

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОРОГОбУЖСКИЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
МБУДО Дорогобужский ДДТ
протокол № 1
от «29» 08 2025 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Ритмопластика»

Возраст обучающихся: 5-6 лет
Срок реализации: 1 год

Авторы-составители
Котрелева Кристина Эрастовна, педагог
дополнительного образования
Кузина Валентина Анатольевна, педагог
дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая модифицированная программа «Ритмопластика» составлена на основе программы Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. «Са-Фи-Дансе» и разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023 г.) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утв. Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20)

Программа «Ритмопластика» является программой художественной направленности и реализуется в очной форме в учреждении дополнительного образования (МБУДО Дорогобужский ДДТ) по адресу: Смоленская область, город Дорогобуж, улица Путенкова, дом 1.

Учреждение дополнительного образования (МБУДО Дорогобужский ДДТ) обязуется:

- организовать работу педагога МБУДО Дорогобужского ДДТ с целью реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы;
- контролировать выполнение образовательных программ и воспитательного процесса согласно утвержденному учебному плану, учебному графику и расписанию;
- принимать участие в совместных культурно-массовых мероприятиях и акциях;
- нести ответственность за сохранность жизни и здоровья детей во время образовательного процесса с соблюдением норм санитарно-гигиенического режима, правил выполнения техники безопасности и пожарной безопасности.

Актуальность программы

В последнее время приоритетным направлением дополнительного дошкольного образования стала физкультурно-оздоровительная работа. Что обусловлено целым рядом объективных причин: слабое здоровье детей, недостаточная организация заболеваний, отсутствие положительного примера по соблюдению здорового образа жизни для детей со стороны родителей.

Ритмопластика - это комплекс специально подобранных упражнений, направленный на развитие и укрепление всех групп мышц, развитие чувства ритма, пластики, гибкости, тренировку внимания и памяти.

Педагогическая целесообразность программы

Ритмопластика подразумевает физические нагрузки под музыку, которые проводятся в игровой форме и небольшими подгруппами обучающихся.

Именно такие занятия помогают детям раскрепоститься.

Простые и известные детям музыкальные произведения и несложные выразительные движения зададут нужный темп и создадут положительный настрой, помогут почувствовать себя уверенно в любом коллективе, без стеснения выражать свои эмоции, научат расслабляться, зарядят бодростью и хорошим настроением на весь день.

Дошкольный возраст является фундаментом в формировании физического здоровья. Именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Поэтому так важно в дошкольном возрасте сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Программа «Ритмопластика» **направлена** на психологическое раскрепощение обучающихся через освоение своего тела, как «музыкального» инструмента. Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию.

Важно отметить, что программа «Ритмопластика» направлена не только на развитие обучающихся, но и на совершенствование профессионализма самого педагога в целом.

Все обучающиеся разные и необходимо раскрыть потенциал и возможности каждого ребенка в отдельности, а это требует корректировки содержания работы.

Индивидуальный подход к каждому ребенку – одна из отличительных особенностей данной программы.

Игровой метод проведения занятий объединяет все разделы программы. Занятия в форме игры повышает эмоциональный фон занятий, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, способствует развитию воображения, мышления, а также творческих способностей обучающихся.

Новизна программы заключается в том, что с помощью интеграции образовательных областей «Музыка», «Физическая культура», «Коммуникация» осуществляется комплексный подход к **коррекционно-развивающему воспитанию**. Эта связь обеспечивает формирование у детей как музыкально-ритмических навыков (ритмического, динамического, тембрового музыкального слуха, способности различать форму, характер музыкального произведения), музыкальной памяти, внимания, так и двигательных навыков, которые обеспечивают согласование средств музыкальной выразительности и передачу их в различных движениях в играх, плясках, упражнениях; развитие координации движений, умение ориентироваться в пространстве.

Возрастные особенности детей 5-6 лет

В таком возрасте 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 сложные координированные танцевальные движения и гимнастические упражнения.

Цель программы: развитие у детей дошкольного возраста физических, музыкально-ритмических способностей средствами движения, музыки и ритма.

В соответствии с целью, поставленной данной образовательной общеразвивающей программой, выделяется ряд педагогических **задач**, которые предстоит решить в ходе реализации программы:

Образовательные:

- ознакомить с основными танцевальными элементами, движениями;
- формировать знания и умения в области хореографического мастерства;
- формировать познавательный интерес к искусству звуков;
- научить двигаться в соответствии с характером музыки.

Развивающие:

- развивать двигательные качества и умения: ловкость, точность и координацию движений;
- гибкость и пластичность; умения ориентироваться в пространстве;
- развивать творческие способности, потребность самовыражения в движении через музыку;
- развивать восприятие, внимание, память, мышление;
- совершенствовать пространственную ориентировку.

Воспитательные:

- воспитывать дисциплинированность, силу воли и трудолюбие;
- воспитывать у обучающихся выдержку, настойчивость в достижении цели;
- воспитывать доброжелательность, умение вести себя в группе, подчиняться правилам.

Отличительной особенностью данной программы является то, что игровые приемы обеспечивают динамичность процесса обучения, максимально удовлетворяют потребности ребенка, что способствует формированию интереса к занятиям и наилучшему усвоению материала, следовательно, оптимальному воздействию упражнений на организм. Музыкально-ритмические упражнения и танцы поднимают настроение, а возможность проявлять самостоятельность и творчество в движениях повышают самооценку ребенка.

Возраст детей, участвующих в реализации программы

Программа предназначена для работы с детьми старшего дошкольного возраста – **5-6 лет**.

Сроки реализации программы – один год обучения.

Условия приема детей: запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через АИС «Навигатор дополнительного образования Смоленской области».

Формы и режим занятий

Основной формой организации образовательного процесса являются занятия, которые проводятся группами и подгруппами.

Используются комплексные, сюжетные, тематические и другие виды занятий.

Форма занятий: групповая.

Образовательный период освоения программы осуществляется с 02 сентября по 25 мая, продолжительность **38 часов**.

Режим занятий: Проводятся один раз в неделю по **1 академическому часу** (30 минут).

Данная программа имеет **стартовый уровень сложности**.

Преподавание ведётся на русском языке.

Планируемые результаты и способы их проверки.

Личностные:

- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности;

Метапредметные:

- формирование умения планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- формировать умение конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

Предметные:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие человека;
- самостоятельно контролировать осанку, положение рук, ног, головы;
- иметь представления о пространстве и ориентироваться в нем.

Основными способами проверки планируемых результатов являются педагогическое наблюдение, демонстрация выученного материала, опросы в игровой форме.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:

- проведение открытых занятий для родителей;
- проведение итогового занятия в конце года.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Беседа
2	Азбука музыкального движения	7	1,5	5,5	Беседа, занятие-тренировка, занятие-игра
	• Ритмическое исполнение мелодий	2	0,5	1,5	
	• Марш. Ритмический счет.	2	0,5	1,5	
	• Фигуры в танце.	1		1	
	• Музыкально-подвижные игры	2	0,5	1,5	
3	Развитие пластики тела	10	1,5	8,5	Беседа, занятие-тренировка, занятие-игра
	• Партерная гимнастика.	2	0,5	1,5	
	• Выполнение общеразвивающих, здоровьесберегающих упражнений.	3	0,5	2,5	
	• Пластичная гимнастика.	3	0,5	2,5	
	• Упражнения на формирование правильной осанки.	2		2	
4	Танцевально-ритмическая гимнастика	6	0,5	5,5	Беседа, занятие-тренировка, занятие-игра
	• Танцевальные шаги	1		1	
	• Ритмические композиции	4	0,5	3,5	
	• Бег, прыжки	1		1	
5	Танец	13	3	10	Беседа, занятие-тренировка, занятие-игра
	• Танец «Зарядка для зверят».	3		3	
	• Русские-народные танцы	7	3	4	
	• Танец-импровизация	3		3	
6	Итоговое занятие	1		1	Игра
	Итого	38	7	31	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1 Раздел. Вводное занятие «Ритмопластика» (1 час).

Вводное занятие (1 час).

Теория: Знакомство с обучающимися. Введение в образовательную программу. Культура поведения на учебных занятиях. Вводный инструктаж.

Практика: Игра «Знакомство».

2 Раздел. Азбука музыкального движения (7 часов).

Ритмическое исполнение мелодий (2 часа).

Теория: Виды музыкальных размеров: 2/4, 3/4, 4/4.

Практика: Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди музыкальную фразу». Игра в хлопки с увеличением темпа: хлопки (на сильную долю) становятся громче и увеличивается размах рук, и, наоборот, со снижением темпа все стихает. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

Мари. Ритмический счет. Перестроения из одной колонны в два круга (2 часа).

Теория: Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Беседа о жанре, характере и музыкально-выразительных средствах.

Практика: Игра «Найди свой путь», движение по залу со сменой направлений под музыку. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре. Музыкально-ритмические упражнения на практическое усвоение понятий: «Темп», «Ритм», «Динамика», «Музыкальная фраза», «Акцент».

Фигуры в танце (1 час).

Практика: Игра «Сделал - остановись». Основные движения (тройной притоп, шаг с притопом, «веревочка», «ковырялочка), направления танцевального движения в зале лицом по линии танца. Построение парами по кругу, лицом друг к другу. Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, перестроения из колонны в шеренгу и обратно, «звездочка», «конверт».

Музыкально-подвижные игры (2 часа).

Теория: Знакомство с музыкальными играми.

Практика: Изучение и исполнение образно-танцевальных игр «День-ночь», «Кошки-мышки», «зайцы и волк». «Громче-тише».

3 Раздел. Развитие пластик тела (10 часов).

Партерная гимнастика (2 часа).

Теория: Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений.

Практика: Система специально разработанных упражнений для развития природных физических данных учащихся. Основы гимнастики на полу.

Выполнение общеразвивающих, здоровьесберегающих упражнений (3 часа).

Теория: Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Основные принципы дыхания. Выделение различных групп мышц. Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце. Понятие о мышечном тоне.

Практика: Развитие навыков растяжения и расслабления. Освоение системы упражнений, направленной на развитие подвижности суставных сочленений: вращения в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа), различные виды приседаний, прыжки.

Пластичная гимнастика (3 часа).

Теория: Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Основные принципы дыхания.

Практика: Выполнение упражнений на полу, упражнения на напряжение и расслабление мышц тела, упражнения для укрепления всех групп мышц ног.

Упражнения на формирование осанки (2 часа)

Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце.

Практика: Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса: наклоны головы, сжатие и расслабление пальцев рук, вращение кистей, локтей и плеч. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса: наклоны в стороны и вперёд, потягивания в стороны и вверх, круговые вращения корпуса. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины: сжатие и растяжение мышц грудного отдела, растягивание и скручивание мышц поясничного отдела позвоночника.

4 Раздел. Танцевально-ритмическая гимнастика (6 часов).

Танцевальные шаги (1 час)

Практика: Танцевальные шаги: с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук.

Ритмические композиции (4 часа).

Теория: Понятие о детальных оттенках музыки, музыкальные размеры, темп, характер музыки (четко, сильно, медленно, плавно).

Практика: Изучение и исполнение образно-танцевальных композиций «Ладочки», «Слоник», «Зарядка», «Часики». Синхронность и координация движений под музыку, ритмическая композиция «Гуси». Разучивание танцевальных элементов «Качели», «Мельница».

Бег, прыжки (1 час).

Практика: Лёгкий бег, бег с за хлестом голени, бег на месте и в продвижении, бег с поднятием ног спереди, согнутых в коленях, на месте и с продвижением. Прыжки: понятие маленьких и больших прыжков. Подскоки: на месте; с продвижением.

5 Раздел. Танец (13 часов).

Танец «Зарядка для зверят» (3 часа).

Теория: Понятия «вступление», «пауза».

Практика: Изучение и исполнение танца «Зарядка для зверят».

Русские-народные танцы (7 часа).

Теория: История русского народного танца «Хоровод», «Плясовая». Основные движения (переменный и боковой шаг, припадание). Направления танцевального движения в зале: лицом по линии танца по кругу, в центр круга. Движение вперёд и назад, движение по спирали. Основные движения (тройной притоп, шаг с притопом, «веревочка», «ковырялочка»),

Практика: Изучение и исполнение танца «Хоровод». Изучение и исполнение танца «Плясовая» в парах.

Танец импровизация (3 часа)

6 Раздел. Итоговое занятие (1 час)

Практика: Итоговая игра.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Дата проведения
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Вводный инструктаж. Знакомство.	1	0,5	0,5	Сентябрь
2.	Азбука музыкального движения	7	1,5	5,5	Сентябрь
2.1	Знакомство с ритмопластикой. Дыхательная гимнастика. Входная аттестация.	1	0,5	0,5	Сентябрь
2.2	Ритмическое исполнение мелодий (хлопки, выстукивания, притопы)	1	0,5	0,5	Сентябрь
2.3	Марш. Ритмический счет.	1		1	Октябрь
2.4	Разминка. Разучивание танцевальных шагов.	1		1	Октябрь
2.5	Разминка. Фигуры в танце: круг, линия, звездочка, квадрат.	1	0,5	0,5	Октябрь
2.6	Музыкально-подвижные игры «День-ночь», «Кошки-мышки»	1		1	Октябрь
2.7	Музыкально-подвижные игры «Зайцы и волки», «Громче-тише»	1		1	Ноябрь
3	Развитие пластики тела	10	1,5	8,5	
3.1	Разучивание комплекса упражнений на полу	1		1	Ноябрь
3.2	Выполнение общеразвивающих здоровьесберегающих упражнений.	1		1	Ноябрь
3.3	Упражнения на укрепление мышц спины.	1	0,5	0,5	Ноябрь
3.4	Посвящение в Почемучки	1		1	Ноябрь
3.5	Разучивание движений на развитие пластики (русалочка, колечко)	1	0,5	0,5	Декабрь
3.6	Музыкально-подвижная игра «Мороз». Промежуточная аттестация.	1		1	Декабрь
3.7	Упражнения для развития гибкости тела «Кошечка»	1		1	Декабрь
3.8	Разминка. Разучивание танцевальных шагов.	1		1	Декабрь
3.9	Разминка Разучивание танцевальных шагов. Новогодний утренник	2	0,5	1,5	Январь
4	Танцевально-ритмическая гимнастика	6	0,5	5,5	
4.1	Ритмические композиции	1		1	Январь
4.2	Понятие пространственных перестроений.	1	0,5	0,5	Январь
4.3	Разминка. Разучивание танцевальных движений.	1		1	Январь
4.4	Бег. Прыжки.	1		1	Январь
4.5	Разучивание танцевальных движений	1		1	Февраль
4.6	Разучивание танцевальных движений. Промежуточная аттестация	1		1	Февраль
5	Танец	13	3	10	
5.1	Музыкально-ритмическая игра «Передай ритм»	1		1	Февраль
5.2	Танец «Зарядка для зверят»	1		1	Февраль
5.3	Музыкальная игра на развитие слуха	1		1	Март
5.4	Музыкальная игра на развитие чувства ритма. Масленица	1		1	Март

5.5	История возникновения русских-народных танцев	1	1		Март
5.6	Русский народный танец «Хоровод». Особенности танца, основные движения.	1	1		Март
5.7	Русский народный танец «Хоровод». Особенности танца, основные движения.	1		1	Апрель
5.8	Русский народный танец «Хоровод». Особенности танца, основные движения. Промежуточная аттестация.	1	1		Апрель
5.9	Русский народный танец «Плясовая». Особенности танца, основные движения.	1		1	Апрель
5.10	Русский народный танец «Плясовая». Особенности танца, основные движения.	1		1	Апрель
5.11	Русский народный танец «Плясовая». Особенности танца, основные движения. Итоговая аттестация.	1		1	Май
5.12	Игровое Музыкальное занятие «Веселое путешествие»	1		1	Май
5.13	Путешествие в страну «Светофорию»	1		1	Май
6	Итоговое занятие	1		1	Май
	Итого:	38	7	31	

ПРОГРАММА **воспитательной работы в творческом объединении** **«Ритмопластика»**

В 2025-2026 учебном году воспитательная работа с обучающимися творческого объединения «Ритмопластика» будет направлена на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма и гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам героев Отечества, к закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Цель программы: формирование у обучающихся духовно-нравственных, экологических ценностей, способности к здоровому и безопасному образу жизни, а также успешной социализации в обществе.

Программа направлена на то, чтобы подготовить молодое поколение к ответственной и осознанной жизни, основанной на уважении к окружающей среде и собственному здоровью.

Задачи программы:

- воспитать чувства патриотизма к малой Родине и чувства принадлежности к малой Родине.
- создать условия для активизации талантов и способностей обучающихся.
- создать условия для реализации возрастных и психологических особенностей, интересов и потребностей обучающихся в различных видах деятельности.
- объединить усилия педагогов, обучающихся, родителей (законных представителей) и общественности для реализации практических природоохранных акций, а также развития творческих и интеллектуальных способностей детей.

Приоритетные направления деятельности

Гражданско-патриотическое

Задачи воспитания:

- Формирование чувства гордости за свою страну и ее историю.
- Развитие ответственности и уважения к законам и порядку в обществе.
- Воспитание толерантности и уважения к многонациональной культуре.

Интеллектуально-познавательное

Задачи воспитания:

- Стимулирование любознательности и развитие критического мышления.
- Развитие навыков самообразования и саморазвития.
- Развитие навыков самостоятельного поиска информации, постановки цели и планирования своего обучения.
- Поддержка творческого мышления и развитие креативности.

Духовно-нравственное

Задачи воспитания:

- Формирование у детей чувства морали, справедливости, сострадания и сопереживания.
- Развитие эмоционального интеллекта и самоконтроля.
- Развитие способности к саморегуляции и эмпатии к окружающим.
- Воспитание духовных ценностей и нравственных убеждений.
- Обучение уважать себя и других, развивать чувство достоинства и самоуважения, а также понимание важности искренности, честности и ответственности.
- Поддержка развития духовности и веры.
- Формирование понимания и ценности духовного роста, стремлению к самосовершенствованию, работа над развитием своих личностных качеств, принятие ответственности за свои поступки и решения.

Проориентационное

Задачи воспитания:

- Содействие в определении своих интересов, наклонностей и способностей.
- Развитие творческого мышления и креативности.
- Воспитание ответственности и понимания важности выбора профессии.
- Развитие готовности к самообразованию и саморазвитию.
- Приобщение к труду.

Культурно-досуговое и художественно-эстетическое

Задачи воспитания:

- Развитие творческих способностей и художественного вкуса.
- Содействие в формировании уважения к культурному наследию и искусству.
- Способствование развитию творческого мышления и фантазии.
- Обучение активного участия детей в культурной жизни общества.
- Содействие развитию эстетического восприятия и чувства красоты.

Основы здорового образа жизни

Задачи воспитания:

- Способствование физической активности и здорового образа жизни.
- Обучение правильному питанию и соблюдению режима питания.
- Развитие навыков гигиены и заботы о здоровье.
- Поддержка эмоционального и психологического здоровья.
- Содействие развитию социальных навыков и здоровых отношений.
- Обучение детей основам безопасности и профилактике травм.

Безопасность жизнедеятельности

Задачи воспитания:

- Обучение правилам дорожного движения, безопасности на воде, в доме и на улице.
- Обучение безопасности в быту, на улице, на природе, в общественных местах, в транспорте и других ситуациях.
- Совершенствование форм и методов пропаганды правил безопасности и охраны труда.

Экологическая и природоохранная деятельность

Задачи воспитания:

- Обучение детей основам экологии и понимание важности сохранения природы.
- Формирование активного участия детей в экологических мероприятиях и инициативах.
- Развитие ответственного отношения к окружающей среде.
- Привитие умений по сохранению экосистем и обеспечению устойчивого развития, экологическому сознанию, умению принимать осознанные решения в повседневной жизни, а также понимать взаимосвязь между человеком и природой.

Формы и методы воспитательной работы

- беседы;
- викторины;
- игры;
- конкурсы;
- акции;
- практические занятия и проекты;
- творческие задания;
- дискуссии.

Планируемые результаты работы

- Формирование гражданской активности и ответственности.
- Развитие критического мышления, логики и аналитических способностей.
- Понимание собственных способностей и интересов.
- Развитие творческих способностей и художественного вкуса.
- Формирование здоровых привычек и занятий спортом.
- Формирование и соблюдения правил безопасного поведения в различных ситуациях.

Стремление к созданию безопасной среды для себя и окружающих.

- Забота о сохранении природы и природных ресурсов.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ:

№ п/п	Мероприятие	Направление	Сроки проведения
1	Беседа «Правила эвакуации обучающихся при чрезвычайных ситуациях»	Безопасность жизнедеятельности	Сентябрь
2	Беседа «Профессии родителей»	Профориентационное	
3	Викторина «Правила дорожного движения»	Безопасность жизнедеятельности	
4	Участие в природоохранной акции «Очистим планету от мусора».	Экологическая и природоохранная деятельность	
5	Творческая работа «Красавица Золотая осень»	Художественно - эстетическое	

6	Беседа «16 октября - Всемирный день здорового питания»	Основы здорового и безопасного образа жизни	Октябрь
7	Творческое задание «12 ноября – Синичкин день»	Экологическая и природоохранная деятельность	
8	Творческая работа «Самое прекрасное слово на земле» День матери.	Культурно-досуговое	
9	Беседа «Полезные продукты»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
10	Праздник «Посвящение в Почемучки»	Культурно - досуговое	Ноябрь
11	Беседа «Экология – зона тревоги»	Экологическая и природоохранная деятельность	Декабрь
12	Беседа «Соблюдение охраны труда на рабочем месте»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
13	Беседа «Фейерверки и петарды – детям не игрушки»	Безопасность жизнедеятельности	
14	Новогоднее мероприятие «Вместе встретим Новый год»	Культурно - досуговое	
15	Беседа «Старый Новый год»	Духовно – нравственное	Январь
16	Беседа «О дружбе, доброте и отзывчивости»	Духовно – нравственное	
17	Беседа ПДД «Осторожно, гололед!»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
18	Выставка «Любимые зимние забавы»	Художественно-эстетическое	
19	Участие в природоохранной акции «Покормите птиц зимой!»	Экологическая и природоохранная деятельность	
20	Беседа «Все профессии нужны!»	Профориентационное	
21	Игровое занятие «Чтоб расти и закаляться, будем спортом заниматься»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
22	Викторина «Интернет и безопасность»	Интеллектуально-познавательное	
23	Урок мужества «День Защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое	
24	Беседа ПДД «Будь внимателен на	Безопасность	

	зимней дороге!»	жизнедеятельности	
25	Праздник «Масленица»	Культурно - досуговое	Февраль
26	Викторина «Почему идет дождь? Почему идет снег?»	Экологическая и природоохранная деятельность	Март
27	Творческое занятие, выставка 8 марта «Праздник весны, красоты и радости»	Культурно - досуговое	
28	Игровое занятие «Весна пришла!»	Интеллектуально-познавательное	
29	Беседа «Пожарная безопасность в доме, квартире»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
30	Беседа «Соблюдение мер предосторожности в период весеннего таяния льда на водоемах»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
31	Викторина «Птицы прилетели»	Экологическое, культурно-досуговое	Апрель
32	Игра-викторина «День Земли»	Интеллектуально-познавательное	
33	Беседа «Правила эвакуации обучающихся при ЧС»	Безопасность жизнедеятельности	
34	Беседа «Пасхальные традиции»	Духовно – нравственное	
35	Игровое занятие «Мы выбираем здоровый образ жизни!»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
36	Конкурс рисунков «Космическое путешествие» День космонавтики	Культурно-досуговое	
37	Участие в викторине «Очистим город от мусора!»	Экологическая и природоохранная деятельность	
38	Беседа ПДД «Азбука пешехода»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
39	Праздник «Радужные состязания»	Основы здорового и безопасного образа жизни	
40	Беседа «Правила поведения на водных объектах в период летнего купального сезона»	Безопасность жизнедеятельности	Май

Программа «Ритмоплатика» включает использование следующих упражнений:

- *Игроритмика:*

Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет, только на первый счет. Выполнение простейших движений руками в различном темпе.

- *Игрогимнастика:*

- Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну. Повороты переступанием по команде. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога. Передвижение в обход шагом и бегом.

- Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Сочетание основных движений прямыми или согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой. Сочетание упоров с движениями ногами. Упражнения с предметами. Упражнения с платочками, шарфиками, косынками.

- Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Потряхивание кистями и предплечьями. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Расслабление рук в положении лежа на спине. Посегментное свободное расслабление рук в положении лежа на спине, потряхивание ногами из положения лежа на спине. Лежа на спине при напряжении мышц — выдох; при расслаблении мышц — вдох. Упражнения на осанку в стойке; руки за спину с захватом локтей. Имитационные, образные упражнения.

- Акробатические упражнения. Группировка в положениях лежа и сидя, перекаты в ней вперед — назад. Из упора присев переход в положение лежа на спине. Сед ноги врозь широко. Равновесие на одной ноге с опорой и без опоры. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

- *Игротанцы:*

- Хореографические упражнения. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо-налево, переступая на носках, держась за опору. Полуприседы, стоя боком к опоре. Комбинации хореографических упражнений.

- Танцевальные шаги. Мягкий, высокий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги. Прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360 на шагах. Комбинации из изученных танцевальных шагов.

- Ритмические и бальные танцы: «Автостоп», «Большая прогулка», «Вару-вару», полька «Старый Жук», «Большая стирка», «Полька-хлопушка», «Матушка-Россия».

- *Танцевально-ритмическая гимнастика:*

Специальные композиции и комплексы упражнений «Часики», «Карусельные лошадки», «Песня короля», «Воробьиная дискотека», «Ну, погоди!», «Сосулька», «Упражнение с платочками».

- *Игроплатика:*

Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

- *Пальчиковая гимнастика:*

Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: поочередное сгибание и разгибание пальцев, работа одним пальцем, круговые движения кистью и пальцами, выставление одного, двух и т. д. пальцев, «сцепление», соединение большого пальца с другими, касание пальцев одной руки с другой рукой («здороваются»), движение пальцев по различным частям тела и поверхности стола. Упражнения пальчиками с речетативом.

- *Игровой самомассаж:*

Поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно-игровой форме.

- *Музыкально-подвижные игры:*

«Карлики и великаны», «Найди предмет», «Два Мороза», «Птица без гнезда», «Автомобили», «Воробушек», «Космонавты», «Усни-трава», «Поезд», «Музыкальные стулья»; музыкально-подвижные игры по ритмике и с использованием строевых и общеразвивающих упражнений.

- *Игры-путешествия:*

«Лесные приключения», «Времена года», «На выручку карусельных лошадок», «Путешествие в Кукляндию», «Космическое путешествие на Марс», «В мире музыки и танца».

- *Креативная гимнастика:*

Музыкально-творческие игры «Ай да я!», «Творческая импровизация». Специальные задания «Художественная галерея», «Выставка картин».

ЛИТЕРАТУРА, ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ПЕДАГОГОМ:

1. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика», Санкт – Петербург 2000.
2. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Фитнес – Данс», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2007.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «СА – ФИ – ДАНСЕ», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2007.
4. Е.М. Гельфан «Игры и упражнения для маленьких и больших», Москва 1961.
5. Л. Минеева «Музыка бальных танцев», Санкт – Петербург «Композитор» 2002.
6. Н.А. Фомина «Сюжетно – ролевая ритмическая гимнастика», Москва «Детский сад – 2100» 2005.
7. Г. Франио, И. Лифиц «Методическое пособие по ритмике», Москва «Музыка» 1987.
8. Г. Вихарева «Играем с малышами», Санкт – Петербург «Композитор» 2007.
9. О.А. Вайнфельд, А.А. Талдыкин «Музыка, движение, фантазия!», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО – ПРЕСС» 2002.

Диагностика личностных результатов обучающихся

1. Методика «Волшебная палочка»

Цель: данная методика позволяет оценить нравственные ориентиры дошкольников, определить доминирующие потребности воспитанника.

Инструкция: ребятам предлагается представить, что они волшебники и могут исполнить три любых желания. Дошкольников просят назвать эти три желания. Возможен вариант, попросить детей расположить эти желания, начиная с самого главного для них.

Интерпретация: ответы анализируются по следующей схеме: для себя, для близких, для людей в целом. Педагогу рекомендуется в дальнейшем выстраивать свои занятия исходя их результатов данной методики по каждому воспитаннику и по всей группе в целом.

2. Методика определения самооценки "Лесенка" (к мониторингу личностного развития ребенка п.2.1.)

Назначение: позволяет определить самооценку дошкольника

Инструкция: педагог рисует на листе бумаги лестницу из 10 ступенек.



Показывает обучающимся лесенку и говорит, что на самой нижней ступеньке стоят самые плохие мальчики и девочки.

На второй - чуть-чуть получше, а вот на верхней ступеньке стоят самые хорошие, добрые и умные мальчики и девочки.

На какую ступеньку поставил бы ты себя? (Нарисуй себя на этой ступенечке. Можно нарисовать 0, если ребенку трудно нарисовать человечка).

Обработка результатов:

1-3 ступенька - низкий уровень самооценки (заниженная);

4-7 ступенька - средний уровень самооценки (правильный);

8-10 ступенька - высокий уровень самооценки (завышенная).