
 МАГАДАН	Департамент образования мэрии г. Магадана Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Дворец детского (юношеского) творчества»	
--	---	---

Принята
 на заседании педагогического совета
 Протокол № 3
 от «21» мая 2024г.

Утверждаю:
 Директор МАУ ДО ДД(Ю)Т
 И. Н. Майорова
 «21» мая 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная
 общеразвивающая программа
 художественной направленности
 «Ритмика»**

Возраст обучающихся: 5-6 лет
 Срок реализации: 1 год
 Уровень программы: ознакомительный
 Автор: Павлова Мария Васильевна,
 педагог дополнительного образования

Магадан

2024

«Согласовано»

Зам. директора по НМР Черенда Л.Ю. _____

Рецензенты:

1. _____
2. _____

Программа рекомендована к реализации 01.09.2024г
(наименование органа, № протокола, дата рассмотрения)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Жизнь, есть музыка с ее живым и творящим ритмом».

Э. Жак – Далькроз

Введение. Танцевальное искусство занимает важное место в воспитании и обучении детей дошкольного возраста, является наиболее эффективной формой художественно-эстетического развития личности ребенка, так как способствует развитию музыкально-ритмических и танцевальных движений, заложенных природой, раскрепощению детей, стимулирует их творческое общение, активизирует развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, воли.

Занятия по музыкально-ритмическому воспитанию, являются фундаментом для дальнейшей работы над музыкальностью и выразительностью движений на уроках хореографии. Подразумевают развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» художественной направленности разработана с учетом современных нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
6. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден

на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее- Целевая модель);

9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

12. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ».

Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р).

Направленность (профиль) программы. Содержание программы направлено на создание необходимых условий для личностного развития детей, посредством занятий ритмикой.

Актуальность программы. Актуальность программы определяется востребованностью родителями среди программ способствующих раннему

развитию детей.

Основные направления развития детей дошкольного возраста определены Федеральным государственным стандартом дошкольного образования. Одним из направлений является художественно-эстетическое развитие, которое предполагает формирование элементарных представлений о видах искусства; умений восприятия музыки, а так же вовлечение детей в творческую деятельность средствами музыки.

Однако, для детей имеющих повышенный интерес к занятиям хореографией, содержание и объем времени отводимый на музыкальные занятия в учреждениях дошкольного образования является не достаточным.

Педагогическая целесообразность программы. Имеет практическую направленность, так как развивает у детей чувство ритма, координацию движений, танцевальную выразительность. Программа формирует любовь к танцу, музыке открывает детям путь к творчеству, развивает их фантазию и художественные возможности.

Новизна программы. Реализация программы предусматривает сочетание знаний по элементарной теории музыки, основ хореографии и образной выразительностью через синтез различных видов деятельности обучающихся: игровой, танцевальной, музыкальной. А также включает набор обучающих приемов, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. В процессе реализации программы используются эффективные приемы здоровьесбережения: самомассаж, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, партерная гимнастика, подвижные музыкальные игры.

Отличительные особенности программы. Программа направлена на раннее выявление, развитие музыкальных, хореографических, творческих способностей детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей старшего дошкольного возраста и поддержку способных учащихся.

Категория обучающихся. Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 5-7 лет. На обучение принимаются все желающие без предъявления требований к уровню предварительной подготовки, не имеющие противопоказания по состоянию здоровью.

Рекомендуемое количество учащихся в группе не более 15 человек. Состав группы формируется из учащихся одного возраста.

Срок реализации образовательной программы 1 год. Общий объем учебного времени составляет 36 часов.

Формы и режим занятий. Форма обучения очная. Характерными формами организации учебной деятельности для данной программы являются групповая форма обучения.

Рекомендуемый режим занятий 1 раз в неделю по 1 часу.

Продолжительность учебных занятий определена уставом учреждения, исчисляется в астрономических часах и составляет 25 - 30 минут для обучающихся 5-7-ти лет.

Цель программы Развитие интереса у детей дошкольного возраста к хореографическому искусству и создание условий для личностного развития детей, посредством занятий ритмикой. Формирование знаний, умений и навыков по музыкально-ритмической деятельности. Выявление и поддержка способных учащихся.

Задачи:

Образовательные

- овладение основами музыкальной грамоты;
- формирование музыкально-ритмических навыков, умения выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев, навыки правильной осанки
- совершенствование основных двигательных качеств и навыков;
- расширение кругозора и формирование у детей речевой и социокультурной компетенции.

Развивающие

- развивать музыкальный слух:
 - музыкальные сенсорные способности (различение динамики, продолжительности и высоты звука, темпа музыкального произведения);
 - чувства ритма (способность выразить в движении ритмическую пульсацию мелодии);
 - слуховое внимание (умение начинать и заканчивать движения в соответствии с началом и концом музыки);
 - способность определять темп и характер музыкального произведения и выполнять движения в соответствии с ними;
- развивать хореографические способности детей, пластичность и выразительность движений;
- развить эмоциональную и двигательную сферу, исполнительские умения и навыки;
- развить умение пространственных представлений, ориентации детей в ограниченном пространстве;

- развить творческие способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию).

Воспитательные

- формировать учебную мотивацию и мотивацию к творческому поиску;
- формировать личностные качества: выносливость, волю, трудолюбие, целеустремленность;
- воспитывать коммуникативное межличностное общение («исполнитель-педагог», «участник - коллектив»), созданием положительного эмоционального настроения на занятия по ритмике;
- воспитывать общую культуру поведения;
- воспитывать эстетический вкус и интерес к музыкальному искусству.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ темы	Наименование раздела/темы программы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
Раздел 1. Введение в программу (1 час.)					
1.1	Вводное занятие	0,5	0,5	1	Первичная диагностика музыкально - танцевального развития обучающихся
Раздел 2. Элементы музыкальной грамоты (8 час.)					
1.1	Звуки вокруг нас	1	1	2	выполнение заданий из рабочей тетради по ритмике
1.2	Жанры музыки.	1	1	2	контрольные задания
1.3	Музыкальный размер	1	1	2	контрольные задания
1.4	Выразительные средства музыки	1	1	2	выполнение заданий из рабочей тетради по ритмике
Раздел 3. Азбука хореографии (16 час.)					
2.1	Основные движения.	1	4	5	педагогическое наблюдение

2.2	Общеразвивающие упражнения.	1	2	3	педагогическое наблюдение
2.3	Элементы партерной гимнастики	1	1	2	педагогическое наблюдение
2.4	Пространственная ориентация в хореографическом классе. Основные и дополнительные виды построения	1	3	4	педагогическое наблюдение
2.5	Дыхание в хореографии	1	1	2	педагогическое наблюдение
Раздел 4. Связь музыки и движения (10 час.)					
3.1	Строение (структура) музыкального произведения.	1	1	2	наблюдение беседа
3.2	Элементы танцевальных движений	1	3	4	танцевальные игры
3.3	Художественный образ в хореографии	1	1	2	игра
3.4	Эмоции в танце	1	1	2	игровые упражнения
	Итоговое занятие	0,5	0,5	1	диагностика
Итого		14	22	36	

СОДЕРЖАНИЕ

1 год

Раздел 1. Введение в программу (1 час.)

Тема 1.1. Вводное занятие (1 час.)

Теория. Роль ритмики в повседневной жизни человека. Правила хореографического этикета (общие правила, требования к внешнему виду, правила поведения в хореографическом классе, техника безопасности на занятиях, оборудование хореографического класса).

Практика. Танцевальное приветствия (*поклон*). Коммуникативные игры. Музыкально-ритмические упражнения.

Раздел 2. Элементы музыкальной грамотности (8 час.)

Тема 2.1. Звуки вокруг нас. (2 час)

Теория. Понятия музыкальный и шумовой звук. Свойства музыкального звука (длительность, высота, громкость).

Практика. Слушание звуков окружающего мира и беседа о них. Музыкальные игры на развитие звуковысотного слуха. Разучивание стихотворений о звуках. Выполнение заданий в рабочей тетради по ритмике.

Тема 2.2. Жанры музыки (2 час)

Теория. Беседа о жанрах музыки. Понятие «жанр», «песня», «танец», «марш». Понятие лад и характер музыки (веселый, спокойный, энергичный, торжественный).

Практика. Прослушивание музыкальных произведений. Анализ особенностей музыкального произведения. Определение жанра и характера музыки (песня, танец, марш).

Движения в темпе и характере музыки. Музыкально-дидактические и танцевальные игры на развитие умения определять музыкальный жанр. Выполнение заданий в рабочей тетради по ритмике.

Тема 2.3. Музыкальный размер (2 час.)

Теория. Музыкальный размер. Сильная и слабая доли, пауза.

Практика. Задания для развития умения определять музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4. Ритмические упражнения на развитие умения выделять сильную долю и слышать слабую долю в музыке на слух. Умение отмечать их хлопками и дирижировать в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4. Выполнение заданий в рабочей тетради по ритмике.

Тема 2.4. Выразительные средства музыки (2 час.)

Теория. Понятие темп музыки (медленный, умеренно, быстро). Понятие «динамика музыки» (громко, тихо). Понятие «длительности» (длинные, короткие). Понятие «ритмический рисунок».

Практика. Прослушивание музыкальных произведений и определение выразительных средств музыки (характера, темпа, динамика).

Музыкально-дидактические игры на развитие умения определять характер музыки. Выполнение движений с различной силой амплитуды в зависимости от характера музыки.

Музыкально-ритмические игры на развитие умения различать темп музыки (быстро, умеренно, медленно). Выполнение движений в различных темпах, из одного темпа в другой, постепенно ускорять и замедлять движение.

Музыкально-ритмические игры на развитие умения различать динамические оттенки в музыке (тихо, умеренно, громко).

Выполнение простых ритмических рисунков (притопы, прихлопы, с использованием ударных инструментов (бубен). Составление простого ритмического рисунка. Ритмические упражнения с музыкальным заданием.

Выполнение заданий в рабочей тетради по ритмике.

Раздел 3.Азбука хореографа (16 часов)

Тема 3.1. Основные движения(5 час.)

Теория. Понятие «корпус». Правила постановки корпуса.

Правила выполнения основных движений (ходьбы, бега, подскоков, прыжков). Наклоны и повороты головы, туловища, круговые движения головы, рук, плеч, туловища. Полуприседания. Приседания, выпады и махи ногами. Выдвижение ног. Подъемна полупальцы по VI и I позициям. Правила выполнения прыжков.

Понятие правая и левая рука, положение рук на талии, перед грудью, положение рук в кулаки. Позиции рук: подготовительное положение – руки опущены вниз; 1-я позиция – руки направлены вперед; 2-я позиция – руки направлены в стороны; 3-я позиция – руки направлены вверх. Исходное положение – руки опущены вниз по линии бедер и находятся на небольшом расстоянии от корпуса (не прижаты к корпусу).

Понятие «правая и левая нога», «опорная нога».Позиции ног: I позиция свободная, VI.

Практика. Упражнения на формирование осанки.

Шаги разного вида (бытовой, маршевый, легкий шаг с носка (*танцевальный*), приставной шаг, шаг с высоким подниманием колен, шаг на высоких полупальцах, шаг с подскоком, боковой галоп).

Бег разного вида (бег на полу пальцах, бег с высоким подъемом колена вперед, бег с захлестом голени назад).

Движения:

- головы (повороты направо-налево, вверх-вниз, наклоны);
- плеч и корпуса (подъемы и опускание плеч, наклоны корпуса вперед и в стороны, повороты);
- рук (формирование умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдение ритмичности и координации движений рук);
- ног (подъемы на полу пальцы по VI и I позициям; полуприседания по VI, I, II, III; выдвижение ног в сторону, вперед);
- подскоки на месте и с продвижением;
- прыжки (со сменой размеров и темпов музыкального сопровождения).

Позиций ног. Позицийрук. Перевод рук из позиции в позицию.

Игры для развития силы рук.

Тема 3.2. Общеразвивающие упражнения.(3 час)

Теория. Правила выполнения движений с предметами.

Практика. Движения с предметами (платочек, игрушка, мяч)

Тема 3.3. Элементы партерной гимнастики.(2 час)

Теория. Понятие «партер», «партерная гимнастика».Значение партерной гимнастики для детей. Порядок и правила выполнения упражнений.

Практика. Комплекс партерных упражнений на развитие осанки, выворотности ног, силы мышц ног и рук, укрепление мышц живота, спины, на растяжку и эластичность голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Упражнения на развитие мышц ног, координацию

- «зайчик» (*релеве*)
- «солнышко» (*круговые вращения стопами*)
- «балерина идет по лестнице»

Упражнения на растяжку ножных связок, пластичности рук, координации движений

- «лебедь»
- «складочка»
- «лягушка»
- «кукла»
- «цветочек»

Упражнения на силу мышц ног, спины, живота

- «дирижер» (*махи ногами*)
- «велосипед»
- «ножницы»
- «березка»
- «вверх по лестнице, вниз на лифте»

Упражнения на укрепление мышц корпуса и живота, силы рук.

- «змея»
- «кольцо»
- «бабочка»
- «лодочка»
- «корзиночка»
- «вазочка»
- «мостик»

Упражнения на развитие всех групп мышц, развитие музыкальности, координации и чувства ритма (*стоя на коленях*)

- «кошечка - собачка»
- «стойкий солдатик»
- «неваляшка»

Упражнения на растяжку: полушпагат, статуэтка, «лягушка», «бабочка».

Тема 3.4. Пространственная ориентация в хореографическом классе. Основные и дополнительные виды построения (4 час)

Теория. Виды построения: линия, шеренга, колонна, круг, диагональ. Понятие «интервал», «рисунок танца».

Практика. Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение и перестроение. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, в рассыпную и перестроения в линию, шеренгу, колонну, круг, диагональ. Отработка умения сохранять интервал. Овладение разнообразными рисунками танца (композиционные построения).

Тема 3.5. Дыхание в хореографии (2 час)

Теория. Основные принципы дыхания во время физических нагрузок.

Практика. Выполнение дыхательных упражнений при выполнении основных движений, упражнений в партере и танцевальных движений.

Раздел 4.Связь музыки и движения (10 час.)

Тема 4.1. Строение музыкального произведения. (2 час)

Теория. Понятия: вступление, часть, фраза. Законченность мелодии и танцевального движения.

Практика. Прослушивание музыки. Определение строения музыкального произведения. Начало и окончание выполнения движений вместе с музыкой. Упражнения на развитие слухового внимания на начало и окончание музыки. Формирование умений начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.

Умение менять движение в зависимости от смены частей и фраз. Умение определять характер различных частей и двигаться в характере музыки. Выполнение разных движений в соответствии с разными темпами, со сменой движений (марш, бег, прыжки, галоп) в соответствии с частями музыкального произведения.

Тема 4.2. Элементы танцевальных движений. (4 час)

Теория. Танцевальные движения: «ковырялочка», «притопы», «лодочка», «звездочка».

Практика. Положение и движения рук, принятые в русской пляске: свободно опущенные вниз, руки в бок, руки, скрещенные на груди,

Выдвижение ног в сторону и вперед с переводом «носок-каблука» в характере русского народного танца.

Закрепить выполнение основных танцевальных элементов и шагов, освоить движения для рук и ног.

Тема 4.3. Художественный образ в хореографии (2 час)

Теория. Понятие «образ».

Практика. Игры на формирование у детей способности находить собственные решения действовать в плане образных представлений. Задания для развития умения импровизировать на заданную тему.

Тема 4.4. Эмоции в танце (2 час)

Теория. Понятие «эмоции», пантомимические движения.

Практика. Упражнения и этюды для развития эмоциональности детей.

Тема. Итоговое занятие. (1 час)

Теория. Диагностика (промежуточная аттестация).

Практика. Открытые занятия для родителей. Показ творческой работы.

Планируемые результаты

По итогам освоения образовательной программы учащиеся:

будут знать:

- правила хореографического этикета
- основные музыкальные понятия: «жанр музыки», «характер музыки», «темп», «динамика», «сильная и слабая доли», «вступление»
- названия простых танцевальных движений и упражнений партерной гимнастики.

будут уметь:

- определять на слух характер музыки и двигаться в соответствии со сменой музыкального произведения
- повторить простой ритмический рисунок
- ориентироваться в пространстве хореографического класса при выполнении танцевальных и ритмических упражнений
- определять сильные и слабые доли в музыке
- начинать выполнять движение сразу после вступления
- определять выразительные средства музыки (характер, темп, ритм, динамику)
- наблюдать, анализировать, сравнивать, выделять характерные признаки музыкального произведения
- уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах

Получат развитие такие качества, как терпение, аккуратность, инициативность. Обучающиеся приобретут опыт выступлений, общения со сверстниками в коллективе

Формы контроля

Программа предусматривает три вида аттестации обучающихся. Предварительная (*вводная*) *аттестация*, проводится в целях выяснения уровня готовности ребенка и выявления его индивидуальных особенностей (интересов, первичных умений и навыков, мотивации для занятия и т.д.). Проводится в начале учебного года в форме наблюдения и беседы.

Текущая аттестация, проводится в целях оценки качества усвоения учащимися содержания отдельных разделов образовательной программы и проводится по полугодиям в форме беседы, анализа выполнения практических заданий.

Промежуточная аттестация, проводится в целях оценки степени и уровня усвоения учащимися образовательной программы в целом и проводится в конце учебного года в форме контрольного урока, анализа концертных выступлений.

Достижения учащихся оцениваются безотметочным способом. Оценке подлежат

знания основ музыкальной грамоты; основ хореографического искусства; принципов взаимодействия музыки и танца;

умения и навыки самостоятельно исполнять ритмические упражнения; уровень исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций; соблюдение требований к безопасности при выполнении танцевальных движений;

личностные результаты: способность к самооценке; уровень социальноценных личностных и нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность, умение быстро переключать внимание, проявлять такие качества, как терпение, аккуратность, умение общаться со своими сверстниками в коллективе.

Требования к условиям реализации программы

Календарный учебный график

Начало занятий первого года обучения не позднее 15 сентября.

Окончание занятий – не позднее 31 мая.

Продолжительность учебного года составляет 36 недель (в количестве 36 учебных часов).

Нерабочие и праздничные дни устанавливаются в соответствии с Постановлениями Правительства РФ.

Промежуточная аттестация проводится по итогам освоения образовательной программы за 1-е полугодие в III декаде декабря, за 2-е полугодие - в мае.

№	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы
1	Первый	36	36	1р x 1ч = 1ч

Материально-техническое обеспечение

Помещения:

учебный кабинет не менее 45 кв. м., соответствующий требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14 утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.06.2014 г. № 41 оснащенный зеркалами размером 7 м x 2 м на одной стене;

Мебель:

- мебель для педагога (стол и стул)
- шкафы для хранения наглядных пособий
- магнитно-маркерная доска
- стеллажи для хранения материала.

Музыкальные инструменты и оборудование:

- магнитофон
- фортепиано
- индивидуальные коврики для партерных упражнений

Костюмы для занятий:

для девочек: гимнастические купальники, юбочки, белые носочки, спортивные тапочки «чешки».

для мальчиков: белая футболка, шорты, белые носки, спортивные тапочки «чешки».

Учебно-методическое обеспечение

- конспекты занятий;
- карточки со схемами;
- тесты;

Наглядный и дидактический материал

- фотоматериалы;
- таблицы;
- иллюстрации;
- схемы;
- аудио и видео материалы

Кадровое обеспечение. Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее или среднее профессиональное образование, соответствующее направленности (профилю) данной программы. При реализации программы "Ритмика" необходимо планировать работу концертмейстера с учетом сложившихся традиций и методической целесообразности.

Приложение №1

Методические рекомендации по организации учебного процесса

В каждом ребенке в большей или меньшей степени заложена потребность в движении, в танце. Основная педагогическая задача – активизировать и поддержать эту потребность. «Добывая» музыкальные знания, ребенок осуществляет мыслительные действия, которые позволяют ему повторить открытия, когда-то уже совершенные. В данном процессе происходит «присвоение» знаний, которые становятся духовным капиталом ребенка.

В процессе обучения ребенок открывает для себя свойства музыкального звука (тембр, длительность, высоту, громкость); познает двигательные способности своего тела. Работа по восприятию данных качеств звука развивает музыкальные способности ребенка, метроритмическое чувство. И, как результат развития этих способностей, - формирование навыков движения под музыку.

Программа имеет своей целью адаптировать относительно сложные музыкальные и хореографические понятия к старшему дошкольному возрасту; сформировать навыки исполнения танцевальных движений, обогатить познания ребенка об окружающем мире, представлениями о музыке и хореографии.

При реализации программы необходимо учитывать возрастные особенности старшего дошкольного возраста.

Ребенок старшего дошкольного возраста физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него

хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Проявляются элементы творчества во всех видах деятельности.

На 5-7 году жизни дети уже осмысленнее воспринимают музыку. Они могут узнавать знакомые мелодии, определять характер музыки и некоторые средства музыкальной выразительности (динамика - громко, тихо; темп – быстрый, медленный; характер музыки). Движения становятся более ритмичными, четкими, согласованными с началом и окончанием звучания музыки. Дети могут выполнять более разнообразные движения.

Дети данного возраста способны осмыслить указания педагога и, опираясь на имеющийся опыт, без показа выполнить некоторые музыкально-ритмические задания. Они с большим увлечением соревнуются в нахождении новых сочетаний знакомых плясовых движений. Хотя попытки детей в придумывании своего танца еще не уверенные, движения однообразные, чувствуют небольшую скованность. Дети иногда очень нерешительно включаются в такие задания. Но к концу учебного года многие могут достаточно выразительно передать в танце характер, настроение, имеют достаточный запас основных танцевальных движений, устойчивых музыкально-ритмических навыков.

У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца.

У детей совершенствуются основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребенком правил поведения. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения – сила, уравновешенность и подвижность также несколько совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость.

Для достижения поставленной цели и реализации задач программы используются следующие методы обучения:

- **словесные методы** обучения (объяснение, рассказ, беседа, диалог,

консультация) — эти методы обучения позволяют связать учебный материал с личным опытом ребенка, обеспечить оперативную обратную связь, являются средством формирования научного мировоззрения, поведения, положительных качеств личности человека;

- **наглядные методы** обучения (иллюстрация, демонстрация, показ) облегчают восприятие новых сведений, сокращают время для объяснения, дают обучающемуся не только точные и определенные сведения и понятия, но и новые представления, впечатления и ощущения, развивают наблюдательность, повышают уверенность в своих силах;

- **метод игры** - позволяет формировать равноправные, партнерские отношения сотрудничества, привлекать к решению проблем жизненный опыт обучающихся, вырабатывать решение задач на основе учета широкого спектра мнений и точек зрения, обеспечивает формирование социальной компетентности;

- **практические методы** (музыкально-ритмические упражнения) — обеспечивают связь теории и практики, способствуют закреплению и конкретизации полученных теоретических знаний учащихся, углублению формированию навыков и умений.

Поскольку речь идет о занятиях с детьми дошкольного возраста предпочтение отдается игровым методикам.

Музыкальное сопровождение занятия является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным. Произведения должны быть доступными для восприятия детей, ясными по фактуре, жанру, стилю, разнообразными по характеру и мелодическому содержанию. Для прослушивания необходимо отбирать лучшие произведения народной, классической и современной музыки, как российских, так и зарубежных композиторов.

На занятиях используется:

- классическая музыка,
- народная музыка,
- музыка в современных ритмах.

В процессе проведения занятий необходимо уделять особое внимание осанке обучающихся. Используя средства хореографии выправить ряд физических недостатков постановки корпуса, головы, ног.

Критерии оценивания

<i>№№ п/п</i>	<i>признаки</i>	<i>Минимальный уровень</i>	<i>Базовый уровень</i>	<i>Повышенный уровень</i>
1	Умение контролировать положение корпуса	Корпус слабый На протяжении выполнения упражнений держит прямо эпизодически.	Корпус напряжен, плечи подняты. В течение выполнения упражнений контроль за положением корпуса происходит при напоминании педагога.	Корпус подтянут, но не напряжен. Уверенно в течение занятия при выполнении упражнений держит спину прямо (самоконтроль).
2	Умение слушать музыку	Во время слушания музыкального произведения – отвлекается. Затрудняется определить характер музыки.	Слушает музыкальное произведение, не отвлекаясь. Определяет характер музыки.	Внимательно слушает музыкальное произведение от начала до конца. Может определить характер музыки и предложить движения под нее.
3	Умение слышать музыку	Затрудняется в определении частей музыки. Начинает и заканчивает выполнение движений только повторением за окружающими детьми.	С помощью педагога различает части музыки. Выполнение движения происходит после запоминания определенных правил педагога.	Самостоятельно различает части музыки. Без напоминания педагога начинает движение сразу после вступления и заканчивает его с окончанием звучания музыки.
4	Ритмический слух (умение повторить простой ритмический рисунок – различает длинные и короткие звуки, слабые и сильные звуки)	Испытывает затруднение при повторении ритмического рисунка. Не определяет сильную долю.	Повторяет ритмический рисунок с небольшим количеством ошибок. С помощью педагога отмечает сильную долю такта.	Точно повторяет ритмический рисунок. Слышит и самостоятельно отмечает (хлопком, словом) сильную долю такта.
5	Танцевальная память (умение запоминать и повторять простые танцевальные комбинации)	Повторение танцевальной комбинации (из 2-3 движений) вызывает затруднение.	Исполнение танцевальной комбинации (из 2-3 движений) происходит при помощи педагога с небольшим количеством ошибок (возможно неритмично, невыразительно нарушен порядок движений)	Точно, выразительно, самостоятельно повторяет танцевальную комбинацию (из 2-3 движений)

Структура занятий по ритмики

Этап занятия	Назначение	Задачи	Основные средства достижения поставленных задач	Методические особенности
Подготовительная часть	Подготовка организма к предстоящей работе. Подготовка организма к предстоящей работе.	организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма.	части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др.	Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
Основная часть занятия		развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.	упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы современного, бального, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.	На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.
Заключительная часть		постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.	спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.	проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии

Литература

Список литературы для педагогов

1. Ерохина О. В. Школа танцев для детей / Серия «Мир вашего ребенка». Ростов н/д: Феникс, 2003. – 224с.
2. Руднева С. И Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение М., «Просвещение». 1972.-334с.
3. Шершнев Виктор Григорьевич «От ритмики к танцу» развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области.- Москва, 2008.
4. Наталия Энтелис Пушкинский бал с описанием традиций и подлинными танцами Издательство «Композитор» (Санкт-Петербург), 1999 г.
5. Яртова Л. А. Музыкальные встречи. Выпуск первый. – М.: Прометей; Книголюб, 2002. – 56с. (Эстетическое воспитание детей)
6. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006. – 272 с.
7. Колодницкий Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. – М.: Гном-Пресс, 2000 г. – 64 с. (музыка для дошкольников.)
8. Дубровская Е. А. Ступеньки музыкального развития: Пособие для муз. руководителей и воспитателей дошкол. образоват. учреждений / Е. А. Дубровская. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2004. – 173 с.
9. И. Каплунова, И. Новоскольцева Этот удивительный ритм Развитие чувства ритма у детей Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. – Издательство «Композитор», Санкт-Петербург, 2007.
10. Гогоберидзе А. Г., Дергунская В. А. Детство с музыкой. Современные педагогические технологии музыкального воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие.-ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСВО-ПРЕСС»,2010 г. – 656с.

№ темы	Наименование раздела	Кол-во часов	Наименование темы занятия
	Вводное занятие	1	Роль ритмики. Правила хореографического этикета Танцевальное приветствие. Коммуникативные игры.
1. Элементы музыкальной грамоты 8 часа			
1.1	Звуки	2	Звуки вокруг нас (шумовые, музыкальные, ударные звуки)
			Музыкальный звук и его свойства (регистр; динамика; длительность).
1.2	Жанры музыки.	2	Жанры музыки.
			Лад и характер музыки
1.3	Музыкальный размер	2	Музыкальный размер (2/4, 3/4)
			Сильная и слабые доли в музыке
1.4	Выразительные средства музыки	2	Темп и динамика в музыке.
			Длительности. Ритм. Пауза Ритмический рисунок.
2. Азбука хореографии 16 часов			
2.1	Основные движения.	5	Постановка корпуса на середине. Положение рук, Позиция ног. Комбинация шагов (по кругу и по диагонали). Виды ходьбы Виды бега (на месте, по диагонали)
			Упражнения для рук и шеи головы Упражнения для туловища Упражнения для ног и голеностопа.
			Подскоки (на месте и с продвижением вперед; по одному и в парах) Комбинация прыжков на месте и с продвижением вперед. (по VI позиции, прыжок с поджатыми ногами, на месте, по точкам, с продвижением вперед по диагонали)
			Приставной шаг. Боковой галоп.
			Упражнения на развитие координации движений.
2.2	Общеразвивающие упражнения.	3	Работа с предметами (игрушкой)
			Работа с предметами (мячом)
			Работа с предметами (платком)
2.3	Элементы партерной гимнастики	2	Упражнения для укрепления мышц спины в положении лежа на животе Упражнения для укрепления мышц живота Упражнения для укрепления мышц пресса в положении сидя и лежа на спине
			Растяжка. Упражнения на гибкость.

2.4	Пространственная ориентация в хореографическом классе. Основные и дополнительные виды построения	4	Понятие «колонна», «шеренга».
			Построение в круг. (1 и 2 круга)
			Понятие «линия», «змейка», «диагональ».
			Построение враспынную, «шахматный порядок».
2.5	Дыхание в хореографии	2	Элементы дыхательной гимнастики.
3. Связь музыки и движения 10 часов			
3.1	Строение (структура) музыкального произведения.	2	Музыкальное вступление 2 и 3-частная форма музыкального произведения
3.2	Элементы танцевальных движений	4	Отработка выполнения танцевального движения «Ковырялочка»
			Притопы
			Отработка выполнения танцевального движения «Лодочка»
			Отработка выполнения танцевального движения «Звездочка»
3.3	Художественный образ в хореографии	2	Танцевальная импровизация на тему (по выбору педагога)
3.4	Эмоции в танце	2	Эмоции в танце
	Итоговое занятие	1	Проведение диагностики (октябрь, декабрь, март)
Итого		36	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133600552358087161194895262509558337786447861808

Владелец Майорова Ирина Николаевна

Действителен с 25.03.2024 по 25.03.2025