

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«АКАДЕМИЧЕСКАЯ ГИМНАЗИЯ № 1534»**



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«РИТМИКА ДЛЯ МАЛЫШЕЙ»**

Направленность: художественно-эстетическая
Уровень: ознакомительный

Срок реализации: 1 год
Возраст обучающихся: 3-4 года

Педагог дополнительного образования
Ершова Наталья Сергеевна

Пояснительная записка

Программа «Ритмика для малышей» художественной направленности ориентирована на приобщение детей к искусству танца, независимо от наличия у них специальных физических данных; на воспитание хореографической культуры и формирование начальных танцевальных навыков.

Среди множества форм эстетического воспитания дошкольников в системе дополнительного образования хореография занимает особое место. Занятия танцами не только учат понимать и создавать прекрасное, но и развивают образное мышление и фантазию, способствуют гармоничному развитию ребенка.

Актуальность

Хореография обладает большими возможностями для полноценного эстетического, гармоничного духовного и физического развития ребенка.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в дошкольном образовательном учреждении предъявляют все более высокие требования. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования требуют от педагогов дошкольного учреждения реализации следующих задач:

- охраны жизни и укрепления здоровья детей;
- всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями;
- сохранения и поддержки индивидуальности ребёнка, развития индивидуальных способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;
- формирование общей культуры воспитанников, развития их нравственных, интеллектуальных, физических, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности, формирования предпосылок учебной деятельности;
- обеспечение равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей.

Для решения данных задач разрабатываются основные образовательные программы. Однако, художественно-эстетическое развитие ребенка, по результатам опроса родителей, требует дополнительных подгрупповых занятий с детьми по таким направлениям, как хореография. Программа «Ритмика для малышей» ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения. Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на

занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Направленность программы - художественная.

Программа составлена в соответствии с возрастными, психофизиологическими особенностями и возможностями детей дошкольного возраста.

Цель программы - приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников; привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту; выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи обучения:

- Прививать детям любовь к танцу-соразмерно сформировать их танцевальные способности
- Развивать чувство ритма
- Эмоциональную отзывчивость на музыку
- Танцевальную выразительность
- Координацию движения
- Ориентировку в пространстве
- Воспитать художественный вкус
- Научить детей определенным практическим навыкам в области танцевального искусства и развить эстетический вкус.

Новизна программы заключается в том, что она создана с учетом специфики образовательного процесса в детском образовательном учреждении. Программа ставит перед собой задачу не только достичь правильного хореографического исполнения, но и раскрыть пластическую выразительность у ребенка.

Возраст обучающихся 3-4 года;

Принципы набора и формирования групп: формирование группы проводится в соответствии с возрастом и физическими возможностями ребенка.

Количество обучающихся в группе 12-18 человек.

Объем программы

Программа составлена на 1 год обучения;

Количество часов на весь период обучения – 64 часов

Форма обучения – групповая

Режим занятий: 1 час- 2 раза в неделю, продолжительность одного занятия (1 час академический) в соответствии с СанПин 2.4.1.3049-13 не превышает 20 мин.

Формы обучения

Программа включает коллективно-творческие занятия.

Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую части. При этом теория занимает примерно 2-3 мин. в течение занятия, во время которых предусматривается анализ результатов деятельности детей, обсуждение последовательности изучения движений и упражнений.

На занятиях используются различные формы и методы, с учетом особенностей возрастной группы детей.

Основная форма образовательной работы с детьми – музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее развитие, формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности:

1. Музыкально-танцевальные дидактические игры.
2. Слушание музыки
3. Учебный блок (тренировочные упражнения, движения, фрагменты)
4. Танцевальные этюды и движения
5. Творческие задания, импровизация.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решения.

Учебно - тематический план

№ п.п.	Раздел программы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	2	13	15
2.	Партерная гимнастика.	2	14	16
3.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	1	4	5
4.	Ритм-блоки	1	5	6
5.	Танцевальные комбинации.	1	8	9
6.	Репертуарная практика.	1	12	13
	ВСЕГО:	8	56	64

Содержание образовательной программы

Принципы обучения.

Программа «Ритмика для малышей» разработана на основе технологии Бриске И.Э. «Ритмика и танец». На занятиях используются различные виды деятельности: ритмика и элементы музыкальной грамоты, танцевальная азбука и элементы художественной гимнастики, танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика.

Методы и приемы развивающего обучения детей зависят от вида занятий (вводное занятие, партерная гимнастика, упражнения на ориентировку в пространстве, движения с предметами и игрушками (мяч, платочек, обруч, погремушки и др.), танцевальные элементы, этюды и игры, танцы)

1. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. 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.

Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

2. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данный раздел позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

3. Движения с предметами и игрушками (мяч, платочек, обруч, погремушки и др.).

4. Танцевальные элементы.

5. Этюды и игры

6. Репертуарная практика

Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Ознакомление детей с танцевальной азбукой:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.

Партерная гимнастика (упражнения на полу) Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости; - упражнения для стоп; - упражнения для развития растяжки; - упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу.

3. Музыкально-ритмические игры.

Разновидность подвижных игр и игровых заданий с музыкально-ритмической доминантой. Часто используется постановка актерской задачи: создай образ, изобрази... (животное, сказочный персонаж, дождик на улице, и т.д.).

4. Ритм-блоки - мини-комплексы общеразвивающих и танцевальных упражнений, выполняемых с музыкальным сопровождением в основной части занятия.

Занятия по ритмике могут быть структурированы по-разному

- **Тематическое занятие.** Например, проучиваются элементы народных танцев. Тема: «Путешествие по странам», «Магазин игрушек»

- **Сюжетно - игровое занятие.** Выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок. В занятиях преобладают разнообразные образно-игровые имитационные движения: жесты, раскрывающие детям понятный образ, динамику его настроения или состояния в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях. Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки или произведения.

Темы: «Лесное царство», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель», «В гостях у трех поросят», «Поход в зоопарк», «Морское царство»

- **Импровизация.** Занятие, как правило, проходит в конце учебного года. К этому времени у детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально-ритмический репертуар, сформированы основы творческого мышления, воображения и фантазии. Занятие проводится в форме конкурсов: выбираем лучших танцоров – исполнение проученных танцев, конкурс «Разминка» - определяются те, кто лучше всех сможет повторить за педагогом движения.

5.Танцевальные комбинации.

Разучивание танцевальных элементов, комбинаций доступных по координации для дошкольника: подскок, галоп. Знакомство с пространственным перестроением: построения в линию, круг.

Перестроения в движении.

Построение в круг, пары. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий: обегать их, собирать, передавать друг другу, переключивать с места на место.

5.Репертуарная практика.

Постановка и отработка танцевальных номеров.

По окончании обучения дети будут:

Знать:

- начало и конец музыкального вступления,
- названия новых танцевальных элементов и движений,
- правила исполнения движений в паре;

уметь:

- откликаться на динамические оттенки в музыке,
- выполнять простейшие ритмические рисунки,
- реагировать на музыкальное вступление,
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы,
- давать характеристику музыкальному произведению,
- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.
- исполнять движения в парах, в группах.
- держаться правильно на сценической площадке.

Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую части. При этом теория занимает примерно 2-3 мин. в течение занятия, во время которых предусматривается анализ результатов деятельности детей, обсуждение последовательности изучения движений и упражнений.

На занятиях используются различные формы и методы, с учетом особенностей возрастной группы детей.

Основная форма образовательной работы с детьми – музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее развитие, формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности:

- Музыкально-танцевальные дидактические игры.
- Слушание музыки
- Учебный блок (тренировочные упражнения, движения, фрагменты)
- Танцевальные этюды и движения
- Творческие задания, импровизация.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решения.

Методика проведения занятий

Учитывая возрастные особенности детей дошкольного возраста, занятия проводятся, основываясь на ассоциативном мышлении ребенка, используя в названии элементов образов животных и знакомых им предметов.

При проведении занятий необходимо руководствоваться следующими правилами:

1. Разучивать упражнения по составляющим элементам, постепенно усложняя движения и увеличивая нагрузку.
2. Чередовать упражнения для различных мышечных групп: рук, ног, мышц спины и брюшного пресса, мышц шеи и грудных мышц и т. д.
3. Темп движений постепенно ускоряется.
4. В течение всего занятия чередуются упражнения с применением физических усилий и упражнения на расслабление. Кроме того, включаются элементы танцевально-игрового характера.
5. При выполнении упражнений необходимо обучать ребенка приемам правильного дыхания. Обращается внимание на длинный и ровный выдох.

Отслеживание результатов образовательной деятельности.

Отслеживание результатов освоения программы проходит на коллективно-творческих занятиях, на текущих занятиях индивидуально через наблюдение за каждым ребенком, на выступлениях.

Итоговые занятия проводятся в различных формах. Оценивается знание изученной терминологии, умение точно правильно и музыкально выполнить изученный материал.

Выступления на коллективно-творческих занятиях имеют не менее важное значение в процессе отслеживания результатов воспитательно-образовательной деятельности. Эти занятия дают возможность проанализировать взаимоотношения детей, степень их коммуникативности, поведение в нестандартной ситуации, выявить уровень дисциплинированности, аккуратность,

самостоятельность. Одновременно занятия дают возможность детям продемонстрировать свои достижения в овладении различными танцевальными движениями.

Результат освоения программы анализируются педагогом.

Материально-техническое обеспечение программы

Для работы студии необходимы:

- Светлый просторный зал, оснащенный зеркалами, хореографическим станком, техническими средствами: магнитофон, музыкальный центр.
- Раздевалка.
- Помещение для хранения реквизита – ленты, бубны, ложки, шарфы, мячи и т.д.
- Репетиционная форма, танцевальная обувь (приносится каждым ребенком лично).
- Костюмы для танцевальных номеров.
- Возможность использования ковра (или гимнастических ковриков).

Список литературы:

1. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
3. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на - Дону «Феникс» 2003г.
4. Рот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2007г.
5. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
6. Чибрикова - Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
7. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
8. Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев, 1972.
9. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). -22-е изд., испр. и доп. – СПб. ЛОИРО, 2000.
10. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: "Лань", 2003.
11. Васильева Е. Рождественская М. Историко-бытовой танец. – М., 1963.
12. Выготский Л.С. Воображение и творчество в дошкольном возрасте. – М; 1967.
15. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. – 1998.
16. Шацкая В.Н. Музыкально-эстетическое воспитание детей и юношества. – М; 1985.