



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 11 «РОСИНКА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г.САЯНОГОРСК

655603, г. Саяногорск, Заводской мик-он, д.28, телефон и факс.: 2-87-46, e-mail: s.rosinka2020@r-19.ru

Росинка

Принято:

Педагогическим советом
МБДОУ детского сада № 11 «Росинка»
Протокол № 1 от 02.09.2025г.

Рассмотрено:

Экспертно-методическим советом
МБДОУ детского сада № 11 «Росинка»
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ
детским садом № 11 «Росинка»
А.В. Шкельтина
Приказ № 130 от 05.09.2025г.

**Дополнительная общеобразовательная программа
Направление физической культуры и спорта
«Весёлые ритмы»
Возраст детей 4 – 7 лет**

Составители: Колмагорова Юлия Геннадьевна
учитель-дефектолог,
Лейман Вера Владимировна
музыкальный руководитель

Саяногорск
2025

Содержание

1. Пояснительная записка

- 1.1 Направленность программы
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Срок реализации программы
- 1.4. Возраст детей, обучающихся по программе дополнительного образования
- 1.5. Форма и режим организации занятий
- 1.6. Ожидаемые результаты и способы определения результативности

2. Учебно-тематический план кружка «Весёлые ритмы».

- 2.1. Учебно-тематический план

3. Содержание программы.

- 3.1. Содержание программы «Весёлые ритмы»

4. Методические материалы.

- 4.1 Обеспеченность материально-техническими и информационно- техническими ресурсами

5. Приложение.

- 5.1. Оценочные материалы

1.Пояснительная записка

1.1. Направленность программы. Данная программа имеет физкультурно-оздоровительную и коррекционно-развивающую направленность, способствует социальной адаптации ребенка с нарушением и представляет собой систему музыкально-двигательных, речедвигательных, темпоритмических музыкально-речевых заданий и упражнений, осуществляемых в целях социально-коммуникативной коррекции.

1.2 Цели и задачи программы.

Цель - преодоление темпоритмических нарушений у детей путём развития, воспитания и коррекции двигательной сферы в сочетании со словом и музыкой.

Задачи: оздоровительные:

- укреплять костно-мышечный аппарат;
 - развивать дыхание, моторные функции;
 - воспитывать правильную осанку, походку, грацию движений;
 - развивать выносливость, гибкость, ловкость, быстроту реакции;
- образовательные:

- формировать двигательные умения и навыки, учить двигаться в заданном направлении, перестраиваться в колонны и шеренги, выполнять различные виды ходьбы и бега, быстро реагировать на смену движений;
- развивать координацию движений в мелких мышечных группах пальцев рук и кистей, выработать четкость координированных движений;
- формировать пространственные представления и способность произвольно передвигаться в пространстве относительно других людей и предметов;

воспитательные:

- развивать чувство ритма, способность ощущать в музыке, движениях и речи ритмическую выразительность;
- развивать способность восприятия музыкальных образов и умение ритмично и выразительно двигаться в соответствии с данным образом;
- воспитывать положительные личностные качества, чувство коллективизма, обучать правилам в различных видах деятельности;
- создавать на занятиях положительный эмоциональный настрой, атмосферу праздника, радости;

развивающие: - развивать фонематическое восприятие;

- формировать и развивать слуховое и зрительное внимание и память;
- развивать грамматический строй речи, связную речь, формировать словарь детей;
- развивать просодические компоненты речи;

коррекционные:

- развивать речевое дыхание;
- развивать артикуляционный аппарат, умение правильно выполнять артикуляцию звуков;
- развивать голосовой аппарат;
- развивать функции контроля и саморегуляции;
- развивать и совершенствовать основные психомоторные качества (статическую и динамическую координацию, переключаемость движений, мышечный тонус, двигательную память и произвольное внимание) во всех видах моторной сферы (общей, мелкой, мимической и артикуляционной);
- развивать умение снимать физическое и эмоциональное напряжение.

1.3. Срок реализации программы: 1 год. Количество часов, на которые рассчитана программа (в том числе для проведения мониторинга) составляет: 32 часа.

1.4. Возраст детей, обучающихся по программе дополнительного образования: 4-7 лет. разновозрастная группа дошкольного образовательного учреждения компенсирующего вида. Наполняемость группы для занятий 8 воспитанников.

1.5. Форма и режим организации занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю в первую половину дня. Продолжительность: 20-25 минут. Форма занятий: фронтальные. Количество детей на занятиях 8 человек.

Каждое занятие проводится в игровой форме. Все виды боди перкуссий и упражнений предлагаются детям в сочетании с какой-либо ритмической основой: под музыку, под счет или словесное, чаще стихотворное сопровождение. Все упражнения проводятся по подражанию. Речевой материал предварительно не выучивается.

Комплексно-игровой метод наиболее целесообразен для развития познавательных процессов и соответствует детским психофизическим данным. Такое построение занятий позволяет добиться устойчивого внимания на протяжении всего занятия и соответственно повышает результативность в усвоении знаний.

1.6. Ожидаемые результаты и способы определения результативности.

О положительной динамике, достигнутой в ходе коррекционно-развивающего процесса средствами применения приёма боди перкуссий, свидетельствуют следующие показатели:

1. Улучшаются показатели в развитии физических качеств: выносливость, гибкость, ловкость, быстрота реакции; укрепляется костно-мышечный аппарат, происходит выработка правильной осанки, походки; происходит положительная перестройка моторной и дыхательной систем.

2. У детей в достаточной степени сформированы двигательные умения и навыки: умение двигаться в заданном направлении, быстро реагировать на смену движений; выработана четкость координированных движений во взаимосвязи с речью, в том числе движений пальцев рук и кистей сформированы пространственные представления и способность произвольно передвигаться в пространстве относительно других людей и предметов.

3. У детей сформированы элементарные музыкально-ритмические способности: способность ощущать в музыке, движениях и речи ритмическую выразительность, ритмично выполнять движения в соответствии со словами, выразительно передавая заданный характер, образ; формируется положительный эмоциональный настрой.

4. Происходит положительная перестройка речедвигательной и дыхательных систем: сформировано правильное речевое дыхание, способность правильно выполнять артикуляцию звуков; улучшаются показатели слухового, зрительного внимания, памяти, фонематического восприятия; дети правильно пользуются просодическими компонентами речи, владеют навыком связной речи, правильного грамматического и звукового оформления речевых высказываний во всех ситуациях общения. Дети владеют приёмами снятия физического и эмоционального напряжения. Происходит смягчение дефектов речи детей.

Для отслеживания результатов проводится диагностика - обследование состояния психомоторных и сенсорных функций на начало и конец года, что позволяет уточнить картину психомоторного состояния детей, выявить отставание или улучшение показателей.

Диагностика проводится на основе соблюдения принципов комплексности, возрастного, индивидуального подхода, учёта личных особенностей каждого ребёнка. Используются методы: педагогическое наблюдение, педагогический анализ результатов тестирования.

Диагностика проводится 2 раза в год: вводная - в сентябре, итоговая - в мае.

2. Учебно-тематический план кружка «Весёлые ритмы».

2.1. Учебно-тематический план средней группы (1-й год обучения).

Месяц	Неделя	Тема занятия
Октябрь	1 неделя - знакомство, разучивание	музыкально-ритмическое упражнение с музыкальными палочками
	2 неделя - ритмический рисунок (добиваемся четкости выполнения)	
	3 неделя - повторение	
	4 неделя - закрепление	
Ноябрь	1 неделя - знакомство, разучивание	Музыкальная гимнастика "у оленя

	2 неделя - ритмический рисунок (добиваемся четкости выполнения) 3 неделя - повторение 4 неделя - закрепление	дом большой" - логоритмика
Декабрь	1 неделя - знакомство, разучивание	"Бубенчики" музыкально-ритмическое упражнение, элементарное музицирование
	2 неделя - ритмический рисунок (добиваемся четкости выполнения)	
	3 неделя - повторение	
	4 неделя - закрепление	
Январь	1 неделя - знакомство, разучивание	Музыкально-ритмическое упражнение "Орешки" - используется скорлупа орехов для отстукивания ритма
	2 неделя - ритмический рисунок (добиваемся четкости выполнения)	
	3 неделя - повторение	
Февраль	1 неделя - знакомство, разучивание	Музыкально-ритмическое упражнение "Детский марш" - упражнение с флагшками
	2 неделя - ритмический рисунок (добиваемся четкости выполнения)	
	3 неделя - повторение	
	4 неделя - закрепление	
Март	1 неделя - знакомство, разучивание	Ритмический танец "Полечка для мамочки"
	2 неделя - ритмический рисунок (добиваемся четкости выполнения)	
	3 неделя - повторение	
	4 неделя - закрепление	
Апрель	1 неделя - знакомство, разучивание	Музыкальное упражнение "Ручейки" - с ленточками
	2 неделя - ритмический рисунок (добиваемся четкости выполнения)	
	3 неделя - повторение	
	4 неделя - закрепление	
Май	1 неделя - знакомство, разучивание	Музыкальная зарядка "У жирафа пятна" - логоритмика
	2 неделя - ритмический рисунок (добиваемся четкости выполнения)	
	3 неделя - повторение	
	4 неделя - закрепление	
Обобщающее занятие по пройденному материалу, где дети с помощью карточек выбирают то упражнение, которое хотят выполнить		

3. Содержание программы.

3.1. Содержание программы «Весёлые ритмы»

Общеразвивающие упражнения	1. Развивать разные группы мышц ребёнка. 2. Развивать умение управлять движениями. 3. Воспитывать правильную осанку.
Общие речевые навыки	1. Вырабатывать четкие, координированные движения органов речевого аппарата. 2. Обучать детей короткому и бесшумному вдоху (не поднимая плечи), спокойному и плавному выдоху (не надувая щёки). 3. Формировать диафрагмальное дыхание. 4. Работать над просодической стороной речи. 5. Развивать динамическую сторону общения, эмоциональность, позитивное самоощущение.
Мелкая моторика	1. Развивать пальчиковую моторику.

Формирование двигательных умений и навыков	1. Учить свободно ориентироваться в пространстве, выполнять простейшие перестроения, переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами. 2. Учить свободно ориентироваться в пространстве, передвигаться в пространстве относительно других людей и предметов;
Музыкально-ритмические умения и навыки	1. Развивать чувство ритма, внимание, умение передавать через движения характер музыки, её эмоционально-образное содержание. 2. Развивать эмоционально-образное исполнение музыкально-игровых упражнений, используя мимику. 3. Учить исполнять простейшие мелодии и ритмические фигуры в коллективе, соблюдая общую динамику и темп.
Упражнения на релаксацию	1. Создавать условия для снятия физического и эмоционального напряжения.

4. Методические материалы.

4.1 Обеспеченность материально-техническими и информационно- техническими ресурсами

«живые игрушки» (костюмы для переодевания детьми или воспитателем);
коврики для проведения релаксации;
игровые атрибуты;
картонетка материалов боди перкуссий (слова, предложения, потешки, стишкы, чистоговорки, скороговорки, тексты);
дидактические игры для совершенствования памяти, внимания, зрительного и слухового восприятия;
шумовые, музыкальные инструменты для развития фонематического восприятия.
пособия для развития мелкой моторики и проведения самомассажа: шарики Су-Джок, резиновые мячи и кольца с шипами, шишки, прищепки, сухой бассейн (фасоль, горох);
Техническое оснащение занятий:
Фортепиано.
Проектор, ноутбук, экран.
Компьютер, принтер.
Мультимедиа презентации по лексическим темам, видеоматериалы.
Электронные картотеки с гимнастиками, подборками песен.

5.Приложение.

5.1. Оценочные материалы.

Методика исследования психомоторных функций.

Исследование двигательной памяти, переключаемости движений, самоконтроля при выполнении двигательных проб.

Упражнение для рук: руки вперед, вверх, в стороны, перед грудью, на пояс, вниз.
Приём: средняя группа - повторить за логопедом упражнения с отставанием на одно; старшая группа - повторить за педагогом движения, за исключением одного, заранее обусловленного, «запретного» движения.
Отметить: качество, правильность, последовательность выполнения движений 1 – 3 балла.

Исследование произвольного торможения движений.

Упражнение: маршировать и остановиться внезапно по сигналу.
Приём: средняя группа – остановиться по голосовой команде; старшая группа – остановиться по хлопку.
Отметить: точность выполнения. 1-3 балла

Исследование статической координации движений.

Приём: средняя группа - стоять с закрытыми глазами, стопы ног поставить на одной линии так, чтобы носок одной ноги упирался в пятку другой, руки вытянуты вперед, время выполнения —5 секунд;

Старшая группа - стоять с закрытыми глазами на правой, а затем на левой ноге, руки вперед. Время выполнения — 5 секунд.

Отметить: свободно ли удерживает позы или с напряжением, сильно ли раскачивается из стороны в сторону: балансирует ли туловищем, руками, головой: сходит ли с места или делает рывок в стороны; касается ли пола другой ногой; или иногда падает, открывает глаза и отказывается выполнять пробу. 1-3 балла.

Исследование динамической координации движений.

Приём: маршировать, чередуя шаг и хлопок ладонями. Хлопок производить в промежутках между шагами.

Отметить: средняя группа верно ли выполняет со второго - третьего раза; старшая группа верно ли выполняет с первого раза; наблюдается ли напряжение, скованность движения рук и ног или чередование шага и хлопка не удается. 1-3 балла.

Прием: выполнить подряд плавные приседания. Не касаться пятками пола, выполнять только на носках.

Средняя группа – три приседания;

Старшая группа – четыре приседания.

Отметить: правильно ли выполняет; с напряжением или раскачивается, балансируя туловищем и руками; крайне напрягается или становится на всю ступню. 1-3 балла.

Исследование распределения внимания.

Приём: проделать одновременно два движения одной рукой и одно движение другой.

Правой: в сторону, вверх; левой: вперед. Каждой рукой выполнить движение по два раза, затем соединить движения обеих рук.

Средняя группа – повторить один раз;

Старшая группа – повторить два раза.

Отметить: единовременно ли выполняет, точно ли, плавно ли. 1-3 балла.

Исследование координации движений.

Приём: выполнить движения — ноги в стороны на ширине плеч, руки вверх; левую ногу выставить вперед на носок, руки на поясе.

Средняя группа – повторить один раз;

Старшая группа – повторить для каждой ноги.

Отметить: точность, плавность выполнения. 1-3 балла.

Исследование переключаемое движений.

Прием: предложить поднять руки в стороны на уровне плеч, согнуть в локтях, коснуться плеч, разогнуть руки на пояс, присесть, выпрямиться, руки опустить вдоль туловища.

Пройти по кругу шагом, поскоками, бегом и вновь шагом (характер движения менять по сигналу).

Средняя группа – в медленном темпе;

Старшая группа – в быстром темпе.

Отметить: своевременно ли выполняет, выполняет ли задание с первого, второго, третьего раза; не выполняет задания 1-3 балла.

Исследование наличия или отсутствия движения.

Прием: предложить поднять руки вверх, в стороны, поставить на пояс. Согнуть руку в локте, сжать пальцы в кулак, раскрыть ладонь. Повернуться туловищем влево, вправо, не отрывая ног от пола.

Средняя группа – по подражанию;

Старшая группа – по словесной инструкции.

Отметить: наличие (отсутствие) движения; выполняет ли задание с первого, второго, третьего раза; не выполняет задания. 1-3 балла.

Исследование пространственной организации движения.

Прием: повторить за педагогом движения на ходьбу по кругу, в обратном направлении, через круг. Начать ходьбу от центра круга направо, пройти круг, вернуться в центр слева. Пройти зал из правого угла через центр по диагонали, обойти зал вокруг и вернуться в правый угол по диагонали через центр из противоположного угла. Повернуться на месте вокруг себя и поскоками пробежать по залу, начиная движение справа; то же слева.

Средняя группа - по подражанию;

Старшая группа - эти же задания по словесной инструкции.

Отметить: ошибки в пространственной координации — незнание сторон тела, ведущей руки, неуверенность выполнения. 1-3 балла.

Исследование произвольной моторики пальцев рук.

Прием. Выполнить под счет: пальцы сжать в кулак — разжать (5—6 раз); держа ладони на поверхности стола, разъединить пальцы, соединить вместе (5—6 раз); сложить пальцы в кольцо — раскрыть ладонь (5—6 раз); попеременно соединять все пальцы руки с большим пальцем, сначала правой руки, затем левой, затем обеих рук одновременно (игровое упражнение «Здравствуй, пальчик»). На обеих руках одновременно показать второй и третий пальцы, второй и пятый пальцы (5—6 раз). На обеих руках одновременно положить вторые пальцы на третьи, и, наоборот, третьи на вторые (5—6 раз).

Средняя группа: по подражанию;

Старшая группа: по словесной инструкции.

Отметить: плавно ли, точно ли и одновременно ли выполняет пробы и наблюдается ли напряженность, скованность движений; нарушение темпа выполнения движения (не под счет педагога); невыполнение; наличие леворукости. 1-3 балла.

Исследование ритмического чувства.

Приём: простучать за педагогом карандашом ритмический рисунок.

Средняя группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести его на барабане (двухтактное построение);

Старшая группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести хлопками (четырёхтактное построение).

Отметить: наблюдались ли ошибки при воспроизведении ритмического рисунка; в каком темпе повторялся ритмический рисунок, в ускоренном или замедленном, по сравнению с образцом; нарушилось ли количество элементов в данном ритмическом рисунке. 1-3 балла.

Оценка. В заключение отметить нарушенные и сохранные стороны психомоторного и сенсорного состояния лиц с речевой патологией. После обследования необходимо вести записи психомоторного и сенсорного развития каждого занимающегося логоритмикой.

Карта-таблица. По вертикали отмечается фамилия, возраст, оценка выполнения; по горизонтали — параметры выполнения движений: ритм, мышечный тонус, координация движения с речью, ориентировка в пространстве, активность выполнения движения, коллективность, общий вывод. Оценка выполнения дифференцированная: плохое выполнение - 1 балл; среднее выполнение - 2 балла; хорошее выполнение - 3 балла. Можно составить график календарной кривой психомоторики и сопоставить его с графиком речевым.