

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
познавательного – речевого развития детей
№ 15 «Чебурашка» города Зеленокумска Советского района**

Согласована
педагогическим советом № 1
«Детский сад № 15 «Чебурашка»
протокол № 1 от 29.08.2024г.

Утверждена
Приказ № 128 от 30.08.2024 г
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 15 «Чебурашка»
_____ Е.В. Шевцова

***Дополнительная образовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Музыкальная мозаика»
Срок реализации: 2024-2025 учебный год***

Автор программы: Н.Б Богославцева

1. При распределении разделов программы учитывались возрастные особенности детей от 6 до 7 лет.

Физические возможности детей 6-7 лет заметно расширяются. В этом возрасте у ребенка появляется интерес не только к результату, но и к способу выполнения заданий. Его двигательная активность оказывает влияние на формирование психофизиологического статуса. Существует прямая зависимость между уровнем физической подготовленности и психическим развитием ребенка. Хорошим показателями состояния ЦНС является большой объем двигательной активности в течение дня.

Показатели гармоничного физического развития детей 6-7 лет:

ребенок уверенно владеет элементами техники бытовых движений, в том числе выполняет координированные движения пальцев и кисти;

осваивает технику спортивных движений, может выполнять сложно координированные действия при ходьбе на лыжах, катании на коньках, велосипеде, а также гимнастические упражнения;

способен к самостоятельным, точным, ловким движениям под музыку; выполняет элементарные графические движения, вертикальные, горизонтальные линии, овалы, круги и т. п.;

способен овладеть игрой на различных музыкальных инструментах.

Физическое развитие имеет особое значение для детей дошкольного возраста, так как физическая неготовность к школьному обучению может стать проблемой для будущего первоклассника. Ребенок с недостаточным уровнем физического развития не способен выдерживать школьную нагрузку.

Оборудование: гимнастические палки, обручи, музыкальный центр, учебно – наглядные пособия, степ – доски, ноутбук, записи мелодий, индивидуальные гимнастические коврики.

2. Учебный план;

Третий год обучения

1 «Строевые упражнения»: самостоятельное ориентирование в зале, перестроение в круг, в пары, друг за другом, в шеренгу и в колонну, в несколько кругов.

2 «Образно игровые упражнения»: сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий с имитацией поведения птиц, зверей.

3 «Игроритмика»: упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

4 «Танцевально-ритмическая гимнастика»: образно- танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность.

Ожидаемые результаты:

3 год обучения

В результате освоения программы 3 года обучения воспитанники умеют свободно двигаться под музыку различного характера; хорошо ориентируются в зале при использовании танцев и проведения музыкальных подвижных игр; владеют основными упражнениями и танцевальными движениями, умеют различать жанры музыкальных произведений(марш, полька, вальс); самостоятельно умеют танцы, пляски, и комплексы танцевально- ритмических упражнений под музыку; действовать, не подражая друг другу; соблюдают элементарные общепринятые нормы и правила поведения.

3. Режим реализации программы

Общее количество образовательных ситуаций в год	Количество образовательных ситуаций в неделю	Длительность образовательной ситуации	Форма организации образовательного процесса
36	1	30 минут	групповая

4. Тематический план

3 год обучения

Темы развивающих образовательных ситуаций на игровой основе	Объём учебной нагрузки (часы)
Строевые упражнения	10
Образно игровые упражнения	8
Игроритмика	11
Танцевально-ритмическая гимнастика	7
Итого	36

2.4 Планирование содержания работы по ритмопластике

№ п/п	Дата	Тема организованной образовательной деятельности	Программные задачи	Методические обеспечения	Реализация тем в ходе режимных моментов свободной деятельности
1	05.09 2024	Тема «Осень - красавица»	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Музыкально - подвижная игра «Найди своё место»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»;	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
2	12.09 2024	Тема: Мир глазами детей	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Танцевальные шаги «Шаг с носка, на носках» Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
3	19.09 2024	Мониторинг	Изучение индивидуального развития детей Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька,	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения

			укрепление осанки Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка»	два ступенька»;	
4	26.09 2024	Мониторинг	Изучение индивидуального развития детей		
5	3. 10 2024		Игры – путешествия Учить использовать приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
6	10 10 2024	Тема «День рождение города»	Танцевальные шаги «Шаг с носка, на носках» Строевые упражнения «Гусеница» Игроритмика «Горошина» Игровой самомассаж «Ладoshки»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»;	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
7	17 10 2024	Тема «Бабушкино лукошко»	Строевое упражнение «Хоровод Игроритмика «Горошинка» Музыкально - подвижная игра «Нитка - иголка»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
8	24 10	« В здоровом	Строевые упражнения	Фирилева Ж.	Музыкальн

	2024	теле здоровый дух!»	«Быстро по местам» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Если весело живётся»	Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
9	31 10 2024	Тема «Моя страна»	Игроритмика Музыкально - подвижная игра «Музыкальные стулья» Ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» Танцевально - ритмическая гимнастика «Улыбка»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
10	07.11 2024	Осень золотая	Сюжетная игра - путешествие «Цветик - семицветик» Строевые упражнения Ритмический танец «Вару - вару» Музыкально - подвижная игра «Музыкальные змейки» Танцевально - ритмическая гимнастика «Хоровод» Упражнение на дыхание	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»;	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
11	14.11 2024	Фрукты	Строевые упражнения - построение в шеренгу, перестроение в круг по сигналу. Ритмический танец «Полька» Игроритмика - притопы	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники

			Танцевально - ритмическая гимнастика «Зарядка»	детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	и развлечения
12	21.11 2024	Тема: Милой мамочке дарю солнышко в ладошках!	Строевые упражнения «Направо, налево, кругом» Игроритмика «Ходьба на каждый счёт» Музыкально - подвижная игра «Дирижёр - оркестр» Дыхательная гимнастика	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
13	28.11 2024	Дикие животные наших лесов	Строевые упражнения «Направо, налево, кругом» Строевые упражнения «Цапля» Игроритмика «Ходьба на каждый счёт», Ритмический танец «Танец с хлопками» Игровой самомассаж «Ладони»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
14	05.12 2024	Тема Здравствуй зимушка – зима!	Танцевальные шаги «Пружинное движение ногами» Игроритмика «Хлопки и притопы» Общеразвивающие упражнения «Зарядка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
15	12.12 2024	Тема Здравствуй зимушка – зима!	Танцевальные шаги «Пружинное движение ногами» Игроритмика	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ».	Музыкальные и интегрированные

			«Хлопки и притопы» Общеразвивающие упражнения «Зарядка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	занятия, праздничные утренники и развлечения
16	19.12 2024	Праздник Новый год	Строевое упражнение «Змейка» Игроритмика «Хлопки и притопы» Общеразвивающие упражнения «Зарядка» Игропластика «Гимнаст», «Лыжник», «Ежик», «Лодочка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»;	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
17	26.12 2024	Праздник Новый год	Танцевальные шаги «Пружинное движение ногами» Общеразвивающие упражнения «Зарядка» Музыкально - подвижная игра «Дирижёр - оркестр» Дыхательная гимнастика	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
18	09.01 2025	Зимняя олимпиада	Акробатические упражнения «Ванька-встанька», «Группировка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Игровой самомассаж «Гусеница»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька,	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения

				два ступенька»	
19	16.01 2025	Зимняя олимпиада	Хореографические упражнения - поклон для мальчиков, реверанс для девочек Танцевально - ритмическая гимнастика «Озорники» Танцевальные шаги: приставной и скрестный шаг в сторону Акробатические упражнения «Ванька -встанька» Ритмический танец «Слонёнок»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»;	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
20	23.01 2025	Сказка за сказкой	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игропластика «Гимнаст», «Лыжник», «Ежик», «Лодочка» Танцевальные шаги: шаг с подскоком Ритмический танец «Полька» Игровой самомассаж	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
21	30.01 2025	Мы – творцы, мастера и фантазеры!	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения «Лыжники» Креативная гимнастика «Снежинка» Акробатические упражнения «Гимнасты» Музыкально - подвижная игра «Запев - припев»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
22	06.02	Мы –	Строевые упражнения	Фирилева Ж.	Музыкальн

	2025	творцы, мастера и фантазеры!	«Группа, смирно!» Игроритмика «Маг - волшебник» Ритмический танец «Московскийрок», «В ритме польки» Подвижная игра «Стрекоза»	Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
23	13.02 2025	Что такое хорошо, что такое плохо	Хореографические упражнения - русский поклон Танцевальные движения «Ковырялочка» Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Круговая кадриль»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
24	20.02 2025	«День защитника отечества»	Танцевально - ритмическая гимнастика «Три поросёнка» Игропластика «Часики - ходики» Музыкально - подвижная игра «Горелки»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения
25	27.02 2025	К нам весна шагает	Строевые упражнения по звуковому сигналу Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Спенк» Пальчиковая гимнастика «Киселёк»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ- ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина	Музыкальн ые и интегриров анные занятия, праздничны е утренники и развлечения

				«Раз ступенька, два ступенька»	
26	06.03 2025	8 марта	Строевые упражнения по звуковому сигналу Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Спенк» Пальчиковая гимнастика «Киселёк»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
27	13.03 2025	Народная культура и традиции	Музыкально – ритмические игры Учить использовать приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования		Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
28	20.03 2025	Народная культура и традиции	Строевые упражнения «Построение в шеренгу» Танцевальные шаги - комбинация из изученных шагов Ритмический танец «Спенк», «Тайм - Степ»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
29	27.03 2025	День чудес	Хореографические упражнения - русский поклон Танцевальные движения «Ковырялочка» Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения

			«Круговая кадриль»	«Раз ступенька, два ступенька»	
30	03.04 2025	День чудес	Строевые упражнения - «Группа, смирно!» Игроритмика «Маг - волшебник» Ритмический танец «Московский рок», «В ритме польки» Подвижная игра «Стрекоза»	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
31	10.04 2025	Мониторинг	Сюжетная игра «Путешествие в Играйгород» Изучение индивидуального развития детей	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
32	17.04 2025- 24.04 2025	Мониторинг	Изучение индивидуального развития детей Сюжетная игра «Россия - Родина моя»		
33	08.05 2025	Спасибо нашим дедам за победу!	Музыкально-подвижная игра «Запев—припев» Танцевальные шаги. Основные движения танца «Самба» Танцевально-ритмическая гимнастика «Ванька-Встанька» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения

			укрепление осанки Игропластика Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки		
34	15.05 2025	Фольклор	Музыкально-подвижная игра «Трансформеры» Танцевально-ритмическая гимнастика «Марш» Ритмический танец «Божья коровка» Танцевально-ритмическая гимнастика «Три поросенка», «По секрету всему свету», «Ванька-Встанька» Игровой самомассаж Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
35	22.05 2025	В мире книги	Музыкально-подвижная игра «День — ночь» Ритмический танец «Божья коровка» Танцевально-ритмическая гимнастика «Марш», «Три поросенка», «По секрету всему свету» Пальчиковая гимнастика «Летает — не летает» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
36	29 05 2025	Здравствуй лето	Музыкально-подвижная игра «Нам не страшен серый волк» Хореографические	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ».	Музыкальные и интегрированные

			упражнения Акробатические упражнения «Ворона» Танцевально- ритмическая гимнастика «Пластилиновая ворона» Ритмический танец «Полька тройками» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Танцевально- игровая гимнастика для детей: Л.Г. Петерсон, Н.П. Холина «Раз ступенька, два ступенька»	занятия, праздничны е утренники и развлечения
--	--	--	--	---	---