

Муниципальное казенное образовательное учреждение
дополнительного образования детей
Богородский центр детского творчества

«Утверждаю»

Директор Богородского центра
детского творчества
М.И. Анисимова



«Согласовано»

решением методического совета

Богородского центра детского творчества

Протокол № 1 от 07.09.2020

Дополнительная общеобразовательная программа
«Ритмика»

Возраст детей 5-7 лет

Срок реализации программы 2 года

Составитель: педагог дополнительного образования
Соболева Людмила Геннадьевна

пгт Богородское
2020 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Ритмика» имеет художественную направленность.

Занятия ритмикой - это развитие полноценной гармонически развитой личности ребенка, наилучшее средство удовлетворения личных потребностей ребенка дошкольного возраста в познании окружающего мира.

Учащиеся усваивают основные виды танцевальных движений и других видов движений посредством развития музыкального слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, развития легкости и гармонии движений, ощущения собственного тела в пространстве и умения свободно управлять им.

Движения, исполняемые под музыку, формируют художественный вкус детей, способствуют развитию творческих способностей, приобщают к миру музыки, танца и театра.

Новизна и актуальность программы

Занятия ритмикой – это дополнительный резерв двигательной активности детей, источник их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психологического напряжения.

Настоящая программа занятий танцевальной ритмикой предполагает комплексный подход в обучении детей дошкольного возраста основам музыкальной грамоты, движению и танцу.

Цель

Развитие и воспитание у детей двигательной сферы в сочетании со словом и музыкой. Формирование навыков хореографической пластики, музыкальности, развитие их творческих способностей.

Задачи

Обучающие:

- обучать умению правильно и красиво двигаться под музыку в соответствии заданному ритму;
- обучать исполнять правильно и выразительно танцевальные композиции и упражнения;
- обучать выполнять законы исполнительского мастерства.

Развивающие:

- развивать хореографические способности учащихся, пластичность и выразительность движений;
- развивать познавательную активность учащихся;
- развивать и расширять двигательный опыт учащихся посредством усложнения ранее освоенных упражнений;
- прививать чувство ответственности, пунктуальности, аккуратности;
- развивать музыкальный слух, ритмичность.

Воспитательные:

- воспитывать чувство взаимопомощи, ответственности к требованиям выполнения задания, дисциплинированность;
- воспитывать и содействовать повышению уровня духовно-нравственной, коммуникативной культуры;
- воспитывать чувство коллективизма;
- воспитывать морально-волевые, эстетические качества;
- прививать стремление к здоровому образу жизни.

Новизна и отличительные особенности программы

Данная программа построена на основе методического пособия по ритмике Ионовой И.И. разработанной для педагогов дополнительного образования. В ходе составления программы мной были внесены некоторые изменения: упрощен ряд танцевальных движений в соответствии с возрастными особенностями учащихся, были добавлены упражнения и разминки в современном стиле, что нравится детям, добавлен ряд упражнений на релаксацию.

Возрастные особенности детей

Младший дошкольный возраст (5-7 год жизни)

У ребенка начинается стремительное увеличение роста, накопление мышечной силы, выносливости, усиление подвижности. Хрящевинными остаются части костей кисти, стопы. Дети не могут выполнять мелкие и точные движения.

Движения тела уже достаточно координированы, точны. Дети уже учатся регулировать свои движения, выполнять их намеренно. Возрастает работоспособность, дети могут дольше сохранять нужную позу, охотно выполняют движения многократно, присутствует волевой характер движений. Возрастает сила мышц конечностей.

Походка ребенка становится правильнее, но руки недостаточно энергичны. Многие сутулятся, но голову опускают уже меньше. Шаг становится равномернее. Можно уже широко использовать различные способы ходьбы (носки, пятки, внешние стороны стоп).

Игра остается главным видом деятельности, но наряду с показом упражнения дети уже способны воспринимать и словесные пояснения. Легче выполняют и понимают исходные положения.

В этом возрасте ребенку становится легче правильно построиться в шеренгу, сохранять свое место во время занятий. Педагогу необходимо обращать особое внимание на положение ног учеников (т.к. они стремятся их сгибать), плеч (очень напрягают). Дети уже могут подчинять движения общему ритму, делать упражнения согласовано. Многие хорошо воспринимают музыкальное сопровождение. Дети прекрасно участвуют в играх-импровизациях, охотно

фантазируют, вживаются в образ (например, деревья, цветы). Получают удовлетворение от красоты движения. Умеют анализировать движение, охотно включаются в игры-соревнования. Становятся отзывчивыми на похвалу, высшая награда - это демонстрация их умения выполнять упражнение другим ребятам.

У многих детей внимание еще не устойчиво. Поведение и действия детей выходят из под контроля сознания, возможны эмоциональные срывы. Педагогу важно сохранять доброжелательные отношения к ребенку, создавать благоприятный психологический климат на занятии.

Формы и режим занятий

Данная программа рассчитана на 2 года обучения. Занятия проводятся 2 раза в неделю. В группы набираются дети 5-6 лет и 6-7 лет. Форма занятий групповая. В группе занимается от 12-15 человек. Продолжительность занятия - 25 минут для 1-го года обучения и 30 минут для 2-го года обучения.

Обучение предмету «Ритмика» состоит из двух основных разделов - это обучение движению под музыку и обучение основам музыкальной грамоты, в соответствии с этим занятия организовываются, таким образом: первое занятие в неделю - это танцевальная ритмика, 2-ое занятие – музыкальная ритмика.

Ожидаемые результаты

По прохождении данной программы учащиеся будут **знать:**

- комплекс разминочных упражнений для подготовки тела к занятию
- основные танцевальные компоненты, терминологию, правила выполнения упражнений
- элементы музыкальной грамоты
- иметь представление о факторах, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактики заболеваний
- правила техники безопасности на уроке и в ДДТ

Уметь:

- эмоционально и правильно исполнять несложные танцевальные композиции и виды танцев, соответствующие программе
- исполнять детские песенки с изученными танцевальными элементами
- выполнять построения и перестроения, усложненные различными видами ходьбы и исполнением различных движений
- работать с реквизитом в танце
- выполнять законы исполнительского мастерства
- внимательно слушать педагога и четко выполнять его рекомендации
- работать коллективно, слаженно

Методика выявления ожидаемых результатов

Результаты оцениваются педагогом с помощью метода наблюдения. В ходе занятия педагог оценивает, насколько понятен материал и вносит соответствующие изменения. С помощью дополнительных пояснений, повторного показа упражнения, комментирования ведется работа над ошибками.

На протяжении года ведется диагностика темпа освоения программы. Учащиеся оцениваются по трехбалльной системе, баллы суммируются, вычисляется средний балл группы.

Диагностика осуществляется в три этапа:

- начальная (сентябрь)
- промежуточная (декабрь)
- итоговая (май)

Оценку эффективности осуществляет педагог.

Методы оценивания и выявления освоения учащимися содержания программы

1. педагогическое наблюдение
2. устный опрос по теме, разделу программы
3. контрольное выполнение практического упражнения
4. конкурс на лучшее исполнение практических упражнений (внутри группы)

Эффективность занятий определяется показателем общего состояния, ребенка в конце года, его адаптации к нагрузке, успеваемости.

Формой подведения итогов являются выпускные концерты перед родителями в конце учебного года, участие в мероприятиях ДДТ, которые наглядно показывают, насколько освоен ребенком учебный материал.

Учебно-тематический план 1 - го года обучения

№	Тема	теори я	практик а	всего
I.	Вводный раздел.			
1.	Вводное занятие. Ритмика и мы. Знакомство с группой. Правила поведения на уроке. Инструктаж по ТБ.	0.3	0.7	1
II.	Танцевальная ритмика. Обучение движению под музыку.			
1.	Ритмические разминки и упражнения на развитие различных групп мышц и подвижность суставов.	2.4	5.6	8
2.	Марш, движение под маршевую музыку.	1.8	4.2	6
3.	Набор танцевальных элементов.	2.4	5.6	8
4.	Упражнения на ориентирование в пространстве.	1.8	4.2	6
5.	Русский танцевальный фольклор. Хоровод.	1.8	4.2	6
6.	Упражнения и игры, активизирующие внимание.	2.4	5.6	8
7.	Вальс.	1.8	4.2	6
8.	Основные законы исполнительского искусства.	0.6	1.4	2
9.	Участие в мероприятиях ДДТ.	1.2	2.8	4
		16.2	37.8	54
III.	Музыкальная ритмика. Обучение основам музыкальной грамоты.			
1.	Слушание музыки.	0.9	2.1	3
2.	Разучивание песен.	2.4	5.6	8
3.	Элементы музыкальной грамоты.	1.8	4.2	6
		5.1	11.9	17
	Всего часов:	21.6	50.4	72

Учебно – тематический план 2 - го года обучения

№	Тема	Теория	Практик а	Всего
I.	Вводный раздел.			
1.	Вводное занятие. Ритм в нашей жизни. Знакомство с группой. Правила поведения на уроке. Инструктаж по ТБ.	0.3	0.7	1
II.	Танцевальная ритмика. Обучение движению под музыку.			
1.	Ритмика - родная сестра спорта.	1.2	2.8	4
2.	Построения и перестроения.	1.8	4.2	6
3.	Игры с пением и танцами.	2.4	5.6	8
4.	Хороводно-игровой танец.	1.8	4.2	6
5.	Ритмические разминки и упражнения на развитие различных групп мышц и подвижность суставов.	2.4	5.6	8
6.	Полька - веселый танец.	2.4	5.6	8
7.	Основные движения польки.	1.8	4.2	6
8.	Галоп.	0.6	1.4	2
9.	Упражнения и игры, активизирующие внимание.	1.2	2.8	4
10.	Участие в мероприятиях ДДТ.	1.2	2.8	4
		16.8	39.2	56
III.	Музыкальная ритмика. Обучение основам музыкальной грамоты.			
1.	Слушание музыки.	0.9	2.1	3
2.	Разучивание песен.	1.8	4.2	6
3.	Элементы музыкальной грамоты.	1.8	4.2	6
		4.5	10.5	15
	Всего часов:	21.6	50.4	72

Методическое обеспечение

Структура занятия танцевальной ритмики:

1. Поклон
2. Разминка
3. Изучение танцевальных элементов
4. Танцы и игры

Структура занятия музыкальной ритмики:

1. Поклон
2. Слушание музыки
3. Изучение элементов музыкальной грамоты
4. Разучивание песен

Материально-техническая база

1. Музыкальные фонограммы
2. Аудио - магнитофон, музыкальный центр
3. Танцевальный класс, оборудованный зеркалами

Дидактическое обеспечение

1. Схемы танцев
2. Спортивный и танцевальный реквизит
3. Учебно - методическое пособие по преподаванию предмета «Ритмика» со схемой и ходом урока
4. Детские танцевальные песни и мелодии, тексты детских песен, театральные шумы, стихи для двигательного - речевых упражнений

Методы обучения

- Метод **систематичности** предопределяет последовательность изложения материала всего курса ритмики, соотношение практической и теоретической частей урока.
- Метод **сознательности и активности** опирается на активное отношение ребенка к своей деятельности. Самостоятельная, активная деятельность ребенка находится в зависимости от возникающего интереса к предлагаемому заданию, сознательного его восприятия. Активность стимулируется эмоциональностью педагога, образностью музыки, различными играми, и методами поощрения.
- Метод **наглядности** осуществляется путем практического показа движения педагогом.

- **Метод доступности и индивидуализации** предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей учащихся. Индивидуальный подход предполагает учет типа высшей нервной деятельности, возраста, пола, двигательного статуса ребенка.

Работа с родителями

1. проведение родительских собраний
2. индивидуальные консультации с родителями
3. проведение открытых уроков для родителей

Литература, используемая при составлении программы

1. Конвенция ООН о правах ребенка. (1989г.)
2. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ
3. Закон РФ «Об образовании» от 10.07.1992 №3266-1 (ред. от 12.11.2012)
4. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного обр. детей. Утверждено приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.06.2012г. №504
5. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации до 2010 года (одобрена решением коллегии Минобрнауки России от 06.10.2004 № ПК-2). – Внешкольник № 12/2004: - Официальные документы в образовании, № 8/2005.
6. Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей
7. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН
8. Примерные требования к программам дополнительного образования детей (прил. к письму Департамента молодежной политики воспитания и соц. поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844)
9. Дополнительные образовательные программы №4(4).- Новое образование, 2009
10. Родительские собрания: тренинги, консультативные вечера, творческие лаборатории, игровые практикумы/ авт.- сост. О.А. Павлова.- Волгоград: Учитель, 2009
11. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Л., М., Искусство, 1964.
12. Ионова И.И. Ритмика. Изд. «ГранДан» 2003г.
13. Кенеман А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Москва- 1999 г.
14. Кронова. Е.В. Методическое пособие по ритмике.- М.,1998г.
15. Зарецка Н.В. Танцы для детей младшего дошкольного возраста.- М.: Айрис-пресс, 2007 г.

Литература для родителей и учащихся

1. Березовский.Б.Л. Методика выявления музыкальных способностей у детей. Вопросы психологии. Киев 1987г.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребенком. Как?» изд. Сфера; Москва; 2003г.
3. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М.- 1997г.