

Содержание

[1. Пояснительная записка……………………………………………. 3](#_Toc68794532)

[1.1. Актуальность 3](#_Toc68794533)

[1.2. Методологическая основа 3](#_Toc68794534)

[1.3. Цель и задачи реализации программы 4](#_Toc68794535)

[1.4. Возрастные особенности детей 3-7(8) лет 4](#_Toc68794536)

 [1.5. Учебный план 6](#_Toc68794537)

[2. Содержание программы 6](#_Toc68794540)

[2.1. Структура игровых занятий 7](#_Toc68794541)

[2.2. Планируемые результаты освоения программы 8](#_Toc68794544)

[2.3. Тематическое планирование детей 3-7(8)лет 8](#_Toc68794546)

[3.Форма аттестации, оценочные материалы. 9](#_Toc68794547)

[3.1 Формы аттестации 9](#_Toc68794548)

[3.2. Оценочные материалы 9](#_Toc68794549)

[4.Условия реализации программы 12](#_Toc68794550)

[4.1. Кадровое обеспечение 12](#_Toc68794551)

[4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение 12](#_Toc68794552)

[4.3. Материально-техническое обеспечение. 14](#_Toc68794553)

[5. Список литературы 14](#_Toc68794554)

[6. Приложение. Календарный учебный график,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, 15](#_Toc68794555)

***«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его***

***крепким и здоровым: пусть он работает, действует,***

***бегает, кричит, пусть он находится в постоянном движении».***

***Жан Жак Руссо***

# **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Ритмика для детей» художественной направленности рассчитана на 1 год обучения. Программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях. Программа дополнительного образования художественной направленности разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей.

Новизна программы основана на использовании нетрадиционных видов упражнений: игропластики, пальчиковой гимнастики, игрового самомассажа, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания.

## 1.1. Актуальность

Программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. В «век гиподинамии» хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Программа ориентирует детей на приобщение к танцевально-музыкальной культуре. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную память. Система занятий воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения.   Работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

## 1.2. Методологическая основа

Движения под музыку издавна применялись в воспитании детей. Эффективность хореографии как образовательной программы в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечнососудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. В связи с этим проблема разработки программы по хореографии с учетом ФГОС становится наиболее актуальной

## 1.3. Цель и задачи реализации программы

***Цель программы*** - укрепление здоровья и физическое развитие воспитанников через включение их в танцевальную деятельность, развитие эмоциональной сферы, эстетических и нравственных понятий через приобщение детей к искусству хореографии.

***Задачи:***

*Развивающие:*

- укреплять опорно - мышечный аппарат, формировать правильную осанку.

- развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;

- развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;

- развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.

*Обучающие*:

- осваивать простейшие танцевальные движения;

- осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений;

- приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев).

*Воспитательные:*

- формировать художественный вкус;

- воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик - девочка);

- воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;

- формировать интерес к хореографическому искусству;

- воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами различных национальных культур.

Программа рассчитана на детей от 3 до 7(8) лет. Занятия проводятся во второй младшей, средней, старшей и подготовительной группе 2 раза в неделю. Длительность занятий: вторая младшая группа – 15мин., средняя группа - 20 мин., старшая группа - 25 мин., подготовительная группа – 30 мин.  Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (сентябрь), итоговая (май).

##

## 1.4. Возрастные особенности детей

## Возрастные особенности детей 3-4 лет

Дети 3-4 лет находятся в переходном периоде — от раннего детства к дошкольному. У детей появляется желание заниматься музыкой и активно действовать, улучшаются функции мышечно-двигательного аппарата. Возрастные особенности строения тела, протекания нервных процессов и их зрелости несколько ограничивают двигательные возможности ребенка в данном возрасте. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому разнообразие двигательных упражнений невелико и носит как правило игровой характер.

**Возрастные особенности детей 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.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

**Возрастные особенности детей 5-6 лет.**

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

 Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

 **Возрастные особенности детей 6-7(8)  лет.**

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением  и  комбинацией  танцевальных  движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами.

## 1.5. Учебный план

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Количество часов в неделю | Количество часовв год | Формы промежуточнойаттестации | Формыитоговой аттестации |
| 3-4 года | 2 | 56 | открытое занятие | концерт |
| 4-5 лет | 2 | 56 | открытое занятие | концерт |
| 5-6 лет | 2 | 56 | открытое занятие | концерт, участие в творческих проектах |
| 6-7/8 лет | 2 | 56 | открытое занятие | концерт, участие в конкурсах |

## 2. Содержание программы.

**Вводное занятие** - дети узнают, что такое танец, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

**Партерная гимнастика.**

Партерная гимнастика - это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

**Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Элементарные перестроения и построения (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), ориентировка в танцевальном зале и нахождение своего места.

**Упражнения для разминки.**

Подготовка к началу занятия, развивает у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по данной программе.

**Народный танец.**

Знакомство с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, с танцевальными перестроениями. После освоения комплекса различных движений дети знакомятся с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды.

 **Классический танец.**

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями.

**Бальный танец.**

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: элементы вальса, полонеза, менуэта, танго, рок-н-ролла. Дети держат корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание уделяется работе в паре, что имеет большое воспитательное значение.

## 2.1. Структура игровых занятий

*1. Аутогенная тренировка* - вхождение (погружение) в занятие:

- экспресс-диагностика эмоционального состояния каждого ре­бенка (цвет)

- блок релаксационных упражнений

- косвенное внушение

- мобилизация детей на интересную работу

*2. Основная часть:* создание и обсуждение проблемной ситуации, азбука выражения эмоций, обучение языку тела, обучение навыкам самопомощи в напряженных ситуациях

*3. Формирование волевой регуляции поведения:* подвижные игры, активные действия.

*4. Аутогенная тренировка* - выход из игры (релаксационные упражнения).

## 2.2. Планируемые результаты освоения программы

- знает значение танцевального зала и правила поведения в нем;

- умеет ориентироваться в зале, строиться в шеренгу;

- умеет исполнять комплексы упражнений под музыку;

- овладеет навыками ритмической ходьбы;

- умеет в музыкально-подвижной игре представлять различные образы.

- знает о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики;

- умеет выполнять простейшие построения и перестроения;

- умеет ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;

- осваивает танцевальные позиции рук и ног;

- умеет выполнять простейшие двигательные задания по гимнастике.

**Рабочая программа представлена в виде тематического планирования.**

## 2.3. Тематическое планирование детей (3-7(8)лет)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  | **Тема**  | **Количество часов**  |
| 1. | Введение в программу.  |  2 |
| 2. | Положения и движения ног и рук | 6 |
| 3. | Повороты корпуса, головы. Вращения | 4 |
| Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. | 4 |
| 4. | Правила и логика построения рисунков  |  4 |
| Логика поворотов вправо и влево  | 4  |
| 5. | Соотнесение пространственных построений с музыкой  |  6 |
| 6. | Танцевальные комбинации,основанные на элементах классического танца |  44 |
| 7. | Рисунок танца. ПолькаВальс |  44  |
| 8. | Танцевальные шаги.Чарльстон |  8  |
| 9. | Контрольное занятие по изученному разделу.  |  2  |
|  | Всего | 56 |

# **3.Форма аттестации, оценочные материалы.**

## 3.1 Формы аттестации

-тренировочное занятие (практические занятия);

-занятие-объяснение;

- занятие-путешествие;

- постановка и репетиция танцев;

- индивидуальная работа над номером;

- открытое занятие

## 3.2. Оценочные материалы

В ходе реализации программы «Ритмика для детей» используются различные виды и формы контроля.

*Виды  и формы  аттестации/контроля обучающихся:*

- входной контроль (входная диагностика) – собеседование, наблюдение.

- текущий контроль (промежуточная аттестация) – открытое занятие

- итоговый контроль (итоговая аттестация) – участие в творческих проектах, концертная деятельность, участие в конкурсах.

- тесты и творческие задания (*больше практического характера*);

- педагогическая диагностика развития обучающегося;

- демонстрационные: организация концертных выступлений (утренники) и конкурсов;

- самооценка;

- групповая оценка работ.

Показатели качества освоения ребенком музыкально-ритмической деятельности

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Ф.И.О детей | I. Интерес и потребность к восприятию музыки и движений. | II. Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений. | III. Наличие творчества в исполнении выразительности фик. движений игр и плясок. |
| Целостное восприятие деятельности: восприятие выразительности, игрового содержания, понимание сюжета игры или композиции танца. | Восприятие азбуки основных видов движений музыкально-ритмической деятельности: основных, сюжетно-образных и танцевальных. | Восприятие ориентировки в пространстве. | Выразительность исполнения музыкально-ритмического репертуара: передача характера, сюжета игры, композиции танца. | Наличие развитого чувства ансамбля. | Самостоятельность исполнения упражнений, танцев и др. | Творческая импровизация передачи игрового образа. | Творческая импровизация в свободной пляске. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Обследование детей прослеживается на занятиях по хореографии. Во время занятий наблюдается выполнение танцевальных элементов, музыкально-ритмических упражнений, манера и характер исполнения движений, эмоциональное восприятие музыкального сопровождения и определяется уровень способности каждого ребенка.

Рекомендуемая методика предполагает общую систему оценки хореографических способностей по 3-балльной шкале.

3 балла – ребенок выполняет самостоятельно предложенные задания;

2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания;

1 балл – ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает.

Высоким результатом хореографических способностей детей можно считать средний балл от 2,3 до 3.

Средний уровень от 1,5 до 2,2 балла.

Низкий уровень 1,4 балла и ниже.

По результатам диагностики определяются дети, кому необходимы индивидуальные занятия по хореографии.

Мониторинг распределялся по оценочным таблицам. Результаты (высокий, средний, низкий) оценивались по показателям качества освоения ребенком музыкально-ритмической деятельности:

1. Интерес и потребность к восприятию музыки и движений

2. Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений

3. Наличие творчества в исполнении выразительности фиксированных движений игр и плясок.

# **4.Условия реализации программы**

## 4.1. Кадровое обеспечение

Реализацию дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы Кружок «Ритмика для детей» осуществляет педагог дополнительного образования Фомина Т. В., имеющая высшее образование, высшую квалификационную категорию.

## 4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

***Информационное обеспечение:***

подборка информационной и справочной  литературы;

информационные ресурсы;

видеоматериалы;

интернет – ресурсы: www.horeograf.com, www.narodko.ru, http://dancehelp.ru

учебные пособия.

***Методическое обеспечение:***

Педагогом используютсяосновные методы, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- метод практического обучения, где в образовательно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения;

- метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;

- метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

- метод стимулирования деятельности и поведения - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха;

- метод рефлексии – основан на индивидуальном переживании, самоанализе и осознании собственной ценности в реальной действительности;

- метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

- игровой метод - включение элементов игры, которые создают хорошее эмоциональное настроение и отвечают задачам и содержанию занятий, возрасту и подготовленности детей.

В педагогической работе используется ряд приемов, которыми педагог пробуждает у детей желание к творчеству. Метод показа и словесный метод объединяются и подкрепляются методическим приемом - музыкальным сопровождением, что помогает детям согласовывать движения с музыкой.

В работе используется импровизационный и вариативный приемы, когда дети свободно и непринужденно двигаются под музыку, где каждый в движении выражает себя индивидуально.

Методическое обеспечение направлено на решение программных задач, которые носят социально-значимый, общественно полезный характер и поддерживают социальные новации, воспитывают энергию коллективной творческой деятельности, чувство сопричастности к общему делу, формируют развитие личности.

Задача педагога состоит в создании атмосферы соревнования, которые обеспечивают реальные достижения и ведут к включению механизма самореализации.

В педагогической деятельности используются следующие формы занятий для эффективной работы хореографического коллектива и достижения высокого творческого результата:

групповая форма;

индивидуальная форма (работа с одаренными детьми (солистами), детьми с ограниченными возможностями, а также работа с детьми, которые не усвоили пройденный материал).

В процессе обучения тренируются все виды памяти: слуховая, моторная, обучающиеся чувствуют себя раскованно и комфортно.

Учитывая психологию дошкольников, используется технология игрового обучения, выстраиваются занятия в форме танцевальных и музыкальных игр. В практической работе используется готовый, хорошо проработанный игровой материал, который помогает обучающимся ощутить себя в данной ситуации. Для занятий подбираются игровые танцевальные этюды по возрасту и подготовленности детей, которые создают хорошее настроение и отвечает задачам и содержанию занятий.

##

## 4.3. Материально-техническое обеспечение.

*Материально-технические обеспечение:*

 музыкальный зал, технические средства: музыкальный центр, компьютер, USB-флеш-накопитель, CD- диски,

аранжировка музыкального материала с возможными материальными затратами;

наглядные пособия, дидактические материалы;

танцевальные атрибуты (платочки, ленты, обручи, мячи);

шумовые инструменты (ложки, трещотки, бубны) по необходимости;

наличие специальной танцевальной обуви для танца;

костюмы, головные уборы (в соответствии с репертуаром).

# **5. Список литературы**

**1.** Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.

**2**. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.

**3.** Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно–методическое пособие. –М.: Аркти, 2005. – 108 с.

**4.** Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.

**5.** Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007. - 112 с.

**6.** Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. -240 с.

**7.** Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.

**8.** Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок. Веста. 2005 – 64 с.

**9.** Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.

**10.** Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.

**11.** Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.

**12.** Савчук О. Школа танцев для детей -Спб.: Ленинградское издательство, 2009.-224с.

**13**. Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально–ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.-120 с.

**14.** Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.

1. Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006. – 44с.

**15.** Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.

**16.** Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.

**17**. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007-384с.

**18.** Федорова Г.П. Весенний бал. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.

**19.** Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.

# **6.Приложение****.** Календарный учебный график.