

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 235»

Принято на Педагогическом совете

Протокол № 1 от 31.08.2020

Утверждаю:
Заведующий МДОУ «Детский сад № 235»
Сергеева /Е.В.Сергеева
Приказ № 121/11 от 31.08. 2020 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Ритмика»**

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 1 год
Направленность: художественная

Автор - составитель:
Шевченко Екатерина Николаевна, музыкальный руководитель

Ярославль, 2020 г.

Оглавление

I. Пояснительная записка.....	3
II. Учебный план и календарно-тематический график	8
III. Содержание образовательной программы.....	9
IV. Ожидаемые результаты освоения программы	22
V. Контрольно-измерительные материалы	23
Список литературы	25

I. Пояснительная записка.

Нормативно-правовая основа для разработки программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012, ФЗ №185 от 02.07.2013;
- Приказом департамента образования Ярославской области № 47-нп от 27.12.2019 «О внесении изменений в приказ департамента образования Ярославской области» (п.14, п.17)
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении Сан Пин» 2.4.3049-13)
- Постановление Правительства Российской Федерации 15.09 2020 года № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»
- Приказ Минобрнауки России от 10.07 2003 года № 2994 «Об утверждении Примерной формы договора об оказании платных образовательных услуг в сфере общего образования»
- Уставом МДОУ «Детский сад № 235».
- Адаптированной образовательной программой МДОУ «Детский сад № 235».
-

Актуальность программы

В настоящее время ритмическое воспитание приобретает все большее значение, так как является массовым и доступным для всех. За последние годы созданы и изданы многочисленные методические пособия по музыкально – ритмическому воспитанию, но специализированной программы по оказанию дополнительных услуг в рамках развития музыкально – ритмических способностей детей дошкольного возраста, к сожалению, нет. Поэтому, возникла необходимость в ее создании. Танец всегда был и остается любимым занятием детей. Он и развивает, и развлекает ребят. Плавные, спокойные, быстрые, ритмичные движения под красивую музыку доставляют детям эстетическое наслаждение. Через танец дети познают прекрасное, лучше понимают красоту окружающего мира. В программе сохранена одна из проблем нашего времени, а именно, музыкально-эстетическое воспитание детей дошкольного возраста посредством применения ритмических композиций.

Направленность программы: художественная.

Цель программы: приобщение детей к миру искусства, профилактика и сохранение психофизического здоровья детей, а также формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических движений.

Задачи:

1. Развивать основы музыкальной культуры.
2. Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма, музыкальную память).

3. Развивать творческие способности в области искусства танца.
4. Учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
5. Учить определять музыкальные жанры (марш, песня, танец), виды ритмики (игра, пляска, упражнение), различать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки, быстрый, средний, медленный темп, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т. д.).
6. Учить оценивать собственное движение и движение сверстника, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физических упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.
7. Формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении.
8. Воспитывать интерес и любовь к танцевальной музыке разных национальностей.

Новизна

Программа построена на синтезе упражнений детской ритмики, что позволяет в ходе освоения программы развивать физические и творческие качества дошкольника.

Отличительные особенности программы

большое количество игровых упражнений, которые придают занятиям увлекательную форму, дают простор творческой фантазии для детей.

В соответствии с ФГОС Программа опирается на **научные принципы** ее построения, что учитывается при организации образовательного процесса:

Принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка. Развивающий характер образования реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития;

Сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости. Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики;

-соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности, то есть позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»;

-единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;

Принцип интеграции образовательных областей (физическая культура, здоровье, безопасность, социализация, труд, познание, коммуникация, чтение художественной литературы, художественное творчество, музыка) в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;

Принципы гуманизации, дифференциации и индивидуализации, непрерывности и системности образования.

Отражение принципа гуманизации в образовательной программе означает:

-признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка;

-признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка;

-уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса.

-Дифференциация и индивидуализация воспитания и обучения обеспечивает развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями.

Осуществляется этот принцип учитывая индивидуальные особенности развития ребенка.

Принцип последовательности и систематичности. Последовательность при обучении детей движениям, подбор и сочетание нового материала с повторением и закреплением усвоенного, распределение физической нагрузки на детский организм на протяжении всего занятия. При подборе тех или иных упражнений следует не только учитывать достигнутый детьми уровень двигательных умений, но и предусматривать повышение требований к качественным показателям движений. Это необходимо для того, чтобы постоянно совершенствовать движения, не задерживать хода развития двигательных функций. Каждое новое движение следует предлагать после достаточно прочного усвоения сходного с ним, но более простого.

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей.

При организации двигательной активности детей следует учитывать их возрастные особенности. Развитие двигательной активности детей обязательно требует индивидуального подхода. Педагог должен ориентироваться на состояние здоровья каждого ребёнка. В процессе выполнения упражнений необходимо наблюдать за самочувствием детей, варьировать содержание занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребёнка. Очень важно соблюдать баланс: так, более сложные упражнения следует чередовать с менее сложными.

Принцип оздоровительной направленности, обеспечивающий оптимизацию двигательной активности детей, укрепление здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Принцип- развивающий эффект. Этот принцип требует соблюдения повторяемости и постепенности педагогических воздействий (многократное выполнение нагрузки как в рамках одного занятия, так и системы занятий; постепенное наращивание развивающе-тренирующих воздействий – планомерное увеличение и обновление заданий в сторону их усложнения, увеличения объема и интенсивности нагрузки по мере роста функциональных возможностей организма).

Категория обучающихся: дети 5-7 лет

Количество обучающихся: от 7 до 10

Продолжительность обучения: 8 месяцев

Место реализации образовательной программы: МДОУ «Детский сад № 235»

Условия реализации программы

Организационные условия:

Реализация программы осуществляется за рамками основной образовательной программы ДОУ на платной основе в форме дополнительного образования. Занятия проводятся 1 раз в неделю во второй половине дня.

Материально-технические условия реализации программы:

Занятия проводятся в музыкальном зале

ТСО

Нетбук

Колонки

Магнитофон

Оборудование

- Флажки 3 – 4 -х цветов по числу детей в группе.
- Ленты разных цветов по 2 на ребенка.
- Платочки разных цветов (размер 20-25 см).
- Погремушки по числу детей в группе.
- Цветы небольшие нежных оттенков.
- Обручи легкие пластмассовые.
- Шнур яркий длиной 3-4 метра.
- Мячи среднего размера по числу детей в группе.
- Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).
- Гимнастические палки большие и маленькие.
- Куклы и мягкие игрушки.
- Скакалки.
- Фитболы.

Кадровые: Шевченко Екатерина Николаевна, музыкальный руководитель высшей категории, высшее педагогическое образование.

Методическое обеспечение программы:

Программа по ритмике рассчитана на один год обучения и направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет.

В программе представлены различные разделы. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Программа рассчитана на 32 часа. Занятия проводятся 1 раза в неделю во второй половине дня. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствует возрасту детей. Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста: 5-7 года не более 30 минут.

Во время разучивания музыкально-ритмических заданий важно использовать различные **методические приемы**, учитывая возрастные особенности детей. В первую очередь, это *наглядность*, т. е. педагог сам показывает детям то, что им необходимо сделать.

Перед слушанием музыки или в процессе разучивания игры, пляски широко применяется *художественное слово*: беседа, пояснение, стихотворный текст. «Сила умного и увлекательного слова заключается в том, что оно способно настроить любую аудиторию на нужную эмоциональную волну...» (Кабалевский Д.Б.).

Большое внимание уделяется подготовительным *упражнениям и этюдам*. Их задача – дать детям необходимые двигательные и эмоционально-личностные навыки. Музыкально-ритмические упражнения помогают ребенку научиться владеть своим телом, координировать движения, согласовывая их с движениями других детей.

Этюды на выразительность жеста и выражение основных эмоций помогают ребенку научиться владеть выразительными движениями, т. е. своей мимикой, пантомимикой и жестами, что делает ребенка более артистичным в танце.

Форма занятий ритмикой является *коллективной*, что отвечает особенностям детского возраста. Для дошкольников групповое занятие является прямым продолжением игры. Дети этого возраста стремятся быть вместе и, не стесняясь, выполняют любые движения на виду у других. Им свойственно подражание, стремление «делать все как взрослые» или «как другие дети» и потому усвоение движений, даже сложных по координации, происходит у дошкольников легко. И девочки, и мальчики выполняют движения игрового характера вслед за ведущим легко и радостно.

Двигательно-моторная сфера развития:

Невысокая чувствительность к физическому дискомфорту. Доступны точные, аккуратные и согласованные движения рук.

Интеллектуальная сфера развития:

Объект познания – явления окружающего мира, события, удаленные во времени, путешествия в историю. Способ познания – представления по рассказам взрослых. Условия успешности – достаточное познавательное общение со взрослым, отсутствие монотонности. Способ передачи информации – рассказ, показ. Восприятие на основе зрительного сопоставления. Опора в восприятии – усвоенные представления. Формируется ориентировка в пространстве независимо от собственной позиции. Внимание становится произвольным, устойчивым; активно и продуктивно может заниматься по заданию до 15 минут. Память становится произвольной (через повторения), формируется смысловое запоминание. Мышление наглядно-образное; начинают закладываться основы логического мышления, могут выделять существенные признаки, устанавливать простые закономерности. Воображение становится произвольным, самостоятельным (творчество по замыслу). Перестает путать действительность и вымысел.

Коммуникативная сфера развития:

Взрослый интересен как источник информации, учитель. Общение внеситуативно-познавательное. Сверстник интересен как партнер по сюжетной игре. Высока потребность в общении со сверстниками, в принятии и в признании с их стороны. Сюжетно-ролевая игра, развернутый во времени сюжет. Игра в стабильной игровой компании, может быть растянута во времени на несколько дней.

Эмоционально-личностная сфера развития:

Начинает ориентироваться в своих достоинствах и недостатках. Осознание половой идентичности. Формируется образ себя реального и потенциального. Эмоциональная сфера становится стабильной, может сдерживать эмоциональные проявления (слезы, страх).

II. Учебный план

№	Наименование блока	Группа	год
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности		1
2	Упражнения разминочного этапа		7
3	Творческие задания.		7
4	Игры.		8
5	Повторение.		7
6	Закрепление пройденного материала.		2
	Итого		32

Режим занятий

№	Возраст детей	К-во занятий в неделю	Продолжительность занятий
	5-7 лет	1	30 мин.

Календарно – тематический график

№	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Поклон. Игра «Если можно, то танцуй».	1
2.	Этюд на выразительность жеста	1
3.	Разминка по кругу: виды шага	1

4.	Этюды на выражение основных эмоций: «Удивление»	1
5.	Этюды на выражение основных эмоций: «Лисичка подслушивает»	1
6.	Разминка по кругу: виды бега	1
7.	Упражнения в партере: «Петрушка»	1
8.	Этюды на выражение основных эмоций: «Ласка»	1
9.	Упражнения в партере: упражнения для стопы	1
10.	Игры на закрепление пространственных перестроений: «Иголка и нитка»	1
11.	Массовый номер на основе изученного материала.	1
12.	Закрепление пройденного материала.	1
13.	Аэробика (упражнения из исходного положения стоя): «Угадай, в какой руке»	1
14.	Игры на закрепление пространственных перестроений: «Найди себе пару»	1
15.	Упражнения в партере: «Кошка лезет под забор»	1
16.	Этюд на выразительность жеста «Это я! Это мое!»	1
17.	Игра на развитие памяти: «Запомни свое место»	1
18.	Этюд на выразительность жеста «Отдай!»	1
19.	Аэробика (упражнения из исходного положения стоя): «Похлопаем в ладоши»	1
20.	Массовый номер на основе изученного материала.	1
21.	Этюды на выражение основных эмоций: «Ой, ой, живот болит»	1
22.	Этюды на выражение основных эмоций: «Король Боровик не в духе»	1
23.	Игра на развитие внимания: «Будь внимателен»	1
24.	Этюды на выражение основных эмоций: «Гроза»	1
25.	Игры на закрепление пространственных перестроений: «Быстрый круг»	1
26.	Этюды на выражение основных эмоций: «Ваське стыдно»	1
27.	Этюды на выражение основных эмоций: «После дождя»	1
28.	Массовый номер на основе изученного материала: «Пропала игрушка»	1
29.	Повторение упражнений разминочного этапа.	1
30.	Повторение игр и этюдов на выражение разных эмоций и выразительность жестов.	1
31.	Повторение массовых номеров.	1
32.	Закрепление пройденного материала. Заключительное занятие.	1
	Итого:	32

III. Содержание образовательной программы

Ступени	Общее содержание
---------	------------------

№	Этапа	
1.	Орг. Момент	Организация детей. Стулья: перекличка, приветствие словесное. Шахматный порядок: поклон
2.	Подготовительная часть (разминка) включает в себя упражнения низкой ударности, низкой интенсивности и стретчинг с малой амплитудой движений.	Упражнения на осанку (про осанку напоминает при каждом упражнении). Марш на месте. Приставные шаги. Полуприседания. Упражнения общего воздействия.
	1-ая интенсивная часть включает в себя упражнения низкой и высокой интенсивности и высокоударные (с большой амплитудой движений).	Подъем коленей. Подскоки. Прыжки. Бег. Упражнения для мышц шеи, для рук и плечевого пояса, для туловища, для ног.
	1-ая заминка включает в себя упражнения низкой интенсивности	Упражнения на дыхание. Этюды на расслабление.
	2-ая интенсивная часть включает в себя упражнения высокой интенсивности	Упражнения на развитие мышц рук, спины, груди, брюшного пресса и ног.
	2-ая заминка включает в себя упражнения низкой интенсивности	Психомышечная тренировка.
3	Творческий этап	Творческое задание или игра
4	Заключительный этап	Оценка деятельности детей, поклон, организованный выход из зала.

1	Упражнения из положения стоя «качели»	Вводится упражнение в группе 1 года обучения. При этом звучит понятие «пара». В группе 2 г.о. понятие уточняется, а в группе 3 г.о. оно является ходовой терминологией. И. п. – стоя лицом друг к другу, держась за руки. Поочередные приседания. Повторить 8 – 16 раз.
---	--	--

«мячики»	<p>Является частью разминки.</p> <p>В группе 1 г.о. вводится понятие. Дети выполняют простейшую вариацию этого движения: обхватывают колени в глубоком приседе и подпрыгивают под музыку (она должна быть ритмичной). В группе 1 г.о. сначала повторяется уже известное выполнение движения, затем работа усложняется. Вводится работа в паре.</p> <p>И. п. – лицом друг к другу. 1 ребенок сидит в и. п. для мячика. Другой – играющий – стоя, держит руку над головой партнера. Один выполняет поочередные подскоки в глубоком приседе. Другой «играет» мячом. Смена ролей.</p>
«лягушата»	<p>В группах 2 г.о. и 3 г.о. движение в паре является частью разминки.</p> <p>И. п. – глубокий присед ноги врозь, руки касаются пола. Прыжки не выпрямляясь. Повторить 8 – 16 раз. Движение вводится в качестве подготовки к изучению этюда «Веселые лягушата» в группе 1 г.о.</p>
«деревце»	<p>Из положения внизу руки поднимаются вверх через стороны (тянутся к солнышку). Дети напрягают ладони и пальцы и интенсивно крутят ладонями (листочки шевелятся от ветерка).</p> <p>Данное упражнение выполняется в ходе игры «Лето - зима». Когда педагог говорит «лето» - дети показывают деревце, когда «зима» - дети садятся на корточки, обхватывая себя руками и показывая, что деревце под снегом и ему холодно.</p> <p>Вводится упражнение в группе 1 г.о. В группе 3 г.о. дети сами уже проводят эту игру в своей группе, тем самым готовясь четко запоминать инструкцию и организовывать не только себя, но и других детей.</p>
«бокс»	<p>Дети стоят в парах лицом друг к другу. Руки сжаты в кулачках.</p> <p>1 – выпрямляется (выбрасывается вперед) правая рука; 2 – правая рука сгибается на уровне плеча, левая выбрасывается вперед. Повторить 8 – 16 раз. Упражнение вводится в группе 2 г.о. и отрабатывается в группе 3 г.о. Параллельно с физической подготовкой при выполнении этого упражнения отрабатываются понятия «вправо», «влево».</p>
«пружинка»	<p>И. п. – стоя лицом друг к другу на расстоянии согнутых рук, ладонями касаясь друг друга. Поочередные сгибания и разгибания рук. Движение выполняется с сопротивлением. Повторить 8 – 16 раз.</p> <p>Упражнение вводится и отрабатывается в группе 3 г.о.</p>

«похлопаем ладоши»	<p>И. п. – стоя лицом друг к другу на расстоянии небольшого шага, руки на поясе. 1 – подскок, 2 – хлопок перед собой; 3 – подскок; 4 – хлопок в ладоши друг друга; 5 – подскок; 6 – хлопок в ладоши за спиной; 7 – подскок; 8 – «хлопок по бокам».</p> <p>Дети знакомятся с упражнением в группе 2 г.о., параллельно знакомясь с техникой исполнения подскока. Поэтому на первом занятии лучше поработать только над подскоками, а затем закрепить уже в данном упражнении.</p>
<p>2 Шаги маршевый</p> <p>притоп</p> <p>семенящий шаг</p> <p>пружинящий шаг</p> <p>Боковой приставной шаг</p>	<p>Вводится в группе 1 г.о. В последующих группах повторяется. В группах 2 г.о. и 3 г.о. обращается большое внимание на технику исполнения.</p> <p>И. п. – 6 позиция ног. Шаг на всей ступне, поочередное поднятие ног с перемещением вперед. Колено поднимаемой высоко ноги согнуто на 90 градусов, носок этой ноги натянут. Руки помогают в противоходе.</p> <p>Данный вид шага вводится также в группе 1 г.о. Здесь же вводится вариация шага - «три притопа» в качестве подготовки к изучению ковырялочки. В группах 2 г.о. и 3 г.о. притоп повторяется как элемент ковырялочки.</p> <p>И. п. – 6 позиция ног. 1 – вверх , 2 – левая (правая) нога приставляется с ударом пяткой к опорной.</p> <p>Дается в группах 1 г.о. в сопровождении музыкального оформления и с добавлением движения рук в ходе подготовки к «Танцу маленькой елочки».</p> <p>И. п. – 6 позиция ног. Плавный хороводный шаг с продвижением вперед (назад) на носках. При его выполнении сгибаются только подъемы ног.</p> <p>Вводится и отрабатывается в группе 3 г.о. при изучении элементов рок-н-ролла.</p> <p>И. п. – 6 позиция ног. Это «пружинка» с продвижением на всей стопе</p> <p>Вводится и отрабатывается в группе 3 г.о. при изучении элементов рок-н-ролла.</p> <p>И. п. – 6 позиция ног. 1 – вправо (влево), 2 – левая (правая) нога приставляется к опорной.</p> <p>Вводится и отрабатывается в группе 3 г.о. при изучении элементов рок-н-ролла.</p>

3	Прыжки Подскоки	<p>Подскок – поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге. Амплитуда прыжка зависит от характера музыки. Выполнять его можно на месте, с продвижением вперед или назад, а также с поворотом вокруг своей оси («часики»).</p> <p>Подскок на месте вводится в группе 1 г.о. как один из видов танцевальных движений. В группе 2 г.о. техника выполнения подскока уточняется, а затем отрабатывается в аэробном движении «Похлопаем в ладоши» (1 – подскок; 2 - хлопок). В группе 3 года обучения подскок повторяется как элемент этого движения.</p>
	«блинчики» галоп	<p>«Блинчики» - частые прыжки вверх, ноги вместе по 6 позиции. «Блинчики» вводятся в группе 1 г.о. как один из видов танцевальных движений. В старших группах в программе они не указываются, но являются частью разминки.</p> <p>Вводится в старшей группе.</p> <p>Боковой галоп (в сторону) – то же, что и приставной шаг, только в прыжке.</p> <p>Галоп вперед (элемент польки) – техника та же, только продвижение не в сторону, а вперед. 1 – толчок и правая (левая) нога выносятся вперед, приземляясь с носка. Носок другой ноги приставляется сзади к пятке опорной ноги. 2 – повторение.</p>
4	Положения и позиции ног.	<p>Данная тема практически не указывается в тематическом планировании, однако является фундаментальной. При работе над упражнениями как аэробными, так и танцевальными, необходимо словесно корректировать исходное положение детей, поэтому педагог первоначально всегда обращается к понятиям этой темы. Кроме того, выполнение поклона также начинается с указания на позицию ног и рук.</p> <p>Тема «Позиции ног и рук» прослеживается на протяжении всех четырех лет обучения. В группе 3 г.о. понятия немного усложняются, становятся более близкими к хореографической терминологии.</p> <p>«Узкая дорожка» - пятки и носки вместе, ступни ног параллельны (для всех возрастных групп, кроме 3 г.о.). В группе 3 г.о. данное положение называется как в хореографии – 6-я позиция ног.</p> <p>«Широкая дорожка» - ступни ног находятся на ширине плеч, параллельны (Для 3 г.о. - это ноги на ширине плеч).</p> <p>«Галочка» - пятки вместе, носки врозь.</p>

	<p>Положения рук.</p> <p>«Поясок» - ладони на талии, большие пальцы – сзади, остальные - впереди. Плечи и локти слегка отведены назад.</p> <p>«Кулачки на бочок» - пальцы рук слегка сжаты в кулачки, которые ставятся на талию тыльной стороной внутрь.</p> <p>«Полочка» - руки согнуты в локтях, сложены перед грудью. На левой руке лежит правая (кисть правой руки лежит на локте левой и наоборот).</p> <p>«Юбочка» - большим, указательным и средним пальцами (щепотью) обеих рук взять края юбочки (иногда воображаемой) и развести руки в стороны и чуть вверх.</p>
<p>5</p> <p>Построения</p>	<p>Цель: научить ориентироваться на танцевальной площадке в определенное время в танце, четко соблюдать танцевальный рисунок, знать их названия.</p> <p>Дети стоят плечом к плечу друг с другом по линии круга.</p> <p>Построение «круг» - единственное построение, которое вводится в самой младшей группе. В последующие годы обучения дети запоминают самый легкий и самый быстрый способ построиться в круг (взяться за руки). Отрабатывается умение работать в круге (перемещаться по кругу, сохраняя интервалы и рисунок). Поэтому в группе 3 г.о. вводится понятие «разминка по кругу».</p>
<p>полукруг</p>	<p>Дети стоят плече к плечу по линии полукруга.</p> <p>Вводится в группе 1 г.о. при построении на разминку. Затем данное построение отрабатывается в группе 2 г.о. при работе с номером.</p>
<p>цепочка</p>	<p>Дети стоят друг за другом, в затылок, взявшись за плечи идущего впереди.</p> <p>Данный вид рисунка вводится в ходе разбора игры «Паровозик» в группе 1 г.о., затем уточняется в группе 2 г.о.</p>
<p>колонна</p>	<p>Дети стоят друг за другом, в затылок.</p> <p>Дети знакомятся с построением в группе 1 г.о. в форме игры.</p>
<p>линия</p>	<p>Дети стоят плечом к плечу друг с другом.</p> <p>Вводится в группе 2 г.о., хотя педагог и в младших группах часто расставляет детей на разминку в данном рисунке. Уделяется внимание умению детей стоять «по линейке». К концу третьего года обучения дети должны без проблем сохранять линию в движении</p> <p>Две и более линии, каждая следующая линия – в «окошечках» между двумя ребятами.</p>
<p>шахматный порядок</p>	<p>Данный рисунок вводится с формулировкой только в самой старшей группе, хотя педагог и в младших группах часто расставляет детей на разминку в шахматном порядке.</p>

Октябрь

<i>№ п</i>	<i>Вид деятельности</i>	<i>Программные задачи</i>	<i>Репертуар</i>
1	Классический экзерсис	- Русский поклон. - Танцевальные позиции рук и ног (1-4). Повторить танцевальные движения рук и ног в центре зала.	Классическая музыка
2	Игроритмика (дискоразминка)	- Ходьба на каждый счет, хлопки через счет. - Хлопки и удары ногой на сильную долю (размер 2/4, 3/4). Развивать ритмичность.	«Полька с хлопками» И. Дунаевский
3	Игротане и элементы двигательной гимнастики	- Основные движения русского танца: «гармошка», «присядка», «ковырялочка». - Упражнения: «Стопы на себя», «стопы от себя», «лодочка».	Народные мелодии (CD диск «Топ-топ, каблучок» часть 1)
4	Танцевально-ритмическая гимнастика и пластика	Развивать умение выполнять приставные шаги с хлопками в умеренном темпе. Закреплять поскоки. Разводить руки в стороны. Девочкам братья за юбочки, мальчикам – за пояс.	«Танец с хлопками» (в ритме диско) «Са-Фи-дансе» уроки №1-2/231 «Слоненок» (в стиле диско) Жест «Широта» Жест «Красивый наряд» «Са-Фи-дансе» уроки
5	Танец	Упражнять в выполнении русских народных танцевальных движений.	«Колоски» «Казачья кадрили» Танец «Казачата» (авторские разработки)
6	Креативная гимнастика	Развивать внимание, память. Способствовать развитию творческих способностей.	«Дирижер-оркестр» «Ручеек» «Са-Фи-дансе» урок №1-2/233
	Сюжетный урок «Охотники за приключениям»	Воспитывать творческую активность детей.	«Са-Фи-дансе» урок №9/239

Ноябрь

<i>№</i>	<i>Вид деятельности</i>	<i>Программные задачи</i>	<i>Репертуар</i>
1	Классический экзерсис	- Русский поклон. - Танцевальные позиции рук и ног (1-4). Упражнять в умении выполнять движения экзерсиса.	Классическая музыка CD диск «Потанцуй со мной, дружок»
2	Игроритмика (дискоразминка)	-Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. - Хлопки и удары ногой сильной доли (2\4 и 3/4 размеры). Развивать ритмичность.	«Краковяк» (CD диск «топ-топ, каблучок» 2)
3	Игротанец и элементы двигательной гимнастики	- Танцевальный шаг: нога в сторону на пятку с наклоном в сторону. Шаг польки. Учить танцевальным движениям. Развивать пластичность и гибкость.	CD диск «Танцкласс» Упражнения: «гимнаст», «ежик», «колесо», «Улитка», «Складочка», «велосипед», «часики».
4	Танцевально-ритмическая гимнастика и пластика	Координировать движения рук и ног под характер марша. Учить обращать внимание на партнера по танцу. Упражнять детей в танцах игрового характера.	«Марш» (муз.Г.Свиридова) Знакомство с жестами: «Отгадай, кто это?», «Я шепчу». «Са-Фи-дансе» урок №10/243 «Три поросенка» муз.И.Ефремова
5	Танец	Развивать ритмичность и согласованность движений в танце.	«Краковяк» «Танец с зонтиками» Авторская разработка «Потанцуй со мной, дружок»
6	Креативная гимнастика	Воспитывать чувство такта во время движения. Совершенствовать динамический слух. Способствовать развитию творческих способностей.	«Круг и кружочки» «Са-Фи – дансе» «Кто в лесу живет?»
	Сюжетный урок «Морские учения»	Развивать ритмичность и согласованность движений, ориентировку в пространстве.	«Са-Фи-дансе» урок №21/253

Декабрь

<i>№</i>	<i>Вид деятельности</i>	<i>Программные задачи</i>	<i>Репертуар</i>
1	Классический экзерсис	- Перевод рук из одной позиции в другую на шаге.	«Менуэт» («Топ-топ, каблучок» 1)

		- «Открывание» руки в сторону и на пояс. Учить плавно выводить руки.	
2	Игроритмика (дискоразминка)	- Ходьба по кругу с носочка в чередовании с бегом и прыжками. - Хлопки и удары ногой сильной доли (2/4, 3/4). Развивать ритмичность.	«Французская полька» («Топ-топ, каблучок» 1)
3	Игротанец и элементы вокально - двигательной гимнастики	- Основные движения танца - Танцевальные движения: повороты, приставные шаги. - Танцевальный шаг Учить танцевальным движениям самбы. Развивать умение выполнять движения ритмично. Развивать гибкость.	«Самба». Диск «Танцкласс» Упражнения: «Чебурашка», «Буратино», «Лягушка», «Султан».
4	Танцевально-ритмическая гимнастика и пластика	Формировать умения двигаться по одному, парами. Продолжать развивать умение выполнять движения с предметами.	«Летка - енка» муз. В.Лехтинен «Белочка» муз. В.Шаинского Жесты «Отлично!», «Смотрю вдаль». «Са-Фи-дансе» урок №31-32/270
5	Танец	Формировать умение выполнять движения танцев рок-н-ролла, самбы.	«Новогодний рок-н-ролл» «Елочные игрушки» («Самба») «Са-Фи-Дансе» №51/296.
6	Креативная гимнастика	Развивать творческие способности детей.	«Смена настроения» «Танец в кругу» Евр.мелодия «Са-Фи-дансе», стр. 263
	Сюжетный урок «Родина моя»	Закрепить выполнение разученных упражнений танцевально-ритмической гимнастики.	«Са-Фи-дансе» урок №28/265

Январь

<i>№</i>	<i>Вид деятельности</i>	<i>Программные задачи</i>	<i>Репертуар</i>
1	Классический экзерсис	- Demi – plie. - Перевод рук из одной позиции в другую на шаге. Закреплять умение делать	Диск «Шедевры классической музыки»

		полуприседания.	
2	Игроритмика (дискоразминка)	- Чередование ходьбы с хлопками. Развивать умение свободно переходить от активного шага к хлопкам.	«Раз, два, три» (диск «Потанцуй со мной, дружок»)
3	Игротанец	Танцевальный шаг на полупальцах Продолжать развивать гибкость. Учить шагу на полупальцах в подвижном и спокойном темпе.	«Плыть лебедушкой». Комплекс: «Самолетик», «Щука», «лягушка».
4	Танцевально-ритмическая гимнастика и пластика	Развивать умение выполнять бег с захлестом с хлопками на сильную долю. Закрепить приставной шаг и притопы на месте. Уметь показывать «открытые» ладони, выражать напряжение в позе и мимике.	«По секрету всему свету» муз.В.Шаинского «Колобок» муз.Т.Морозовой Жесты: «К небу», «Обида». «Са-Фи-дансе» урок №37-38/280
5	Танец	Развивать согласованность движений в образном танце. Выполнять движения ритмично.	«Звездное сияние» «Заячье танго» (авторские разработки)
6	Креативная гимнастика	Развивать творческую инициативу.	«Платочек», «Зайкины ушки». Диск «Топ-топ, каблучок» 1
	Сюжетный урок «Королевство волшебных мячей»	Закрепить выполнение танцевально-ритмической гимнастики с мячом. Развивать ориентировку в пространстве и координацию движений.	«Са-Фи-дансе» урок №36/276

Февраль

<i>№</i>	<i>Вид деятельности</i>	<i>Программные задачи</i>	<i>Репертуар</i>
1	Классический экзерсис	- Demi – plie. - Перевод рук из одной позиции в другую на шаге. Совершенствовать умение делать полуприседания.	Диск «Шедевры классической музыки»
2	Игроритмика (дискоразминка)	- Прыжки: «метелочка», «качалочка». Закрепить умение детей ритмично подпрыгивать, сохранять правильное положение корпуса.	«Танец с прыжками» польская народная мелодия (диск «Потанцуй со мной, дружок» №18)

3	Игротанец и элементы двигательной гимнастики	- Танцевальные шаги: «приседание с каблучком»; Присев на опорной ноге, вывести вперед на каблук. С опорой на полупальцы, разворачивать в стороны колени. Уметь качаться из стороны в сторону. Развивать гибкость и пластичность.	«Веревочка». Жест «Качание волн». - Упражнения: «ежик», «лодка», «коробочка», «Растяжка».
4	Танцевально-ритмическая гимнастика и пластика	Продолжать формировать умение выполнять движения с предметами. - Боковой галоп в чередовании с кружением на подскоке вокруг себя.	«Неприятность эту мы переживем» муз. Б.Савельева «Галоп – шутка» «Са-Фи-дансе» урок №43/284
5	Танец	Обогащать двигательный опыт детей. Передавать в движении легкий характер музыки.	«Яблочко»
6	Креативная гимнастика	Развивать танцевальное творчество. Формировать умение выражать в пластике разные образы.	«Повтори за мной!» «Магазин игрушек» «Са-Фи-дансе» урок №43/283
	Сюжетный урок «Спортивный фестиваль»	Закрепить выполнение упражнений с предметами.	«Са-Фи-дансе» урок №48/288

Март

№	Вид деятельности	Программные задачи	Репертуар
1	Классический экзерсис	- Перевод рук из одной позиции в другую на шаге. - Demi – plie, Battement tendu. Закрепить знания позиций рук. Развивать внимание. Закрепить умение выводить ногу вперед, в сторону, назад. Чередовать с полуприседанием	Диск «Классическая музыка»
2	Игроритмика (дискоразминка)	- Чередование ходьбы с хлопками. Развивать умение свободно переходить от активного шага к хлопкам.	Трик, трик, трик» шотландская полька (CD диск «Потанцуй со мной, дружок» №1)
3	Игротанец и элементы двигательной гимнастики	- Основные движения танца «менуэт». Учить шагу менуэта. Закрепить поклон у мальчиков и реверанс у	«Менуэт» Боккерини («Топ-топ, каблучок» 1) «Парный весенний

		девочек. Танцевальные прыжки в разных вариантах. Развивать умение выполнять прыжки со сменой положения ног: вместе-врозь, вперед-назад, крест-накрест, с хлопками. Формировать пластичность движений.	танец» («Журчат ручки» Зарецкая, 24) Упражнения: «Кошечка», «Перекаты», «Уголок»
4	Танцевально-ритмическая гимнастика и пластика	Формировать выразительность образных движений. Уметь выполнять выразительно, качать корпусом вперед-назад.	«Божья коровка» «Воздушная кукуруза» Жесты: «Почтение», «Пилить дрова». «Са-Фи-дансе» урок №56/301
5	Танец	Развивать ритмичность движений.	«Мари и принц» («Менуэт») «Красная Шапочка и Волк» «Са-Фи-дансе» урок №41/283
6	Креативная гимнастика	Содействовать развитию творческих способностей.	«Танцевальный вечер»
	Сюжетный урок «Путешествие в маленькую страну»	Содействовать развитию творческих способностей и выразительности движений.	«Са-Фи-дансе» урок №55/299

Апрель

<i>№</i>	<i>Вид деятельности</i>	<i>Программные задачи</i>	<i>Репертуар</i>
1	Классический экзерсис	- Перевод рук из одной позиции в другую на шаге. Закрепление изученного материала.	Классическая музыка
2	Игроритмика (дискоразминка)	- Танцевально-образное упражнение на беге и прыжках. Упражнять в умении выполнять танцевальные шаги на беге и прыжках.	«Танцуй со мной» (CD диск «Потанцуй со мной, дружок» №6)
3	Игротанец и элементы двигательной гимнастики	-Пружинистый шаг в чередовании с подскоками. - Приставные шаги, кружения, боковой галоп по кругу в парах. Совершенствовать сильный, энергичный подскок. Уметь четко переходить от активного движения к	Танец «Стирка» Танец «Капитошка» (диск «Волшебники двора») Упражнение «Рок-

		более спокойному, плавному. Закрепить знакомые танцевальные движения в парах. Развивать пластичность движений.	н-ролл лежа», «Дельфин».
4	Танцевально-ритмическая гимнастика и пластика	Закрепить умение выполнять бег с захлестом с хлопками на сильную долю. Совершенствовать умение детей выполнять танцевально-образное упражнение. Развивать выразительность движений.	«По секрету всему свету» муз. В.Шаинского «Са-Фи-дансе» урок №37-38/280 «А может быть ворона» муз. Г.Гладкова «Са-Фи-дансе» урок №62/308 Жесты: «Оседлать коня», «Оглянуться на зов».
5	Танец	Закреплять умение выполнять движения польки. Учить танцам других народов.	«Смени пару» «В стиле кантри» народная мелодия CD Диск «Потанцуй со мной, дружок» №20. №4.
6	Креативная гимнастика	Содействовать развитию творческих способностей. Формировать умение выразить в пластике разные жанры музыки (вальс, полька, марш), передавая образы бабочки, солдатиков, лисичек и т.д.	«Здравствуйте, ладошки». «Творческая импровизация»
	Сюжетный урок «Путешествие в Играй-город»	Закрепить разученные танцевальные композиции. Способствовать развитию пластичности и музыкальности.	«Са-Фи-дансе» урок №61/306

Май

<i>№</i>	<i>Вид деятельности</i>	<i>Программные задачи</i>	<i>Репертуар</i>
1	Классический экзерсис	- Соединение изученных упражнений в законченную композицию. Закрепление изученного материала.	Диск «Классическая музыка»
2	Игроритмика (дискоразминка)	- Танцевально-образное упражнение на беге и прыжках. Закреплять танцевальные шаги на прыжках.	«Концерт на болоте» А.Пинегин (диск «Танцкласс»)

3	Игротанец и элементы двигательной гимнастики	-Шаг «Встать на пятку» - Основные движения танца «вальс» - «приставной шаг с приседанием». Учить выполнять шаг «с пятки». Учить шаг вальса. Развивать гибкость.	Этюд «Кручу – кручу». Танец «Скрюченный чарльстон» А.Пинегин (диск «Танцкласс») «Детский вальс» (диск «Топ-топ, каблучок» часть 1)
4	Танцевально-ритмическая гимнастика и пластика	Совершенствовать умение детей выполнять танцевально-образное упражнение с элементами ритмики.	«А может быть ворона», «Три поросенка», «Упражнение с флажками», «Пластилиновая ворона». Диск «Детские песни»
5	Танец	Закреплять умение выполнять движения польки. Развивать пластичность движений.	Полька «Сладкоежки» «Венская полька» И.Штраус (CD диск «Топ-топ, каблучок» часть 2) «Вальс цветов» П.Чайковский Авторская разработка
6	Креативная гимнастика	- Содействовать развитию творческих способностей. Формировать умение выразить в пластике разные жанры музыки (вальс, полька, марш), передавая образы бабочки, солдатиков, лисичек и т.д.	«Здравствуйте, ладошки». - «Творческая импровизация»
	Сюжетный урок «В гостях у трех поросят»	Добиться правильного выполнения упражнения «Три поросенка». Повторить перекаты вперед-назад, вправо-влево. Закрепить выполнение танца «Полька».	«Са-Фи-дансе» урок №67/315

IV Ожидаемые результаты освоения программы

По окончании обучения занимающиеся дети знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе обучения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку. Дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений. Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

V Контрольно – измерительные материалы

Для контроля результативности реализации программы «Ритмика», а так же для выявления и развития мотивации к занятиям разработана методика оценки уровня освоения программного материала каждым обучающимся. Способом проверки ожидаемых результатов служат специальные задания, которые выполняются детьми на контрольных занятиях.

Сроки проведения: Мониторинг проводится ежегодно по двум этапам:

Первый этап – сентябрь. Диагностика на начало учебного года - выявляла знания, умения, навыки и на основании этого выстраивала индивидуальный подход, коррекционно-развивающую работу.

На втором этапе - заключительная диагностика. Достигнуты ли поставленные цели и задачи.

Уровень музыкально-танцевального развития обучающихся в начале и в конце учебного года в следующих видах деятельности:

1. Восприятие музыки
2. Музыкально-ритмические упражнения
3. Детское музыкальное творчество

4. Танцевальное творчество

5. Танцевально-творческая импровизация

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и ритмического развития ребенка (начального уровня, динамики развития).

Метод диагностики: наблюдение за ребенком в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Критерии оценки уровня музыкального и ритмического развития ребенка:

Музыкальность, восприятие музыки – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений – музыке.

5 баллов – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение в ответ на звучание каждой части музыкального произведения;

4-2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения не всегда совпадают с движениями;

0-1 балл – движения не отражают характер музыки и не совпадают с ритмом, темпом, а также с началом и концом произведения.

эмоциональность – выразительность мимики, умение передать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревога и т.д.), умение выразить свои чувства в движении.

Этот показатель оценивается по внешним проявлениям по 5-балльной системе.

Танцевально-творческая импровизация – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные движения.

Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка.

Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку.

5 баллов – выполнение ритмической композиции от начала до конца самостоятельно;

2-4 балла – выполнение ребенком композиции с некоторыми подсказками;

0-1 балл – большие затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.

Музыкально-ритмические движения – способность запоминать, улавливать настроение музыки, воспринимать и передавать в движении различные средства музыкальной выразительности: темп, его ускорение и замедление, динамику – усиление и ослабление звучности; характер мелодии, строение произведения.

5 баллов – запоминание ребенком последовательности движений по показу с 3-5 исполнений;

2-4 балла – запоминание ребенком последовательности движений с 6-8 исполнений;

0-1 балл – неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большем количестве повторений (более 10 раз).

Танцевальное творчество - повышенная двигательная активность ребёнка, её разнообразие, стремление к овладению сложно координированными движениями. Умение точно различать движения по пространственным, силовым и временным параметрам, воспринимать и создавать новые на основе двигательного воображения;
5 баллов – ребенок становится инициатором двигательной активности, имеет собственную позицию в её построении, выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно;

2-4 балла – выполнение ребенком композиции с некоторыми подсказками;

0-1 балл – большие затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.

Таким образом, результаты диагностики дают основания полагать об эффективности занятий ритмикой. Занятия ритмикой действительно способствуют всестороннему развитию личности ребенка. Благодаря мониторингу, это подтвердилось на примере психических процессов и музыкально-ритмической деятельности. Тем самым подтверждается значимость в коррекционной работе для детей с ограниченными возможностями здоровья. Занятия ритмикой способствуют интеллектуальному, эстетическому и эмоциональному развитию творческой личности.

Список литературы:

1. Богданов, Г.Ф. Работа над танцевальной речью: Учебно-методическое пособие. – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусства»), 2006.
2. Вавилова, Е.Н. Развитие основных движений у детей 3 – 7 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2008.
3. Гимнастика с методикой преподавания: Учеб. Пособие для учащихся пед. училищ по спец. «Физическая культура». / Под ред. Меньшикова, Н.К.. – М.: Просвещение, 1990.
4. Лысенкова, Т.С. Ритм+пластика/2-е издание – М.: «Физкультура и спорт», 1988.
5. Лисицкая, Т.С. Аэробика на все вкусы. – М.: Просвещение, 1994.
6. Макарова, Ю.В. Программа детской оздоровительной аэробики «Азарт» // Творчество плюс мастерство. Сборник авторских программ педагогов дополнительного образования. Выпуск 3. – Вологда, 2001.
7. Матов, В.В., Иванова, О.А., Матова, М.А., Шабарова, И.Н. Ритмическая гимнастика для школьников. – М.: Знание, 1989.

8. Программа воспитания и обучения в детском саду. – М.: Просвещение, 1987.
9. Руднева, С., Фиш, Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М.: Просвещение, 1972.
10. Сиднева, Л.В., Алексеева, Е.П. Учебное пособие по базовой аэробике. – М.: Федерация аэробики, 1996.
11. Энциклопедия воспитания и развития дошкольника/ Башаева, Т.В., Васильева, Н.Н. Ключева, Н.В. и др. – Ярославль: Академия развития, Академия Холдинг, 2001.
12. Фирилева, Ж.Е. Сайкина, Е.Г. «СА -ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно –методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений – СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007.
13. Фирилева, Ж.Е. Сайкина, Е.Г. Лечебно-профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС». Учебное пособие – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
14. Фисанович, Т.М. Танцы. – М.: ООО «Издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2000.
15. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников: рекомендации, занятия, игры, упражнения/ авт.-сост. Анисимова, Т.Г. Ульянова, С.А.; под. ред. Ереминой, Р.А.. – Волгоград: Учитель, 2008.
16. Хухарева, Л.В. Психолого-педагогические рекомендации по работе с дошкольниками (для педагогов дошкольного и дополнительного образования, родителей). – Ярославль: ГОУ ЯО ЦДЮ, Издательский центр «Пионер», 2002.
17. Чистякова, М.И. Психогимнастика/ Под ред. Буянова, М.И.. – М.: Просвещение, 1990.