Танец «Журавлиный крик» Д. Верди	«Все устали – отдохнем»
23	В колонну парами, через середину по две пары (т.е. четверками)	Высокий бег, осторожный шаг	«Танцующие звери»	Танец «Журавлиный крик» Д. Верди	«Все устали – отдохнем»
24	В шеренгу, в шахматном порядке	Бег с прыжками; Мягкий пружинящий шаг	«Манекены»	Танец «Журавлиный крик» Д. Верди	«Конкурс лентяев»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

25	В шеренгу, в колонну по одному, тройками через середину	Неторопливый танцевальный бег, спокойная ходьба	«Ритмический этюд»	Танец «Рок-н-рол» Э. Пресли	«Гипнотизер»
26	Ходьба в шеренгу, в колонну по одному, легкий бег врассыпную, ходьба по кругу	Боковой галоп, спокойная ходьба	«Не ошибись»	Танец «Рок-н-рол» Э. Пресли	«Все устали – отдохнем»
27	В колонну по одному, парами через середину, перестроение в полукруг	Ходьба с остановками	«Зернышко»	Танец «Рок-н-рол» Э. Пресли	«Конкурс лентяев»
28	В колонну парами, через середину по две пары (т.е. четверками)	Шаг на внешней стороне стопы, легкий поскок	«Цыплята»	Танец «Поцелуйчик»	«Гипнотизер»
29	В шеренгу, в шахматном порядке	Быстрый шаг	«Кто на картинке»	Танец «Поцелуйчик»	«Все устали – отдохнем»
30	В шеренгу, в колонну по одному, тройками через середину	Приставной шаг	«В детском мире»	Танец «Поцелуйчик»	«Конкурс лентяев»
31	Ходьба в шеренгу, в колонну по одному, легкий бег врассыпную, ходьба по кругу	Стремительный бег, спокойная ходьба	«Ёжик»	Танец «Мышки с сыром» Г.Гладков	«Гипнотизер»
32	В колонну по одному, парами через середину, перестроение в полукруг	Широкий бег, бодрый шаг	«В стране цветов»	Танец «Мышки с сыром» Г. Гладков	«Все устали – отдохнем»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

5. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Диагностика и контроль результативности

Дети 5-7 лет овладевают правильным и точным исполнением ритмических композиций третьего уровня сложности, а именно:

- выразительно и ритмично двигаются, в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, соответствующими этому возрасту;

расширяется диапазон танцевальных движений (шаг с приседанием, пружинящий шаг, галоп, переменный шаг, шаг с притопом);

- самостоятельно и быстро перестраиваются, ориентируясь в пространстве;
- координируют свои движения в различных видах ритмических и аэробных композиций;
- придумывают варианты образных и выразительных движений.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

Методика оценки
Схема анализа (см приложения)

Для эффективного развития ребенка в танцевально-ритмической деятельности необходимо отслеживать влияние занятий в кружке «Ритмопластика» на него. Результаты исследования позволяют педагогу грамотно развивать ребенка в соответствии с его индивидуальными возможностями, видеть результат своей деятельности и вносить коррективы в перспективное планирование. (Приложение № 3)

Это исследование проводится в два этапа:

- в начале учебного года с использованием таких методов как беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения;
- в конце учебного года проводится отчетный концерт (открытое занятие).

Подведение итогов осуществляется на основе следующих показателей:

1. степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности;
2. уровень ритмического слуха;
3. уровень артистичности и творчества в танце;
4. соответствие движений характеру музыки с контрастными частями;
5. уровень развития танцевально-ритмических навыков;
6. уровень качества танцевально-ритмических движений, координации движений.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ №1.

№	Перечень разделов	Структурная часть занятия	Возраст	Длительность
1.	**Вводная часть**	• вход в зал; • построение, перестроения; • виды ходьбы, бега, прыжков	5-7 лет	6-минут
2.	**Основная часть**	• комплекс упражнений на пружинность и махи; • комплекс аэробики; • музыкально-ритмическая композиция или танец;	5-7 лет	13 -16 минут
3.	**Заключительная часть**	• полная релаксация; • 1-2 упражнения на потягивание; • подведение итогов, оценка, самооценка.	5-7 лет	6 -8минут
итого			5-7 лет	25 -30минут

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

ПРИЛОЖЕНИЕ №2.

Построение

1. В шеренгу
2. В колонну по одному
3. В круг
4. Врассыпную
5. В шахматном порядке
6. Тройками
7. Цепочками, парами.

Виды ходьбы

Бодрый шаг
Спокойный шаг
Высокий шаг
Тихая, осторожная ходьба
Шаг на носках
Шаг на внешней стороне стопы
Мягкий, пружинящий шаг
Быстрый шаг
Приставной шаг
Ходьба с остановками

Виды бега

Легкий бег
Неторопливый танцевальный бег
Стремительный бег
Широкий бег
Высокий бег
Бег с прыжками

Виды прыжков

Подпрыгивание на двух ногах
Поскоки с ноги на ногу Легкие поскоки Сильные поскоки Галоп вперед (лошадки) Боковой галоп

Упражнения для рук

1. Позиции рук (1, 2, 3) - движения плавные -маховые (мельница) -пружинные

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

-плавное сведение и разведение рук
-руки тяжелые
-руки легкие
-руки мягкие («крылья»)
-хлопки в ладоши
-движения кистей вверх-вниз («ступеньки»)
-вверх - в стороны
-лепестки тюльпана

Аэробные упражнения

1. Упражнение для плечевого пояса и шеи
2. Упражнение для мышц туловища
3. Изучение видов шагов и ходьбы в аэробике
4. Различные упражнения в положении стоя, на коленях, лежа на спине, на боку.

Танцы

1 уровень сложности

1. «Плюшевый медвежонок»
2. «Разноцветная игра»
3. «Белочка»
4. «Белые кораблики»

2 уровень сложности

5. «Чунга - чанга» В. Шаинского
6. «Кот Леопольд» Б. Савельева
7. «3 поросенка» Н. Ефремова
8. «Кошка и девочка» Литовск. Нар. Мелодия
9. «Все мы делим пополам» В. Шаинского
10. «Волшебный цветок» Ю. Чичкова

3 уровень сложности

11. Вальс Е. Дож
12. Птичка польку танцевала А. Рюбникова

Музыкально - ритмические композиции

13. Лошадки I уровень
14. Танцуйте сидя II
15. Дети и природа III
16. Аэробика (образно - игровая композиция физкультурной направленности)
    Ю. Чичкова III
17. Воздушная кукуруза III
18. Танцкласс Ф. Лоу III

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

ПРИЛОЖЕНИЕ №3.

Мониторинг танцевально-ритмической деятельности

Исследование развития детей в танцевально-ритмической деятельности проводится в начале и в конце каждого учебного года.

Беседа с детьми проводится с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью. Вопросы:

1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома магнитофонные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?
3. Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)
4. Какая самая любимая твоя песня? Танец?
5. Поете ли вы вместе с мамой, папой?
6. Танцуете ли вы с мамой, папой?
7. Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?
8. Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Анкетирование родителей проводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально-ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности. Вопросы:

1. Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?
2. Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?
3. Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?
4. Понимает ли он содержание песен?
5. Передает ли в движении характер музыки, ритм?
6. Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?
7. В чем это выражается?
8. Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?
9. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка: есть ли дома фонотека детской музыки?
10. Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности:

«1» - Низкий уровень. Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении. Не чувствует характер музыки.
«2» - Средний уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания. Предпринимает попытки выразить в движении музыкальные образы (с помощью педагога).
«3» - Высокий уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Ребенок чувствует характер музыки, ритм, передает это в движении. Самостоятельно использует знакомые движения и придумывает свои. Движения выразительны.

Диагностика специальных двигательных умений ребенка в контексте музыкальной ритмической деятельности осуществляется в соответствии с уровнями.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

ПРИЛОЖЕНИЕ №4.

Таблица мониторинга танцевально-ритмической деятельности

Группа №

Фамилия Имя ребенка	Степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности		Уровень ритмического слуха		Уровень артистичности и творчества в танце		Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями		Уровень развития танцевально-ритмических навыков		Уровень качества танцевально-ритмических движений, координации движений	
	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.

Н.г. – начало года

К.г. – конец года

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна

06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

ПРИЛОЖЕНИЕ №5.

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

МУРАВЬИ

Цель. Уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваться друг с другом. Двигаться в разных темпах. Тренировка внимания.

Ход игры. По хлопку педагога дети начинают хаотически двигаться по залу, не сталкиваясь с другими детьми и стараясь все время заполнять свободное пространство.

КАКТУС И ИВА

Цель. Развивать умение владеть мышечным напряжением и расслаблением, ориентироваться в пространстве, координировать движения, останавливаться точно по сигналу педагога.

Ход игры. По любому сигналу, например хлопку, дети начинают хаотично двигаться по залу, как в упражнении “Кактус” дети останавливаются и принимают “позу кактуса” – ноги на ширине плеч, руки слегка согнуты в локтях, подняты над головой, ладони тыльной стороной повернуты друг к другу, пальцы растопырены, как колючки, все мышцы напряжены. По хлопку педагога хаотическое движение возобновляется, затем следует команда: “Ива”. Дети останавливаются и принимают позу “ивы”: слегка разведенные в стороны руки расслаблены в локтях и висят, как ветви ивы; голова висит, мышцы шеи расслаблены. Движение возобновляется, команды чередуются.

САМОЛЕТЫ И БАБОЧКИ

Цель. Учить детей владеть мышцами шеи и рук; ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке.

Ход игры. Дети двигаются врассыпную, как в упражнении “Муравьи” по команде “самолеты” бегают стремительно, вытянув руки в стороны (мышцы рук, шеи и корпуса напряжены); по команде “бабочки” переходят на легкий бег, делая руками плавные взмахи, голова мягко поворачивается из стороны в сторону (“бабочка ищет красивый цветок”), кисти, локти, плечи и шея не зажаты.

Упражнение можно делать под музыку, подобрав соответствующие произведения из репертуара по музыкальному воспитанию.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

МОКРЫЕ КОТЯТА

Цель. Умение снимать напряжение поочередно с мышц рук, ног, шеи, корпуса; двигаться врассыпную мягким, пружинящим шагом.

Ход игры. Дети двигаются по залу врассыпную мягким, слегка пружинящим шагом, как маленькие котята. По команде “дождь” дети садятся на корточки и сжимаются в комочек, напрягая все мышцы. По команде “солнышко” медленно встают и стряхивают “капельки дождя” по очереди с каждой из четырех “лапок”, с “головы” и “хвостика”, снимая соответственно зажимы с мышц рук, ног, шеи и корпуса.

БАБА-ЯГА

Цель. Умение напрягать и расслаблять в движении то правую, то левую ногу.

Ход игры. Дети ходят по залу врассыпную, приговаривая потешку и выполняя движения под текст.

Бабка-Ежка, костяная ножка,
С печки упала, ножку сломала!
(*Дети идут врассыпную по залу.)*
А потом и говорит: “ У меня нога болит! ”.
(Дети останавливаются.)
Пошла на улицу – раздавила курицу,
Пошла на базар – раздавила самовар!
Вышла на лужайку – испугала галку!
(Дети продолжают движение, напрягая сначала левую, а потом
правую ногу, прихрамывают.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ УМЕНИЯ ВЛАДЕТЬ МЫШЕЧНЫМ НАПРЯЖЕНИЕМ И РАССЛАБЛЕНИЕМ

КАКТУС И ИВА

Цель. Развивать умение владеть мышечным напряжением и расслаблением, ориентироваться в пространстве, координировать движения, останавливаться точно по сигналу педагога.

Ход игры. По любому сигналу, например хлопку, дети начинают хаотично двигаться по залу, как в упражнении “Кактус” дети останавливаются и принимают “позу кактуса” – ноги на ширине плеч, руки слегка согнуты в локтях, подняты над головой, ладони тыльной стороной повернуты друг к другу, пальцы растопырены, как колючки, все мышцы напряжены. По хлопку педагога хаотическое движение возобновляется, затем следует команда: “Ива”. Дети останавливаются и принимают позу “ивы”: слегка разведенные в стороны руки расслаблены в локтях и висят, как ветви ивы; голова висит, мышцы шеи расслаблены. Движение возобновляется, команды чередуются.

ПАЛЬМА

Цель. Напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

Ход игры. “Выросла пальма большая-пребольшая”: правую руку вытянуть вверх, потянуться за рукой, посмотреть на руку.

“Завяли листочки”: уронить кисть.

“Ветви”: уронить руку от локтя.

“И вся пальма”: уронить руку вниз.

Упражнение повторить левой рукой.

ШТАНГА

Цель. Попеременное напряжение и расслабление мышц плечевого пояса и рук.

Ход игры. Ребенок поднимает “тяжелую штангу”. Потом бросает ее и отдыхает.

БУРАТИНО И ПЬЕРО

Цель. Развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы.

Ход игры. Дети двигаются как в упражнении “Муравьи”, по команде “Буратино” останавливаются в позе: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, раскрыты в сторону, кисти прямые, пальцы растопырены, все мышцы напряжены. Движение по залу возобновляется. По команде “Пьеро” – опять замирают, изображая грустного Пьеро: голова висит, шея расслаблена, руки болтаются внизу. В дальнейшем можно предложить детям двигаться, сохраняя образы крепкого деревянного Буратино и расслабленного, мягкого Пьеро.

СНЕГОВИК

Цель. Умение напрягать и расслаблять мышцы шеи, рук, ног и корпуса.

Ход игры. Дети превращаются в снеговиков: ноги на ширине плеч, согнутые в локтях руки вытянуты вперед, кисти округлены и направлены друг к другу, все мышцы напряжены.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

Педагог говорит:” Пригрело солнышко, под его теплыми весенними лучами снеговик начал медленно таять”. Дети постепенно расслабляют мышцы: опускают бессильно голову, роняют руки, затем сгибаются пополам, опускаются на корточки, падают на пол, полностью расслабляясь.

СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА

Цель. Умение напрягать и расслаблять поочередно мышцы всего тела, координировать движения.

Ход игры. Сначала педагог, в дальнейшем ребенок превращается в “Снежную королеву” и начинает постепенно “замораживать” всех детей: называет при этом определенные части тела (правая рука, левая рука, левая нога, правая нога, корпус, голова), соответствующие мышцы напрягаются. Дети превращаются в ледяную скульптуру, которая начинает медленно таять под лучами солнца. (Расслабляются шея, руки, корпус, ноги), дети сначала опускаются на корточки, затем полностью расслабляются и ложатся на пол.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

ИГРЫ НА ПОЛНОЕ РАССЛАБЛЕНИЕ

КОНКУРС ЛЕНТЯЕВ

Цель. Обучение полному расслаблению мышц всего тела. ***Ход игры.***

Хоть и жарко, хоть и зной,
Занят весь народ лесной.
Лишь барсук – лентяй изрядный
Сладко спит в норе прохладной.
Лежебока видит сон, будто делом занят он.
На заре и на закате все не слезть ему с кровати.

(В. Викторов)

Дети изображают ленивого барсука. Они ложатся на ковер и стараются, как можно больше расслабиться.

ГИПНОТИЗЕР

Цель. Обучение полному расслаблению мышц всего тела.

Ход игры. Педагог превращается в гипнотизера и проводит “сеанс усыпления”; делая характерные плавные движения руками, он говорит: “Спите, спите, спите… Ваши голова, руки и ноги становятся тяжелыми, глаза закрываются, вы полностью расслабляетесь и слышите шум морских волн”. Дети постепенно опускаются на ковер, ложатся и полностью расслабляются.

Можно использовать аудиокассету с музыкой для медитации и релаксации.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ПЛАСТИКИ РУК

ТЮЛЬПАН

Цель. Развивать пластику рук.

Ход игры. Дети стоят врассыпную в основной стойке, руки внизу, ладони вниз, средние пальцы соединены.

1. *Утром тюльпан раскрывается*	Соединяя ладони, поднять руки к подбородку, раскрыть ладони, локти соединить.
2. *На ночь закрывается*	Соединяя ладони, опустить руки вниз.
3. *Тюльпанное дерево*	Внизу соединить тыльные стороны ладоней и поднимать руки над головой.
4. *Раскидывает свои ветви*	Руки сверху раскинуть в стороны, ладони вверх.
5. *И осенью листики опадают*	Повернуть ладони вниз и мягко опускать вниз, чуть перебирая пальцами.

ОСЬМИНОГ

Цель. Развивать пластику рук, координацию движений.

Ход игры. Руки в стороны, ладони вперед, основная стойка. Мягко скрестить руки в запястьях перед грудью и плавно отвести в стороны. Повторить четыре раза, сверху то правая, то левая рука. Мягко скрестить руки на груди, как бы стараясь обхватить себя руками, плавно развести в стороны. Повторить четыре раза, чередуя положение рук.

ЗМЕИ

Цель. Развивать чувство ритма, пластику рук.

Ход игры. Дети сидят врассыпную по-турецки, руки в стороны, ладони вниз, спина прямая. Все вместе произносят текст:

На охоту собираясь,	На каждый слог плавным движением приблизить тыльные стороны ладоней к плечам и обратно, как отталкиваясь от плеча.
Ползут змеи, извиваясь.	На каждый слог то же движение, но поднимая руки вверх и опуская вниз. Можно делать упражнение без текста на звуке “с-с-с-с-с-с-с”.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ЧУВСТВА РИТМА

НЕ ОШИБИСЬ

Цель. Развивать чувство ритма, произвольное внимание, координацию.

Ход игры. Педагог в разных сочетаниях и ритмах чередует хлопки в ладоши, притопы ногой и хлопки по коленям. Дети повторяют вслед за ним. Постепенно ритмические рисунки усложняются, а темп убыстряется.

РИТМИЧЕСКИЙ ЭТЮД

Цель. Развивать чувство ритма, координацию движений, согласованность действий с партнерами.

Ход игры. Дети делятся сначала на две, а по мере приобретения определенных навыков на три и даже на четыре группы. Первая группа придумывает ритмический рисунок и начинает его воспроизводить в хлопках. Вторая группа присоединяется к первой, отхлопывая свой ритмический рисунок, затем включается третья группа и т.д.

СЧИТАЛОЧКА

Цель. Развивать координацию движений, согласованность действий, чувство ритма, умение пользоваться жестами.

Ход игры. Дети произносят текст и одновременно выполняют движения.

Раз, два - острова — Два хлопка, полукруг одной рукой, затем другой в сторону, как бы изображая два острова.

Три, четыре – мы приплыли — Два хлопка, обеими руками изобразить волнообразные движения в направлении от себя. Два хлопка, поочередное движения правой рукой ладошкой вниз (как бы отбиваем мяч), левой – ладошкой вверх (подбрасываем мяч).

Пять, шесть- сходим здесь — Два хлопка, средним и указательным пальцами обеих рук выполнить движение от себя вперед, изображая “шаги”.

Семь, восемь – сколько сосен! — Выполнить 4 движения, по одному на каждый слог: 1) ладонь правой руки на голову; 2) тыльная сторона левой руки под подбородок; 3) ладонь правой руки касается правой щеки; 4) ладонь левой руки касается левой щеки. Выполнять 3 движения: 1) правая рука вытягивается вперед; 2) левая рука вытягивается вперед; 3) звонкий хлопок в ладоши.

ЕЖИК

Цель. Развитие координации движений, ловкости, чувства ритма.

Ход игры. Дети лежат на спине, руки вытянуты вдоль головы, носки ног вытянуты.

1. *Ежик съежился, свернулся,* — Согнуть ноги в коленях, прижать к животу, обхватить их руками, нос в колени.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

2. Развернулся… Вернуться в исх. положение.

3. Потянулся. Поворот на живот через правое плечо.

4. Раз, два, три, четыре, Поднять прямые руки и ноги вверх, *пять…* потянуться за руками.

5. Ежик съежился опять!.. Поворот на спину через левое плечо, обхватить руками ноги, согнутые в коленях, нос в колени.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна

06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ БЫСТРОТЫ РЕАКЦИИ

ГОЛОВА ИЛИ ХВОСТ

Цель. Развитие координации движений, быстроты реакции, воображения.

Ход игры. Педагог превращается в Ивана-Царевича, а все дети – в Змея-Горыныча. Иван-Царевич взмахивает мечом (гимнастической палкой или линейкой), если взмах на уровне головы – Змей-Горыныч должен спрятать головы (дети быстро наклоняются), а если взмах на уровне ног, Змей-Горыныч спасает хвост (дети подпрыгивают).

ПОЙМАЙ ХЛОПОК

Цель. Развивать произвольное внимание и быстроту реакции.

Ход игры. Дети стоят врассыпную. Их задача заключается в том, чтобы среагировать на хлопок педагога и хлопнуть практически одновременно с ним. Педагог предлагает “поймать” то маленький мячик, то цветок, то монетку.

КАК ЖИВЕШЬ?

Цель. Развивать быстроту реакции, координацию движений, умение владеть жестами.

Ход игры.

Педагог	Дети	
- Как живешь?	- Вот так!	С настроением показать большой палец.
- А плывешь?	- Вот так!	Любым стилем.
- Как бежишь?	- Вот так!	Согнув руки в локтях, притопнуть поочередно ногами.
- Вдаль глядишь?	- Вот так!	Руки “козырьком” или “бинокле” к глазам.
- Ждешь обед?	- Вот так!	Поза ожидания , подпереть щеку рукой.
- Машешь вслед?	- Вот так!	Жест понятен.
- Утром спишь?	- Вот так!	Ручки под щечку.
- А шалишь?	- Вот так!	Надуть щечки и хлопнуть по ним кулачками.

(По Н. Пикулевой)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ПОДВИЖНОСТИ МЫШЦ ШЕИ, ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА

ШЕЯ ЕСТЬ, ШЕИ НЕТ

Цель. Развивать подвижность мышц плечевого пояса.

Ход игры. Дети стоят в основной стойке и соответствии со словами педагога выполняют движения.

Шея есть – стоять прямо, показывая длинную шею.

Шеи нет – поднять плечи вверх, как бы “втянуть” шею (уродцы). Повторить несколько раз.

ЗАКРЫТЬ КНИЖКУ, РАСКРЫТЬ

Цель. Та же.

Ход игры. *Закрыть книжку* – плечи вперед.
Раскрыть книжку – плечи отвести назад. Повторить несколько раз.

ЗАВОДНАЯ КУКЛА

Цель. Развивать подвижность шеи, расслаблять мышцы шеи, рук и корпуса.

Ход игры. Дети стоят в позе куклы: ноги на ширине плеч, руки внизу, кисти напряжены, пальцы растопырены, ладони вперед. Желательно упражнение проводить под музыку, с размером 2/4, например, “Полька” А.Жилинского.

Такт 1. Наклонить голову вперед на первую четверть, назад – на вторую четверть.
Такт 2. Голову вперед, назад и прямо (движение на каждую восьмую длительность).
Такт 3. Наклонить голову назад, потом вперед.
Такт 4. Голову назад, вперед и прямо.
Такт 5. Повернуть голову вправо, затем влево.
Такт 6. Вправо, влево, прямо.
Такт 7. Повернуть голову влево, затем вправо.
Такт 8. Влево, вправо, прямо.
Такт 9. Наклонить голову к правому плечу, затем к левому.
Такт 10. К правому, к левому, прямо.
Такт 11. Наклонить голову к левому плечу, затем к правому.
Такт 12. К левому, к правому, прямо.
Такт 13. Движение как в 1-м такте.
Такт 14. Движение как во 2-м такте.
Такт 15. Движение как в 3-м такте.
Такт 16. Голову прямо на 1-ю долю, на 2-ю долю согнуться по-полам, уронить голову и руки – завод кончился.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ВООБРАЖЕНИЯ И ФАНТАЗИИ, ПЛАСТИКИ ТЕЛА

БАБУШКА МАЛАНЬЯ

Цель. Развивать внимание, воображение, находчивость, умение создавать образы с помощью мимики, жеста, пластики.

Ход игры. Дети берутся за руки и идут по кругу, в центре которого – водящий; дети поют потешку и выполняют движения.

У Маланьи, у старушки (*Идут по кругу и поют).*
Жили в маленькой избушке Семь дочерей, Семь сыновей,
Все без бровей! (*Останавливаются и с помощью ми-*
С такими глазами, *мики и жестов изображают то, о*
С такими ушами, *чем говорится в тексте).*
С такими носами,
С такими усами,
С такой головой,
С такой бородой…
Ничего не ели, (*Присаживаются на корточки и одной*
Целый день сидели. *рукой подпирают подбородок.)*
На него (нее) глядели, (*Повторяют за ведущим любой жест.)*
Делали вот так…

ПОЛЗУЩИЕ ЗМЕИ

Цель. Развивать гибкость, пластическую выразительность.

Ход игры. Стать на колени и, прогнув спину, как можно дальше вытянуть руки вперед, прижимаясь грудью к полу. Затем подтянуть ноги (“хвост”) и снова продвинуться вперед. Характер движения волнообразный и непрерывный. Змеи могут изгибаться в разные стороны, пластически общаться, артикулировать звуки “с-с-с-с-с-с-с”, “ш-ш-ш-ш-ш-ш-ш”, “щ-щ-щ-щ-щ-щ-щ”, “ч-ч-ч-ч-ч-ч-ч” (1-й вид выдыхания).

ПАНТЕРЫ

Цель. Та же.

Ход игры. Дети сидя на корточках и, не касаясь коленями пола, руками (“мягкими лапками”) идут по окружности к своему “хвосту”, не разворачивая по возможности корпус. Идут поочередно в разные стороны. В дальнейшем пантеры могут пластически и с помощью звуков общаться между собой. (См. раздел “Культура и техника речи”, упражнение “Зевающая пантера”.)

КТО НА КАРТИНКЕ?

Цель. Развивать умение передавать образы живых существ с помощью пластических выразительных движений.

Ход игры. Дети разбирают карточки с изображением животных, птиц, насекомых т.д.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

Затем по одному передают в пластике заданный образ, остальные отгадывают. На нескольких карточках изображения могут совпадать, что дает возможность сравнить несколько вариантов одного задания и отметить лучшее исполнение.

УПРАЖНЕНИЯ, КОТОРЫЕ УЧАТ СОЗДАВАТЬ ОБРАЗЫ С ПОМОЩЬЮ ПЛАСТИЧЕСКИХ ДВИЖЕНИЙ

В “ДЕТСКОМ МИРЕ”

Цель. Развивать воображение и фантазию, учить создавать образы с помощью выразительных движений.

Ход игры. Дети распределяются на покупателей и игрушки, выбирают ребенка на роль продавца. Покупатели по очереди просят продавца показать ту или иную игрушку. Продавец заводит ее ключом. Игрушка оживает, начинает двигаться, а покупатель должен отгадать, что это за игрушка. Затем дети меняются ролями.

КТО НА КАРТИНКЕ?

Цель. Развивать умение передавать образы живых существ с помощью пластических выразительных движений.

Ход игры. Дети разбирают карточки с изображением животных, птиц, насекомых т.д. Затем по одному передают в пластике заданный образ, остальные отгадывают. На нескольких карточках изображения могут совпадать, что дает возможность сравнить несколько вариантов одного задания и отметить лучшее исполнение.

ЗЕРНЫШКО

Цель. Тренировать веру, фантазию и пластическую выразительность.

Ход игры. Дети распределяются на зрителей и исполнителей. Каждый ребенок представляет себя маленьким зернышком какого-либо растения. Дети сидят на корточках (голову прижать к коленям и обхватить себя руками). В заданном ритме из зернышка пробивается росточек, он тянется к солнышку, растет, выпускает листочки… Зрители пытаются определить, что за растение выросло из каждого зернышка.

ЦЫПЛЯТА

Цель. Та же.

Ход игры. Дети ложатся на ковер, прижимают колени к груди, голову к коленям и обхватывают себя руками (“яйцо”). Сначала приподнимается голова, цыплята клювиками разбивают скорлупу, расправляют крылышки, пытаются встать на ножки, начинают двигаться, знакомиться с окружающим миром, пробуют клевать зернышки…

МУЗЫКАЛЬНО-ПЛАСТИЧЕСКИЕ ИМПРОВИЗАЦИИ

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

Цель. Передавать в пластических свободных образах характер и настроение музыкальных произведений.

ПЕРВАЯ ПОТЕРЯ

Каждый ребенок импровизирует предлагаемую ситуацию, как бы отвечая на вопросы: где, когда, почему, что потерял? Дети с помощью мимики, жестов, пластики тела создают мини спектакль (этюд) на заданную тему.

Музыкальное сопровождение: *«Первая потеря», муз. Р. Шумана (Альбом для юношества).*

ПОДАРОК

Дети свободно и эмоционально передают радостное настроение в связи с полученным подарком. Фантазируют, когда (Новый год или день рождения), от кого (мама, папа, друг и т.п.), что именно получили в подарок.

Музыкальное сопровождение: ***"****Новая кукла", муз. П. Чайковского (Детский альбом) или "Вальс-шутка", муз. Д. Шостаковича.*

УТРО

Дети лежат на ковре (спят), ощущают, как солнечный луч скользнул по лицу, медленно открывают глаза, потягиваются, поднимаются, подходят к окну и, открыв его, любуются ранним утром…

Музыкальное сопровождение: *"Утро", муз. Э. Грига; "Рассвет на Москве-реке", муз. М. Мусорского.*

БАБОЧКИ

На летнем лугу летают бабочки. Одни собирают нектар с цветов, другие любуются своими пестрыми крылышками. Легкие и воздушные, они порхают и кружатся в своем радостном танце.

Музыкальное сопровождение: *"Мотылек", муз. Д. Кабалевского; "Вальс" из балета "Коппелия", муз. Л. Делиба.*

В СТРАНЕ ЦВЕТОВ

В стране цветов праздничный бал. Каждый цветок импровизирует свои движения, выражая общее радостное настроение.

Музыкальное сопровождение: *"Подснежник" ("Времена года"); "Вальс цветов" из балета "Щелкунчик"; муз. П. Чайковского.*

СНЕЖИНКИ

То медленно, то быстрее опускаются на землю снежинки, кружась и искрясь в своем волшебном танце.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK) Простая подпись

Музыкальное сопровождение: *«Гном», муз. М. Мусоргского (“Картинка с выставки”).*

ПЕТЯ И ВОЛК

Храбро и весело шагает мальчик Петя, смешно переваливаясь, ковыляет утка; мягко ступая лапками, крадется кошка; легко и быстро летает птичка; тяжело, опираясь на палку, ходит дедушка, сердито идет волк…

Дети делятся на несколько групп и внутри каждой распределяют роли.

Музыкальное сопровождение: *отрывки из симф. Сказки “Петя и волк”, муз. С. Прокофьева.*

В ЦАРСТВЕ ЗОЛОТОЙ РЫБКИ

В морском царстве Золотой рыбки покой и тишина. Его обитатели занимаются своими делами: плавают рыбки, извиваются водоросли, раскрывается и закрывается раковина, быстро перемещается по дну краб…

Музыкальное сопровождение: *“Аквариум” (“Карнавал животных”), муз. К. Сен-Санса.*

В ГОСТЯХ У РУСАЛОЧКИ

В подводном дворце морского царя Русалочка танцует в окружении рыб и медуз, крабов и морских звезд, раковин и кораллов…

Музыкальное сопровождение: *“Нептун”, муз. Г. Хольста.*

У ВОЛШЕБНИЦЫ АНИТРЫ

В далекой и таинственной стране, где властвует прекрасная Анитра, она и ее поданные завлекают и заколдовывают путников, случайно попавших в эту страну…

Музыкальное сопровождение: *“Танец Анитры из сюиты” “Пер Гюнт”, муз. Э. Грига.*

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

В ЗАМКЕ СПЯЩЕЙ КРАСАВИЦЫ

В заколдованный замок, где жизнь замерла и все обитатели которого, превращенные в статуи, застыли в разных позах, попадает принц. Он дотрагивается до спящей принцессы, и все вокруг оживает: потягивается и поднимается кошка, просыпается огонь в камине, слуги накрывают на стол, гости, очнувшись от сна, начинают двигаться и танцевать.

Музыкальное сопровождение: *“Романс”, муз. Д. Шостаковича.*

СНЕГУРОЧКА

Наступила весна. Все оживает и расцветает. Грустно лишь одной Снегурочке: солнечные теплые лучи несут ей гибель; она прощается во всем, что ей дорого, и медленно тает…

Музыкальное сопровождение: *“Романс” Г. Свиридова (из музыки к к/ф “Метель”).*

В СТРАНЕ ГНОМОВ

Гномы отправляются проверить, все ли их клады на месте, не появился ли кто-нибудь чужой в их землях. Они приходят к лесному озеру, отдыхают на мягкой траве и вновь, полные сил, отправляются дальше…

Музыкальное сопровождение: *“Шествие гномов”, муз. Э. Грига.*

ГОРОД РОБОТОВ

Роботы вышли на улицы города, они сделаны из металла и пластика, их движения резкие и упругие…

Музыкальное сопровождение: “Монтекки и Капулетти” (из балета “Ромео и Джульетта”, муз. С. Прокофьева). (См Приложение №1).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна
06.10.26 09:48 (MSK)
Простая подпись

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.
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. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
5. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
6. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов -на – Дону «Феникс» 2003г.
7. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
8. Чибрикова- Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
9. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
10. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
11. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
12. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
13. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
14. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
15. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стречингом. – СПб: Искусство, 1993.
16. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Варгус, 1982.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад № 4 Приморского района Санкт-Петербурга), Лебедева Марина Николаевна

06.10.26 09:48 (MSK)

Простая подпись