

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №128»

ПРИНЯТА

на заседании

Педагогического совета

«__» _____ 20__ г.

Протокол № _____

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МДОУ «Детский сад №128»

_____ Л.Л.Механикова

«__» _____ 20__ г.

Рабочая учебная программа

«Ритмика»

Предназначена для детей дошкольного возраста 3-5 года

Срок реализации: 2 года

Составитель программы:

Ведерникова Екатерина Михайловна

Педагог дополнительного образования,

Первой квалификационной категории

г. Ярославль

I. Пояснительная записка

Актуальность и практическая значимость

Дополнительная образовательная программа «Ритмика» раскрывает систему обучения свободному владению телом в сочетании с умением хорошо и красиво двигаться под музыку. В предмете «ритмопластика» органично соединены два компонента: полная подчиненность внутренним законам музыкальной формы, диктующей ритмическую организацию движений, и легкость их практического исполнения. Ритмопластика базируется на хореографии. В основе ее лежит обучение управлять своим телом через работу всех групп мышц. Постигается это систематическими упражнениями, повторяющимися регулярно в течение всего учебного процесса. Постепенно через умение управлять своими мышцами начинает вырабатываться навык раскрытия эмоционального внутреннего состояния ребенка. Использование на занятиях ритмопластики танцевальных композиций, в которых радостное, веселое содействует с лирическим, спокойным, вырабатывает у детей умение эмоционально регулировать свое состояние как в момент самого занятия, так и вне его.

Преподавание ритмопластики не сводится к однообразному повтору движений, механическому запоминанию танцевальных композиций, что приводит к выработке у детей нежелания заниматься хореографией. Занятия построены в образной форме, поэтому они увлекают детей, дают возможность для самовыражения, развития воображения и веры в свои силы.

Занимаясь ритмопластикой, дети плавно переходят к изучению элементарных азов хореографии: постановка корпуса, рук, ног, головы, работа у станка, *port de bras* для рук и корпуса, элементы историко-бытовых танцев.

На занятиях ритмикой происходит формирование двигательных навыков и умений, но это не цель, а средство для развития способностей ребенка. Главное – это радость, возможность самовыражения в танце. А эту радость свободы он ощутит тогда, когда научится свободно, легко двигаться в пространстве. Такая форма занятий, где пластика тела и музыка соединяются в целое, помогает раскрыть потенциальные способности ребенка, создает разностороннюю творческую личность, а значит, имеет несомненную практическую значимость для всестороннего развития ребенка. Следовательно, данная образовательная программа, безусловно, актуальна и педагогически целесообразна.

Отличительной особенностью данной программы является то, что обучение ритмопластике и хореографии на подготовительном этапе начинается с трехлетнего возраста с постепенным усложнением программного содержания.

Цель программы:

- создать благоприятные организационно-педагогические условия для развития мотивации к познанию и творчеству у ребенка в области ритмопластики и хореографии, успешной самореализации в избранном виде деятельности средствами ритмопластики.

Задачи:

- содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- содействовать развитию координации, гибкости, точности движений;

- приобщать к совместному движению с педагогом;
- развивать способности выражать собственное восприятие музыки через образы;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умению согласовывать движения с музыкой;
- воспитывать у детей интерес к занятиям ритмопластикой и хореографией;
- содействовать психологическому раскрепощению ребенка;
- воспитывать умение работать в коллективе, выполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

Этапы реализации программы

Данная образовательная программа рассчитана на 1 года обучения.

На первом этапе обучения ритмопластике и хореографии, в основном, внимание уделяется созданию целостного представления о музыке и движении, используемом для передачи её эмоционально-образного содержания.

В течение всего процесса обучения мы стремимся побуждать учащихся к творческому самовыражению в движении в процессе восприятия музыки.

Условия реализации программы

Программа рассчитана на детей 3-4 года.

Наполняемость групп – 10-15 обучающихся.

Комплектование групп происходит на основе нормативных документов, в соответствии с Уставом учреждения.

Режим организации занятий

Занятия проходят в специально оборудованном танцевальном зале 1 раз в неделю для детей трех лет, продолжительностью 20 минут; 1 раз в неделю, продолжительностью 25 минут для детей четырех лет.

Форма одежды на занятиях приобретается родителями самостоятельно.

Для девочек: гимнастический купальник (белый); юбочка шифоновая (в тон цвету купальника); балетки белого или черного цвета, белые носки и лосины; волосы собраны в пучок. Форма одежды на занятиях для мальчиков: футболка белого цвета; шорты темного цвета; балетки белого или черного цвета, носки.

Формы проведения занятий

Программа предусматривает использование фронтальной, индивидуальной и групповой форм работы с детьми на занятии и включает в себя следующие разделы:

1. Музыкально-ритмическое воспитание.
2. Упражнения для развития художественно-творческих способностей.
3. Элементы народно-характерного танца.
4. Партерный экзерсис.
5. Танцы, хороводы, музыкально-двигательные игры.
6. Постановочная работа.

Фронтальная работа предусматривает подачу учебного материала всему коллективу детей.

Индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу детей. Она предполагает оказание такой помощи каждому из них со стороны педагога, которая позволяет, не уменьшая активности ребенка, содействовать выработке навыков

самостоятельной работы.

В ходе *групповой работы* детям предоставляется возможность построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны других, создавать совместные танцевальные этюды, миниатюры, элементарные композиции.

Нами применяются и *нетрадиционные* формы учебных занятий:

- *занятия-соревнования* – конкурсы, викторины, турниры;
- *чаепитие* – обладает большой силой, создаёт особую психологическую атмосферу, смягчает взаимные отношения, раскрепощает;
- «*огонёк*» - праздник, посвящённый определённой теме: дню рождения, Новому году, Рождеству и так далее.

Виды здоровьесберегающих технологий, применяемые на занятиях

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья (ритмопластика, редаксация, подвижные игры и т.д.);
- коррекционные технологии (воздействие цветом, воздействие музыкой, игротерапия, сказкотерапия).

Программа допускает обучение детей с ОВЗ

Ожидаемые результаты

В результате успешного освоения дополнительной образовательной программы дети *трех лет должны:*

- уметь двигаться в соответствии с характером музыки совместно с педагогом;
- уметь ориентироваться в зале, строиться в шеренгу;
- уметь в музыкально-двигательной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры).
- знать назначение музыкального зала и правила поведения в нем;
- знать термины: громко – тихо, высоко - низко, характер музыки (бодрый, весёлый, печальный, грустный);

четырёх лет должны:

- уметь начинать движения с началом музыки и заканчивать с ее окончанием;
- уметь двигаться в соответствии с характером музыки совместно с педагогом и самостоятельно.
- уметь исполнять простейшие танцевальные движения.
- знать термины: громко – тихо, высоко - низко, характер музыки (бодрый, весёлый, печальный, грустный)
- знать темп музыки и движения (быстро, медленно).

Формы подведения итогов

- итоговые открытые занятия;
- участие в конкурсах, концертах, фестивалях;
- наблюдение;
- беседы с родителями и детьми.

Способы отслеживания результатов

Процесс обучения ритмопластике и хореографии предусматривает следующие виды

контроля:

- вводный*, который проводится перед началом работы и предназначен для закрепления знаний, умений и навыков по пройденным темам;
- текущий*, проводимый в ходе учебного занятия и закрепляющий знания по данной теме;
- промежуточный*, который проводится после завершения изучения каждой темы;
- итоговый*, проводимый после завершения изучения всей учебной программы.

Формы контроля:

- психолого-педагогическое наблюдение;
- упражнения;
- задания на занятиях.

II. Учебно-тематические и календарные планы

Для детей 3 лет

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Теорет.	Практич
1	Организационный	1	1	-
1.1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Музыкально-ритмическое воспитание	18	2	16
2.1.	Тема: «В гостях у музыки».	4	2	2
2.2.	Тема: «Веселый человечек»	6	2	4
2.3	Тема: «Мои игрушки: упражнения с предметами	4	2	2
2.4	Тема: «Путешествие»	4	2	2
3.	Упражнения для развития художественно-творческих способностей	9	2	7
3.1.	Тема: «Волшебная поляна»	9	3	6
4.	Партерный экзерсис	12	2	10
4.1	Тема: «Я на солнышке лежу»	12	4	8
5.	Танцы, хороводы, музыкально-двигательные игры	10	2	8
6.	Пальчиковая гимнастика	6	0	6
7.	Постановочная и репетиционная работа.	4	0	4
	Итого:	60	9	51

Для детей 4 лет

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Теорет.	Практич.
1.	Организационный	2	2	-
1.1.	Вводное занятие	2	2	-

2.	Музыкально-ритмическое воспитание	14	2	12
2.1.	Тема: «В гостях у музыки»	4	1	3
2.2.	Тема - «Мы шагаем дружно в ряд»	2	0	2
2.3.	Тема - «Веселый человечек»	2	1	1
2.4.	Тема: «Путешествие»	4	0	4
2.5.	Тема - «Веселые ножки»	2	0	2
3.	Упражнения для развития художественно-творческих способностей	10	2	8
3.1.	Тема: «Волшебная поляна»	6	1	5
3.2	Движения в образах любимых героев мультфильмов и сказок	4	1	3
4.	Элементы народно-характерного танца	4	2	2
4.1.	Тема: «Русские узоры»	4	2	2
5.	Партерный экзерсис	16	2	14
5.1	Тема: «Я на солнышке лежу»	16	2	14
6.	Танцы, хороводы, музыкально-двигательные игры	12	2	10
7.	Постановочная работа.	6	2	4
	Итого:	64	12	24

Наглядно-дидактическое обеспечение

- картины, иллюстраций с изображением танцоров, танцевальных элементов, костюмов;
- видеозаписи танцевальных номеров, концертов;

Материально-техническое обеспечение

- наличие танцевального зала;
- оборудование зала: станки, зеркала, раздевалка, комната для преподавателей, костюмерная;
- техническое оснащение: музыкальный центр, фортепиано, диски с фонограммами, скакалки, гимнастические коврики;
- оформление концертных номеров: изготовление костюмов в соответствии с репертуаром, бутафория

III Мониторинг

Диагностика результатов деятельности

Составлены критерии диагностики по усвоению задач данной программы. Средства диагностики: психолого-педагогическое наблюдение, упражнения, задания на занятиях.

Показатели качества усвоения ребенком программного материала

1. Музыкальность.
 - Умение слушать и понимать музыку.
 - Умение двигаться в соответствии с характером музыки.
 - Умение определять на слух музыкальные жанры.
 - Чувство ритма.
2. Двигательные навыки.
 - Координация движений.
 - Ориентирование в пространстве.
 - Точность выполнения танцевальных движений.
 - Пластичность.
3. Эмоциональная сфера.
 - Выразительность мимики и пантомимики.
4. Творческие проявления.
 - Умение импровизировать под музыку.
 - Умение придумывать танцевальные движения в соответствии с задуманным образом.
5. Коммуникативные навыки.
 - Умение вести себя в коллективе.
6. Проявление некоторых психических процессов.
 - Память.
 - Внимание.
 - Подвижность нервных процессов.

Диагностические критерии для детей трех и четырех лет

Критерии	Высокий уровень	Средний уровень	Уровень ниже среднего
<i>Музыкальность</i>	1. Слушает внимательно до конца муз. отрывок. Умеет высказаться о характере и темпе данного отрывка. 2. Двигается в соответствии с характером музыки. 3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии 4. Чувствует метрическую	1. Слушает муз. отрывок, отвлекаясь. Высказывается о характере и темпе данного отрывка с помощью наводящих вопросов. 2. Не всегда двигается в соответствие с характером музыки. 3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии с подсказкой. 4. Не всегда чувствует метрическую пульсацию и двигается в соответствие с ней.	1. Не может дослушать муз. отрывок до конца, все время отвлекается. С трудом высказывается о характере и темпе данного отрывка. 2. Двигается под музыку не в характере. 3. Не узнает на слух знакомые танцевальные мелодии. 4. Не чувствует метрическую

	пульсацию и двигается в соответствие с ней.		пульсацию, двигается не ритмично.
<i>Двигательные навыки</i>	<p>1. Легко координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях.</p> <p>2. Ориентируется в пространстве, знает «право-лево», «ближе-дальше» по отношению к предметам, не путает «вперед-назад.»</p> <p>3. Точно выполняет предложенные танцевальные движения.</p> <p>4. Пластично двигается в медленном темпе.</p>	<p>1. Координация рук и ног в танцевальных упражнениях затруднена.</p> <p>2. Не всегда ориентируется в пространстве. Путает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад».</p> <p>3. Выполняет предложенные танцевальные движения с ошибками.</p> <p>4. Испытывает трудность при выполнении плавных движений в медленном темпе.</p>	<p>1. не координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях.</p> <p>2. Не ориентируется в пространстве. Не знает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад».</p> <p>3. Коряво и не точно выполняет предложенные танцевальные движения.</p> <p>4. Двигается не пластично.</p>
<i>Эмоциональная сфера</i>	<p>1. Выразительно и эмоционально исполняет образные движения.</p>	<p>1. Немного скован, не всегда проявляет эмоции при исполнении образных движений.</p>	<p>1. Не эмоционально и вяло исполняет образные движения.</p>
<i>Творческие проявления</i>	<p>1. Легко и с удовольствием импровизирует под музыку предложенные игровые ситуации и образы животных.</p> <p>2. Активно помогает придумывать</p>	<p>1. Импровизирует предложенные игровые ситуации и образы животных по образцу.</p> <p>2. Не проявляет инициативу в придумывании танцевальных движениях.</p>	<p>1. Отказывается или не может импровизировать предложенные игровые ситуации и образы животных.</p> <p>2. Не помогает придумывать танцевальные движения.</p>

	танцевальные движения в соответствии с задуманным образом.		
Коммуникативные навыки	1. Уважительно относится к товарищам, не толкается, соблюдает очередность и дистанцию. Сохраняет спокойствие, когда внимание педагога направлено на другого ребенка.	1. Не всегда проявляет чувство такта по отношению к товарищам, торопиться, не соблюдает очередность. Не может долго сохранять спокойствие при отсутствии к себе внимания.	1. Неуважительно относится к товарищам, толкается, не соблюдает очередность. Требуется повышенного внимания к себе.

IV. Список литературы

1. Аристотель. Собрание сочинений в 4-х т. Т.3. – М.: Мысль, 1981.
2. Бекина С.И. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет. – М.: Просвещение, 1983.
3. Богомолова Л. В. Основы танцевальной культуры. – М.: Новая школа, 1993.
4. Бочкарев Л.Л. Психология музыкальной деятельности. – М.: Издательство «Институт психологии РАН», 1997.
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика [Текст]: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста / А. И. Буренина. – СПб, 1997.
6. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. – М., 1968.
7. Ветлугина Н.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М., 1981.
8. Ветлугина Н.А., Кенеман А.В. Теория и методика музыкального воспитания в детском саду. – М., 1983.
9. Ветлугина Н.А., Дзержинская И.А., Комиссарова Л.Н. Музыкальные занятия в детском саду. – М., 1984.
10. Ветлугина Н.А. Музыкальный букварь. – М., 1988.
11. Воронова О.В. Роль ритмической пластики в системе музыкального воспитания детей старшего дошкольного возраста. Методическое пособие. – Ярославль, 2006.
12. Воспитание и обучение в детском саду / Под ред. А.В. Запорожца, Т.А. Марковой. – М., 1976.
13. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Музыкальный репертуар к танцевальным упражнениям, этюдам и спектаклям. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2003.
14. Горшкова Е.В. О формировании музыкально-двигательного творчества в танце//

Дошкольное воспитание. – 1991. - № 12.

15. Гусев Г. Н. Методика преподавания народного танца. – М.: Гуманит. изд. Центр «ВЛАДОС», 2003.
16. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д: Феникс, 2003.
17. Зарецкая Н.В. Танцы для детей дошкольного возраста. – М.: Айрис-пресс, 2005.
18. Захаров Р. Сочинение танца: Страницы педагогического опыта. – М.: Искусство, 1983.
19. Кулагина И.Е. Художественное движение. – М.: Наука, 1999.
20. Лифшиц И.В. Ритмика: Учебное пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 1999.
21. Мерзлякова С. Планирование и анализ работы по музыкальному воспитанию// Дошкольное воспитание. – 2000. - № 1.
22. Методика музыкального воспитания в детском саду. / Под ред. Н.А. Ветлугиной. М., 1989.
23. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль: Академия развития, 1997.
24. Музыкальное воспитание в СССР. Вып. 1. – М., 1978.
25. Музыкальный энциклопедический словарь. / Под ред. Г.В. Келдыш. – М., 1991.
26. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать. – М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2004.
27. Кирнарская Д.К., Н.И. Киященко, Тарасова К.В. Психология музыкальной деятельности: Теория и практика: Учебное пособие для студ. муз. фак. высш. пед. учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2003.
28. Радынова О.П. Музыкальное развитие детей. – М., 1997.
29. Радынова О.П. Практикум по методике музыкального воспитания дошкольников. М., 1999.
30. Радынова О.П., Катинене А.И., Палавандишвили М.Л. Музыкальное воспитание дошкольников. – М., 1998.
31. Сто музыкальных игр для развития дошкольников / Анисимова Г. И. – Ярославль: Академия развития, 2005.
32. Тарасова К.В. Онтогенез музыкальных способностей. – М.: Педагогика, 1988.
33. Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей. Т.1. – М., 1985.
34. Теплов Б.М. Психология индивидуальных различий. // Избр. труды в 2-х томах. Т.1. – М., 1985.
35. Шоломович СМ., Руденко И.Н., Зинич Р.Т. Методика музыкального воспитания в детском саду. – Киев, 1985.
36. Чеккетти Г. Полный учебник классического танца. - М.: АСТ «Астрель», 2007.
37. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс». – СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
38. Экспресс-анализ и оценка детской деятельности. Метод. основы / Под ред. О.А. Сафоновой. – Н.Новгород, 1995.
39. Эстетическое развитие и воспитание молодежи / Под ред. О.В. Лармина. – М.: Изд. Московского института, 1978.

