

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 22  
Невского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТО**

Решением  
Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 22  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 31.08.2023 года № 1

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом заведующего  
ГБДОУ детского сада № 22  
Невского района Санкт-Петербурга  
Т.Н. Чаплинская  
Приказ от 31.08.2023 года № 25-ОД

**Рабочая программа  
по дополнительной программе  
«В РИТМЕ ДЕТСТВА»  
для детей 4-7 лет.  
на 2023-2024 учебный год**

срок реализации – 1 год

Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
Н.В. Герасимова

Санкт-Петербург  
2023 год

## СОДЕРЖАНИЕ:

### **Целевой раздел рабочей программы I**

1.1	Пояснительная записка .....	3
1.2	Основания разработки программы (нормативные документы и программно-методические материалы) .....	4
1.3	Адресат программы .....	4
1.4	Цель и задачи реализации программы .....	5
1.5	Принципы и подходы в организации образовательного процесса .....	5
1.6	Условия и срок реализации программы .....	6
1.7	Возрастные особенности развития музыкально-ритмических движений .....	6
1.8	Целевые ориентиры освоения программы (возможные достижения) .....	7

### **Содержательный раздел рабочей программы II**

2.1	Формы и способы организации проведения занятий .....	8
2.2	Связь с образовательными областями .....	9
2.3	Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы .....	10
2.4	Содержание и задачи образовательной деятельности .....	12

### **Организационный раздел рабочей программы III**

3.1	Структура реализации образовательной деятельности. Расписание занятий .....	13
3.2	Развивающая предметно-пространственная среда и оборудование .....	14
3.3	Методическое обеспечение программы «В ритме детства» (список методической литературы, интернет ресурсов) .....	15

### **Приложения:**

1	Диагностика качества и динамики развития музыкально-ритмических движений	
2	Перспективный план занятий .....	

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В период с трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Музыка и физкультура всегда были и остаются любимыми занятиями детей.

В программе сочетаются музыкально-эстетическое и физическое воспитание детей дошкольного возраста. Гармоничное соединение движения, музыки, игры развивает музыкальный слух, двигательные способности, формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребенка, делают его поведение естественным и красивым.

Актуальность настоящей программы состоит в систематичности и последовательности применения физкультурных и музыкальных технологий для повышения интереса детей к физкультурной и музыкальной деятельности и развития музыкально-ритмических движений.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствует 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.

В основе занятий лежит использование традиционных и современных технологий и методик, обеспечивается индивидуальный подход к каждому ребёнку.

Программное содержание отличается разнообразием музыкального репертуара (используется классическая музыка русских и зарубежных композиторов, народная музыка, детские песни). Музыкальные произведения доступны по содержанию, форме, жанру и характеру для восприятия детьми дошкольного возраста, имеют выразительную мелодию и четкую фразировку, близки по содержанию детским интересам.

Содержание материала постоянно усложняется. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

**Направленность музыкально-физкультурная:** «Физическое развитие» и «Художественно-эстетическое развитие»

## **1.2. Основания разработки программы (нормативные документы и программно-методические материалы):**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный Закон «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации» от 24.07.1998 №124 –ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 №1155);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утв. Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03. 2022 г. №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 г. N 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва «Об утверждении санитарных правил;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. №2 г. Москва «Об утверждении санитарных правил и норм).

## **1.3. Адресат программы**

Программа «В ритме детства» предназначена для детей 4-7 лет. Для успешного освоения программы на занятиях численность детей не должна превышать более 15 человек.

**1.4. Цель программы** – целостное развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. Программа нацелена на общее, гармоничное психическое и физическое развитие.

**Задачи программы:**

1. Развивать физические данные, координацию движений, ориентировку в пространстве, обогащать двигательный опыт.
2. Развивать основы музыкальной культуры, музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма, музыкальный слух, музыкальную память).
3. Учить оценивать собственное движение и движение сверстника, придумывать «свой» игровой образ, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений. Развивать творческие способности.
4. Развивать нравственно-коммуникативные качества личности.
5. Обеспечить эмоционально-психологическое благополучие. Охрану и укрепление здоровья детей.

**1.5. Принципы и подходы в организации образовательного процесса.**

- Принцип воспитания и всестороннего развития;
- Принцип сознательности и творческой активности;
- Принцип перспективности (развития);
- Принцип систематичности;
- Принцип учёта индивидуальных особенностей детей при коллективном характере обучения;
- Принцип посильной трудности;
- Принцип психологической комфортности;
- Принцип предшествования слухового восприятия музыкального явления его теоретическому осознанию.
- Интеграция образовательных областей.

## **1.6. Условия реализации программы**

Набор в группу производится по письменному заявлению родителей (законных представителей) и по желанию ребенка из числа детей, посещающих ГБДОУ на текущий год обучения.

Язык реализации – русский.

Форма обучения – очная.

Особенности реализации – музыкально-физкультурный зал.

Основой расчета количества учебных часов в неделю является занятие.

Учитывая возрастные возможности детей, продолжительность одного занятия для детей 4-7 лет – не более 25-30 минут.

Образовательный процесс регламентируется учебным планом и календарным учебным графиком.

## **Срок реализации программы**

Программа рассчитана на 1 год обучения (октябрь – май)

## **1.7. Возрастные особенности развития музыкально-ритмических движений**

### **4-5 лет.**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Дети способны активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет расширять и обогащать репертуар уже освоенных движений более сложными.

### **5-6 лет**

В этом возрасте дошкольник достигает больших успехов в развитии движений, что выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений. Это дает возможность подбирать более сложный музыкальный репертуар. Наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться.

### **6-7 лет**

В этом возрасте совершенствуются навыки выполнения разнообразных видов движений: появляется координация в движении рук и ног, более ритмичными становятся ходьба, бег, прыжки, различные виды сложных циклических движений. Развитие воображения и фантазии способствует более выразительному и осмысленному выполнению образно-игровых движений. Дети способны запоминать достаточно большой объем различных движений

и перестроений, что способствует расширению исполняемого репертуара. Дети становятся более изобретательны в импровизации движений под музыку. Различия в характере исполнения движений и музыкальных предпочтений у девочек и мальчиков становятся более отчетливыми.

#### **1.8. Целевые ориентиры освоения программы (возможные достижения):**

##### **4-5 лет:**

Дети умеют выполнять простейшие перестроения. Исполняют комплексы упражнений под музыку. Способны запоминать и исполнять танцевальные композиции самостоятельно. Умеют выполнять простейшие двигательные задания, используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

##### **5-6 лет:**

Дети знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без. Хорошо ориентируются в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выразительно и точно исполнять ритмические и комплексы упражнений под музыку. Способны к импровизации. Осваивают большой объем разнообразных композиций и отдельных видов движений.

##### **6-7 лет:**

Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Умеют выполнять специальные сложные упражнения для согласования движений с музыкой. Выразительно, легко и точно исполняют движения под музыку. Способны импровизировать, используя оригинальные и разнообразные движения. Осваивают большой объем разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Формы и способы организации проведения занятий.**

#### **Формы организации образовательного процесса:**

1. Занятия
2. Игры
3. Диалоги, беседы
4. Импровизация
5. Концертная деятельность
6. Открытые занятия для родителей
7. Создание развивающей предметно-пространственной среды

#### **Методы обучения:**

1. Словесный (объяснения, беседы)
2. Наглядный (показ, демонстрация)
3. Практический (выполнение физических упражнений, разучивание танцевально-ритмических движений, музыкально-подвижных и танцевальных игр, прослушивание и разбор музыки и т.д.)
4. Иллюстративный (схемы танцев, перестроений)
5. Игровой.



## 2.2. Связь с образовательными областями

Содержание рабочей программы разработано в соответствии с ФГОС ДО и с учетом интеграции 5 образовательных областей:

- *Социально-коммуникативное развитие*
- *Познавательное развитие*
- *Речевое развитие*
- *Художественно-эстетическое развитие*
- *Физическое развитие*

«Социально-коммуникативное развитие»	Развивать интерес к музыкальным, дидактическим играм, инсценировкам. Учить выполнять правила игры. Формирование уважительного отношения друг к другу, к окружающим, выполнение правил и норм поведения. Формирование навыков безопасного поведения в зале. Формирование представлений о музыкальной культуре и музыкальном искусстве.
«Познавательное развитие»	Развитие сенсорных способностей. Развивать умение ориентировки в пространстве. Расширение кругозора. Формирование целостной картины мира в сфере музыкального искусства, творчества.
«Речевое развитие»	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в области музыки. Развитие всех компонентов устной речи в творческо-игровой деятельности. Практическое овладение воспитанниками нормами речи. Воспитание чуткости к художественному слову.
«Художественно-эстетическое развитие»	Развитие детского творчества, приобщение к различным видам искусства. Использование художественных произведений с целью усиления эмоционального восприятия музыкальных произведений. Формирование интереса к эстетической стороне окружающей действительности. Развитие образных представлений, воображения, фантазии, эстетических чувств.
«Физическое развитие»	Развитие физических качеств, необходимых для музыкально-ритмической деятельности. Использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения для различных видов двигательной активности. Совершенствование музыкально-ритмических, танцевальных движений, умения творчески

	использовать их в самостоятельной деятельности. Формирование умения ориентировки в пространстве. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья.
--	---

### 2.3 Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоение программы

При реализации программы 2 раза в год проводится диагностика с целью оценки качества и динамики развития музыкально-ритмических движений. Проведение диагностики необходимо для: выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояние его эмоциональной сферы; проектирования индивидуальной работы; оценки эффекта педагогического воздействия. Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Параметры	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Возрастные особенности	Двигается в соответствии с музыкой; Реагирует на смену характера; выполняет движения под «свою» музыку;	Передает характер музыки, используя разнообразные виды движений; Самостоятельно меняет темп; Меняет движение в соответствии с муз. фразами; узнает танец по вступлению;	Передает характер музыки, используя разнообразные виды движений; реагирует на сильную долю такта; держать расстояние между друг другом; на вступление к танцу быстро находит свою пару;
Танцевальные движения	Парные и круговые пляски, хороводы, ритм. композиции; притопы; пружинка; выставление ноги на пятку, носок;	Носок-пятка с приседанием; «ковырялочка»; элементы р. н. танца;	Национальные пляски;
Ходьба	Спокойная, торжественная, таинственная; С различными упражнениями для рук; топающий шаг;	Хороводный шаг, шаг с притопом, пружинящий, топающий, приставной;	Бодрая, спокойная, на носках; Переменный шаг, назад спиной, шаг польки, тройной шаг;

Бег	Легкий, стремительный, в различных направлениях и темпе;	Различного характера	Легкий, ритмичный; широкий, с подниманием колена;
Прыжки	Прямой галоп, подскоки; прыжки с продвижением и поворотами;	Боковой галоп, прыжки с различным выбросом ног; поскоки;	Прыжки с продвижением вперед и назад; легкие подскоки; боковой галоп в парах;
Кружения	В парах и по одному;	В парах, тройках;	В парах, с различными сцеплениями рук;
Ориентировка в пространстве	По кругу в парах, лицом и держась за руки; держит круг; Из круга – в рассыпную; В колонне по одному со сменой ведущего;	Колонки (по одному и парами), шеренги, круг, 2 круга, несколько кружков, клином, змейкой;	Самостоятельно перестраиваться в различные фигуры во время движения; перестроения по схеме, по сигналу;
Танцевально-игровое творчество	Использует мимику и пантомимику; Инсценирует песни; Находит свои оригинальные движения; Передает образы животных, предметов;	Двигается с муз. инструментом и спортивным инвентарем в руках; Придумывает движение, не повторяя движения других; Инсценирует хороводы; Передает образы сказочных персонажей;	Инсценирует танцевальные постановки; Понимает схему танцев; импровизирует под музыку соответствующего характера; передает оттенки настроения; передает образы вымышленных персонажей;
Подвижная игра	Соблюдает правила игры;	«болеет» за друзей; Играет в знакомые игры по желанию;	Умеет взаимодействовать с партнером по игре; Имеет любимые игры;

Диагностика качества и динамики развития музыкально-ритмических движений детей 4-7 лет представлена в *Приложении № 1*

## 2.4 Содержание и задачи образовательной деятельности.

1. Организационный вход в зал. Музыкальное приветствие.
  - Создать положительный эмоциональный настрой.
  - Сосредоточить внимание.
2. Разминка.
  - Разогреть мышцы.
  - Повысить интерес к занятию.
  - Развивать навык ориентировки в пространстве.
3. Танцевальные движения.
  - Улучшать качество исполнения танцевальных движений.
  - Поддерживать интерес к музыкальному произведению.
4. Музыкальная зарядка.
  - Совершенствовать ОРУ.
  - Формировать правильную осанку.
  - Развивать чувство ритма.
5. Танец со спортивными атрибутами.
  - Разучивание новых танцевально-ритмических композиций или повторение пройденного материала.
  - Выразительно и правильно действовать с различными предметами.
  - Двигаться в соответствии с музыкой.
  - Развивать музыкальную и музыкально-двигательную память.
6. Танцевально-игровое творчество.
  - Развитие творческих способностей детей.
  - Формировать навыки художественного исполнения различных образов.
  - Совершенствовать умение импровизировать под музыку.
  - Содействовать проявлению активности и самостоятельности.
  - Развивать воображение, кругозор, фантазию, активность.
  - Воспитывать культуру поведения в процессе коллективного движения.
7. Музыкальные подвижные игры.
  - Развивать нравственно-коммуникативные качества личности.
  - Формировать умение подчинять свои действия правилам игры.
  - Развивать внимание, быстроту реакции, сноровку.
  - Согласовывать движения с текстом.
  - Воспитывать чувство выдержки, умение быстро реагировать на сигнал.
8. Упражнения на релаксацию.

- Снять перевозбуждение.
- Дыхательные упражнения способствуют более быстрому восстановлению организма и несут оздоровительный характер.

Перспективный план занятий для детей 4-7 лет представлен в *Приложении 2*

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности.**

##### **Расписание занятий для детей 4-7 лет**

##### **Структура реализации образовательной деятельности**

<b>Дата начала обучения по программе</b>	<b>Дата окончания обучения по программе</b>	<b>Всего учебных недель</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Режим занятий</b>
01.10.2023	31.05.2024	34	62	2 раза в неделю по 30 минут

##### **Расписание занятий**

<b>Вторник</b>	<b>Пятница</b>
16:00 – 16:30	16:00 – 16:30

### **3.2. Развивающая предметно-пространственная среда и оборудование**

Развивающая предметно-пространственная среда музыкально-физкультурного зала организована в соответствии с требованиями ФГОС ДО и санитарно-эпидемиологическими требованиями, обеспечивает реализацию Программы «В ритме детства».

#### **Материально-техническое обеспечение**

Детские стулья – 15

Столы хохломские – 2

Стол для педагога - 1

Фортепиано -1

Музыкальный центр -1

Шкафы и полки для методической литературы

Наглядные материалы в ассортименте

Картотеки игр

Пособия в ассортименте

Методический материал в ассортименте

Спортивный инвентарь

Атрибуты для подвижных игр

### 3.3. Методическое обеспечение

(список методической литературы, интернет ресурсов)

#### Методическая литература

1. *Буренина А.И.* «Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста».-изд СПб.: ЛОИРО, 2015 г.
2. *Суворова Т.И.* «Танцевальная ритмика для детей». Учебное пособие, вып. 1-6. «Спорт». Учебное пособие, вып. 1, 2
3. *Фирелева Ж., Сайкина Е.* «СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений». – изд. Детство-пресс, 2017 г.
4. *Каплунова И.М., Новоскольцева И.А.* Ладушки. Программа по музыкальному воспитанию детей дошкольного возраста. Издание второе, дополненное и переработанное. СПб.: Композитор, 2015
5. *Каплунова И.М, Новоскольцева И.А.* Праздник каждый день. Конспекты музыкальных занятий с аудиоприложением. СПб: Композитор, 2015
6. *Коренева Т.Ф.* «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста». М, 2016 г.
7. *Арсеневская О.Н.* Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения. – Волгоград. Учитель, 2012 г.
8. *Слуцкая С.Л.* «Танцевальная мозаика», Линка-Пресс, 2016 г.
9. *Беспятова Н.К.* *Методическое пособие* Программа педагога дополнительного образования: от разработки, до реализации, М-2017 г.

#### Интернет

#### ресурсы:

1. <http://www.numi.ru/>
2. <http://2berega.spb.ru/>
3. <http://muzruk.net/>
4. <http://possum.ru/>
5. <http://www.maam.ru>

#### Приложения

Приложение 1 Диагностика (мониторинг) качества и динамики развития музыкально-ритмических движений.

Приложение № 2 Перспективный план занятий