

**Пояснительная записка**

**Направленность программы**

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмическая мозаика» имеет физкультурно – оздоровительную направленность и общекультурный уровень освоения, разработана на основе программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»

**Актуальность программы**

Музыкально – ритмические движения, являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальных слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Основная направленность программы «Ритмическая мозаика» Анны Иосифовны Бурениной, это психологическое раскрепощение ребёнка через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента. Данная программа является музыкально – ритмическим психотренингом для детей развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом. Программа включает в себя всевозможные телодвижения из области гимнастики, хореографии, пантомимы, ритмики, аэробики доступные детям дошкольного возраста.

Разработка репертуара – это бесконечный процесс, и для педагога важно не только постоянное пополнение своего репертуарного багажа, сколько умение самостоятельно его разрабатывать, ориентируясь на возможности конкретных детей, а также цель и задачи их развития.

Ритмическая пластика характеризуется как «свободное движение, не подчинённое законам классического танца, с использованием и совмещением танцевальных и жизненных положений тела танцовщика». Современный ритмический танец является результатом взаимодействия ритмического танца Э. Жака Далькроза, и пластического танца А. Дункан. В нём органично соединились два противоположных принципа: полная подчинённость внутренним закономерностям музыкальной формы, диктующей ритмическую организацию движений, и свобода пластической разработки, которая не связана с какой - либо танцевальной традицией. Требование к репертуару, чтобы он был музыкальным, выразительным, привлекательным для детей и взрослых, будил фантазию и воображение, развивал выразительные возможности тела и, в то же время, был доступным для исполнения.

**Отличительная особенность программы**

Отличительная особенность программы заключается в ориентации не только на развитие детей, но и совершенствование профессионализма самого педагога в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы «на себя», во взаимодействии с детьми. Также использование в качестве музыкального сопровождения как правило целостных произведений и акцентирование внимания педагогов не столько на внешней стороне обучения детей музыкально – ритмическим движениям, сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку.

Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностейвоспитанников. В процессе непосредственно образовательной деятельности используютсяразличные виды музыкально – ритмической деятельности: образно – игровые композиции(инсценирование песен, сюжетные композиции,этюды, пантомимические движения), танцевальные композиции и сюжетные танцы.

**Адресат программы**

Дополнительная общеразвивающая программа предназначена только для воспитанников МАДОУ «Детский сад комбинированного вида № 1» детей в возрасте с 4 до 7 лет.

**Объем и срок освоения программы**

Данная образовательная программа рассчитана на три учебных года, что составляет 24 календарных месяца. На полное освоение программы требуется 96 часов

**Формы обучения**

Форма обучения – очная.

**Особенности организации образовательного процесса**

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 10-15 человек.Занятия проводятся по группам.

Основной формой работы с детьми является занятие, продолжительность которогосоответствует возрастным нормам детей.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:фронтальная,

в парах, групповая, индивидуально–групповая.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год 32

Занятия проводятся 1 раз в неделю во второй половине дня.

Продолжительность занятия для каждой возрастной группы разная и составляет:

средняя группа (4-5лет) – 20 мин (один академический час);

старшая группа (5-6лет) – 25 мин (один академический час);

подготовительная группа (6-7лет) - 30 мин (один академический час);

**Педагогическая целесообразность**

Программа «Ритмическая мозаика» нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы

работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания. Поэтому содержание программы, практический материал могут варьироваться с учетом условий ее использования.И главное, на что должен быть нацелен педагог, это приобщение к движению под музыку всех детей – не только способных и одаренных в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них такого материала, в котором проявятся скрытые возможности ребенка, его «изюминка» и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы.

**Практическая значимость**

Дошкольный возраст является основным периодом в организации процесса обучениямузыкально – ритмическим движениям. Именно в этом возрасте

необходимо воспитывать вдетях «мышечные чувства», которые в свою очередь способствуют успешной работе мозга.Обучение музыкально – ритмическим движениям, является универсальным средством

развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений,творческого воображения. Разнообразие композиций по стилю, направленности, сложности и интенсивности движений позволяет их использовать в любых формах организации работы с детьми (от утренней гимнастики и физкультуры до праздников, развлечений).

**Ведущие теоретические идеи**

И. М. Сеченов писал: «Не умеешь двигаться – не умеешь познавать мир, знания такой душиперекошены на один бок».Опираясь на выше сказанные слова, можно с уверенностью считать, что музыкально -ритмические движения (упражнения, танцы, музыкально-подвижные игры и т. д.)

автоматически становятся приоритетным видом деятельности развитии дошкольников.Дошкольный возраст является основным периодом в организации процесса обучениямузыкально – ритмическим движениям.

Именно в этом возрасте необходимо воспитывать вдетях «мышечные чувства», которые в свою очередь способствуют успешной работе мозга.

Обучение музыкально – ритмическим движениям, является универсальным средствомразвития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений,творческого воображения.

**Возрастно-психологические особенности4-5 лет**

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказывается на двигательных возможностях. Движения малышей не координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объём и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер.

**5-6 лет**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

**6-7 лет**

В этом возрасте ребёнок – дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, лёгкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это даёт возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

**Цель дополнительной общеразвивающей программы**

Развитие ребёнка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

**Задачи дополнительной общеразвивающей программы**

Обучающие

- Развитие двигательных качеств иумений: координация движений; гибкости ипластичности; умения ориентироваться в пространстве.

- Обогащение двигательного опыта различными видами движений.

Воспитательные

- воспитывать самостоятельность и инициативу.

- воспитать потребность двигаться под музыку.

- воспитать желание ходить на занятия.

- воспитывать желание быть активными на занятиях

- воспитывать умение понимать образно – игровые композиции

- воспитывать доверительные отношения взрослых и детей

Развивающие

Развитие музыкальности:

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение ихарактер, понимать ее содержание;

- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха чувства ритма; развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

- развитие ловкости, точности, координации движений;

- развитие гибкости и пластичности;

- формирование правильной осанки, красивой походки;

- развитие умения ориентироваться в пространстве;

- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;

- развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении подмузыку:

- развитие творческого воображения и фантазии;

- развитие способности к импровизации: в движении

Оздоровительные

- формирование сознательного стремления к здоровью, культуры здоровья;

- формирование правильной осанки, красивой походки;

- развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения,сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

- содействие профилактике плоскостопия.

**Принципы отбора содержания**

- принцип систематичности и последовательности;

- принцип доступности;

- принцип индивидуального и комплексного подхода;

- принцип интеграции;

- принцип взаимодействия и сотрудничества.

**Основные формы и методы**

Наглядные: показ педагога, образец, пример, помощь.

Словесные: объяснение, описание, поощрение, убеждение, использование музыкального сопровождения, художественное слово.

Виды и типы занятий.

Занятия проводятся с применением различных структур: традиционное занятие, тематическое занятие, сюжетное занятие, игровое занятие, занятие – импровизация.

Занятиесостоитизподготовительной(вводной),основнойизаключительной частей и начинается с поклона.Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затемследует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения.Третья часть занятия - музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесьвключенытанцевальныедвижения,творческие

задания,танцевальныекомпозиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой частизадания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологическойнагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяютсяупражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые вмедленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметровдвижения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; взаключительной части нагрузка постепенно снижается.Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используютсядетскиепесни,песниизмультфильмов,эстрадныеиклассическиепроизведения.Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, ноосновной темп – умеренный.

**Планируемые результаты**

**Показатели уровня развития 4-5 лет:**

* Важнейшим показателем уровня музыкально – ритмического развития ребёнка в этом возрасте является интерес к самому процессу движения под музыку;
* выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ;
* при недостаточной координации, ловкости и точности движений выразительность пластики детей выявляет творческую одарённость, музыкальность.

**Показатели уровня развития детей 5-6 лет**:

Выразительность исполнения движений под музыку;

* Умение самостоятельно отображать в движении основные средства
* музыкаль­ной выразительности;
* Освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов дви­жений;
* Умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с дру­гими детьми;
* Способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообраз­ных движений;
* Точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастичес­ких композициях.

**Показатели уровня развития детей 6-7 лет**:

* Выразительность исполнения движений под музыку;
* Умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
* Освоение большого объёма разнообразных композиций и отдельных видов движений;
* Умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
* Способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
* Точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композиция;
* Владение основными танцевальными позициями рук и ног, навыками ориентировки в пространстве, основами хореографического искусства и упражнений.

**Механизм оценивания образовательных результатов**

1.Доступность музыкально – игрового образа.

2. Доступность музыки: по объему, по темпу, по форме, по характеру ритмического рисунка.

3. Доступность движений

По объему(4 – 5 двигательных элементов 1 уровня сложности, 6 – 8 элементов – для второго уровня и многообразие двигательных элементов – 3 уровня);

По интенсивности (нагрузки) движений;

1 –уровень – небольшая;

2 – уровень – средняя;

3 –уровень – высокая нагрузка;

По сложности для исполнения с точки зрения координации, ловкости, точности, гибкости, пластичности движений.

- учет специфики возрастного психофизического развития воспитанников;

**Формы подведения итогов реализации программы**

Для выявления уровня усвоения содержания программы проводится диагностика (мониторинг) в конце освоения модуля.

Итоговый контроль проводится в виде игровых занятий, открытых занятий (для родителей).

Обучающиеся принимают участие в праздниках и развлечениях, мероприятиях ДОУ

**Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы.**

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон

Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Устав МАДОУ «Детский сад комбинированного вида № 1№. Указанные нормативные основания позволяют образовательному учреждению разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей воспитанников.

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);

- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

Материально-технические условия.

Развивающий центр (спортивный зал), соответствующий нормам СанПин, оснащенный необходимыми развивающим материалом, музыкальный центр, ноутбук.

Информационное обеспечение.

Мультимедийные презентации по развитию чувства ритма, танцевальных способностей по здоровьезбережению.

Кадровое обеспечение.

Образование педагога соответствует профилю программы: музыкальный руководитель.

Учебный план

Первый год обучения (дети 4-5 лет)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № темы | Наименование раздела, темы | Количество часов (всего) | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие | 1 | 1 |  |
| 2. | Игрогимнастика | 4 |  | 4 |
| 3. | Игротанцы | 4 | 1 | 4 |
| 4. | Танцевально-ритмическая гимнастика | 4 |  | 4 |
| 5. | Игропластика | 3 |  | 3 |
| 6. | Пальчиковая гимнастика | 2 |  | 2 |
| 7. | Игровой самомассаж | 1 |  | 1 |
| 8. | Музыкально-подвижные игры | 2 |  | 2 |
| 9. | Игры путешествия | 2 |  | 2 |
| 10. | Креативная гимнастика | 4 | 1 | 3 |
| 11. | Постановка и отработка танцевальных номеров | 4 |  | 4 |
| 12. | Итоговое занятие | 1 |  | 1 |
|  | Всего: | 32 | 3 | 29 |

Содержание программы

Первый год обучения для детей 4-5 лет (32 часа, 1 раз в неделю)

**Тема 1**. «Вводное занятие» (1ч)

Теория: Ознакомление с программой и графиком работы. Понятия «ритмика», «танец», «приветствие», «поклон». Инструктаж «Правила поведения обучающихся в спортивном зале».

Практика: Игра-тест на знакомство «Цветик-семицветик».

Занятие №1

**Тема 2**. «Игрогимнастика» (4ч)

Практика: Выполнение общей игровой разминки (марш с носка по кругу, шаг на полу пальцах, на пятках, «гусиный шаг», бег, галоп).

Занятие №2 ,3,4,5

**Тема 3**.«Игротанцы» (4ч)

Теория: Объяснение техники выполнения игротанцев «Полька» и элементов вальса.

Практика: Разучивание техники исполнения игротанцев (приставного шага стоя в линиях; тройного шага по кругу, приседания с выносом ноги на каблук).

Занятие №6,7,8,9

**Тема 4**. «Танцевально-ритмическая гимнастика» (4ч)

Практика: Разучивание специальных композиций и комплексов упражнений («Зверобика», «Делай как я», «У жирафа»).

Занятие №10,11,12,13

**Тема 5.** «Игропластика» (3ч)

Практика: Освоение специальных упражнений для развития мышечной силы и гибкости (наклоны и повороты головы, корпуса, правильная постановка рук на пояс).

Занятие №14,15,16

**Тема 6**. «Пальчиковая гимнастика» (2ч)

Практика: Ритмическое сжимание и разжимание пальцев, одновременное сжимание пальцев, резкое раскрывание пальцев, упражнение «ловим муху» (резкое сжимание кулаков), пальцы «здороваются» друг с другом, волнообразные движения кистями рук.

Занятие №17,18

**Тема 7**. «Игровой самомассаж» (1ч)

Практика: Освоение правильной техники выполнения самомассажа, поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме.

Занятие №19

**Тема 8**. «Музыкально-подвижные игры» (2ч)

Практика: Подвижные игры на внимание, координацию и ориентацию в пространстве («Паровозик», «День-ночь»).

Занятие №20,21

**Тема 9**. «Игры-путешествия» (2ч)

Практика: Игры на развитие образного и пространственного мышления, подражание животным, профессии, фигуры («Путешествие по станциям», «Времена года», « Море волнуется раз…»).

Занятие №22,23

**Тема 10**. «Креативная гимнастика» (4ч)

Практика: Выполнение упражнений сидя и лёжа на полу (перекаты на спине «бревно», подъём на лопатки «берёзка»).

Занятие №24,25,26,27

**Тема 11**. «Постановка и отработка концертных номеров» (4ч)

Теория: Образы в эстрадном номере и показ танцевальных связок и рисунка.

Практика: Разучивание и отработка техники исполнения движений концертных номеров.

Занятие №28,29,30,31

**Тема 12**. Итоговое занятие. (1ч)

Практика: участие в открытом занятии, подведение итогов за учебный год.

Занятие №32

Задачи первого года обучения:

Образовательные

* Побуждение детей к творчеству.

Развивающие

* Развитие гибкости, пластичности, мягкости движений.

Воспитательные

* Воспитание самостоятельности в исполнении.

Учебный план

Второй год обучения (дети 5-6 лет)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № темы | Наименование раздела, темы | Количество часов (всего) | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие | 1 | 1 |  |
| 2. | Игрогимнастика | 2 |  | 2 |
| 3. | Игротанцы | 3 | 1 | 2 |
| 4. | Танцевально-ритмическая гимнастика | 3 | 1 | 2 |
| 5. | Игропластика | 2 |  | 2 |
| 6. | Танцевально-ритмические движения | 4 | 1 | 3 |
| 7. | Танцевально-ритмические этюды | 4 |  | 4 |
| 8. | Музыкально-подвижные игры | 4 |  | 4 |
| 9. | Ритмические упражнения на координацию движений | 4 |  | 4 |
| 10. | Постановка и отработка танцевальных номеров | 4 |  |  |
| 11. | Итоговое занятие | 1 |  | 1 |
|  |  |  |  |  |
|  | Всего: | 32 | 4 | 28 |

Содержание программы

Второй год обучения для детей 5-6 лет (32 часа, 1 час в неделю)

**Тема 1**. «Вводное занятие» (1ч)

Теория: Ознакомление с программой и графиком работы. Инструктаж «Правила поведения обучающихся в спортивном зале».

Практика: Игра-тест на знакомство «Запомни моё имя».

Занятие №1

**Тема 2**. «Игрогимнастика» (2ч)

Практика: Выполнение общей игровой разминки (марш с носка по кругу, шаг на полу пальцах, на пятках, «гусиный шаг», бег, галоп).

Занятие №2,3

**Тема 3**.«Игротанцы» (3ч)

Теория: Объяснение техники выполнения парного танца «Вару-вару».

Практика: Разучивание элементов танца в паре (приставного шага; хлопки с партнёром, повороты под руку).

Занятие №4,5,6

**Тема 4**. «Танцевально-ритмическая гимнастика» (3ч)

Теория: Показ и объяснение выполнения упражнений сидя и лёжа на полу.

Практика: Выполнение упражнений «ёлочка», «дорожка», «бабочка», «лодочка», «лягушка» и т.д.

Занятие №7,8,9

**Тема 5**. «Игропластика» (2ч)

Практика: Выполнение специальных упражнений для развития мышечной силы и гибкости (наклоны и повороты головы, корпуса, правильная постановка рук на пояс).

Занятие №10,11,

**Тема 6**. «Танцевально-ритмические движения» (4ч)

Теория: Показ и объяснение выполнения танцевальных движений в разных стилях.

Практика: Разучивание и выполнение танцевальных связок в различныхстилях (шаг польки, вальс, в русском характере, хип-хоп).

Занятие №12,13,14,15

**Тема 7**. «Танцевально-ритмические этюды» (4ч)

Практика: Разучивание, самостоятельное составление и воспроизведение небольших танцевальных связок.

Занятие №16,17,18,19

**Тема 8**. «Музыкально-подвижные игры» (4ч)

Практика: Подвижные игры на внимание, координацию и ориентацию в пространстве («Паровозик», «Дождик - солнышко»). Игры на развитие образного мышления подражание животным, профессии, фигуры «Пластилин», «Зеркало».

Занятие №20,21,22,23

**Тема 9.** «Ритмические упражнения на координацию движений» (4ч)

Теория: Объяснение правил ориентации в пространстве, повороты по точкам.

Практика: Изучение танцевальной комбинации на шагах с подскоками и поворотами (полуповороты, повороты, туры, развороты), в линии и по диагонали.

Занятие №24,25,26,27

**Тема 10**. «Постановка и отработка концертных номеров» (4ч)

Теория: Образы в эстрадном номере и показ танцевальных связок и рисунка.

Практика: Разучивание и отработка техники исполнения движений танцевальных номеров.

Занятие №28,29,30,31

**Тема 11**. Итоговое занятие. (1ч)

Практика: Выступление на отчётном концерте, подведение итогов за учебный год.

Занятие №32

Задачи второго года обучения:

Образовательные

* Умение импровизировать под незнакомую музыку

Развивающие

* Развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений.

Воспитательные

* Формирование адекватной оценки и самооценки

Учебный план

Третий год обучения (дети 6-7 лет)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № темы | Наименование раздела, темы | Количество часов (всего) | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие | 1 | 1 |  |
| 2. | Игрогимнастика | 2 |  | 2 |
| 3. | Игротанцы | 4 | 1 | 3 |
| 4. | Танцевально-ритмическая гимнастика | 4 | 1 | 3 |
| 5. | Игропластика | 2 |  | 2 |
| 6. | Танцевально-ритмические движения | 4 | 1 | 3 |
| 7. | Танцевально-ритмические этюды | 4 |  | 4 |
| 8. | Музыкально-подвижные игры | 2 |  | 2 |
| 9. | Ритмические упражнения на координацию движений | 4 |  | 4 |
| 10. | Постановка и отработка танцевальных номеров | 4 |  | 4 |
| 11. | Итоговое занятие | 1 |  | 1 |
|  |  |  |  |  |
|  | Всего: | 32 | 4 | 28 |

Содержание программы

Третий год обучения для детей 6-7 лет (32 часа, 1 час в неделю)

**Тема 1**. «Вводное занятие» (1ч)

Теория: Ознакомление с программой и графиком работы. Инструктаж «Правила поведения обучающихся в спортивном зале».

Практика: Игра-тест на знакомство «Дай мне руку».

Занятие №1

**Тема 2**. «Игрогимнастика» (2ч)

Практика: Выполнение общей игровой разминки (марш с носка по кругу, шаг на полу пальцах, на пятках, «гусиный шаг», бег, галоп).

Занятие №2,3

**Тема 3**. «Игротанцы» (4ч)

Теория: Объяснение техники выполнения парного танца «Круговая полька».

Практика: Разучивание элементов танца в паре (приставного шага; хлопки с партнёром, повороты под руку).

Занятие №4,5,6,7

**Тема 4**. «Танцевально-ритмическая гимнастика» (4ч)

Теория: Показ и объяснение выполнения упражнений сидя и лёжа на полу.

Практика: Выполнение упражнений «ёлочка», «дорожка», «бабочка», «лодочка», «лягушка», «мостик», шпагат и т.д.

Занятие №8,9,10,11

**Тема 5**. «Игропластика» (2ч)

Практика: Выполнение специальных упражнений для развития мышечной силы и гибкости (наклоны и повороты головы, корпуса, правильная постановка рук на пояс).

Занятие №12,13

**Тема 6**. «Танцевально-ритмические движения» (4ч)

Теория: Показ и объяснение выполнения танцевальных движений в разных стилях.

Практика: Совершенствование выполнения танцевальных связок в различных стилях (шаг польки, вальс, в русском характере, хип-хоп).

Занятие№14,15,16,17

**Тема 7**. «Танцевально-ритмические этюды» (4ч)

Практика: Разучивание, самостоятельное составление и воспроизведение небольших танцевальных связок.

Занятие №18,19,20,21

**Тема 8**. «Музыкально-подвижные игры» (2ч)

Практика: Подвижные игры на внимание, координацию и ориентацию в пространстве («Паровозик», «День - ночь»). Игры на развитие образного мышления подражание животным, профессии, фигуры («Путешествие по странам», «Времена года», « Море волнуется раз…»).

Занятие №22,23

**Тема 9**. «Ритмические упражнения на координацию движений» (4ч)

Теория: Правила ориентации в пространстве, повороты по точкам.

Практика: Изучение танцевальной комбинации на шагах с подскоками и поворотами (полуповороты, повороты, туры, развороты), в линии и по диагонали.

Занятие №24,25,26,27

**Тема 10**. «Постановка и отработка эстрадных номеров» (4ч)

Теория: Образы в театральном номере и показ танцевальных связок и рисунка.

Практика: Разучивание и отработка техники исполнения движений танцевальных номеров.

Занятие №28,29,30,31

**Тема 11**. Итоговое занятие. (1ч)

Практика: Выступление на отчётном концерте, подведение итогов за учебный год.

Занятие №32

Задачи третьего года обучения**:**

Образовательные

* Укрепление психического и физического здоровья средствами ритмики (формирование правильной осанки, походки).

Развивающие

* Развитие художественно – творческих способностей.

Воспитательные

* Поддерживать увлечение занятиями пластикой и музыкой.

Календарно-учебный график

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Комплектование групп дополнительного образования детей | Срок реализации | Продолжительность учебной недели: | Каникулы | Время проведения занятия | Количество часов |
| 1. | с 1 сентября по 31 сентября | с 1 октября по 31 мая | пятидневная | зимние  с 31 декабря по 10 января  летние  с 1июня по 31 августа | средняя группа -20 мин.  старшая группа – 25 мин.  подготов.  группа – 30 мин. | 32ч  32ч  32ч |

Методическое обеспечение

**-** музыкальные диски;

- электронные наглядные пособия;

- презентации;

- информационно-образовательные ресурсы в виде печатной продукции;

- информационно-образовательные ресурсы Интернета;

- видеоролики с танцами;

**-** музыкально-дидактические игры;

- комплект логоритмических и дыхательных упражнений;

- конспекты занятий-путешествий, творческих заданий.

Основными видами деятельности на занятиях по танцевальной ритмике являются: репродуктивная и творческая.

Репродуктивная деятельность направлена на овладение детьми умениями и навыками через повторение выполнения движений, показанных педагогом.

Творческая деятельность направлена на самостоятельное преобразование детьми имеющихся знаний и умений для получения нового результата.

Взаимосвязь двух этих видов деятельности дает детям возможность реализации творческой самореализации и способствует гармоничному (умственному и физическому) развитию личности.

При обучении используются основные методы организации и осуществления образовательной деятельности: словесные, наглядные, практические, проблемно-поисковые, исследовательские.

В основе способа организации занятий лежит игровой метод. Нетрадиционные виды упражнений представлены игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает музыкально-творческиеигры и специальные творческие задания.

Игровой метод придает образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Кроме того, в работе с детьми используются следующие методы обучения:

−показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;

−выразительное исполнение движения под музыку;

−словесное пояснение выполнения движения;

−внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;

−творческие задания.

По уровню деятельности детей используются методы объяснительно

-иллюстративные, репродуктивные, частично

-поисковые и исследовательские.

Методы и приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания, объема программных умений, этапа разучивания материала, индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы

направлены на то, чтобы танцевальная деятельность детей была исполнительской и творческой.

Информационное обеспечение программы

Интернет ресурсы:

1. <http://orebenkah.ru/uprazhnenija-dlja-detej/ritmicheskie-uprazhnenija-dlja-detej-pod-muzyku.html>
2. <https://www.youtube.com/watch?v=lvw-gCqtgeY>
3. <https://www.youtube.com/playlist?list=PL1_s1haH2_UnuqVSKKIBZWmrBi5SWaGib>
4. <https://ipleer.fm/q/комплекс+упражнений+для+детей+под+музыку/>

Список литературы

Для педагога дополнительного образования:

1. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика. Программа по ритмической

пластике». - 2-е изд. — СПб.: ЛОИРО, 2000г.

1. Е. В. Михеева «Развитие эмоционально-двигательной сферы детей 4-7 лет», Волгоград, «Учитель», 2014г.
2. Е. А. Яных, В. А. Захаркина«Степ-аэробика», -Донецк, «Сталкер» 2006г.
3. Е. В. Сулим «Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг»., -М, «ТЦ Сфера», 2010г.
4. Е. В. Сулим «Детский фитнес» -М, «ТЦ Сфера» 2014 г.
5. Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина «Фитнес-данс» Лечебно-профилактический танец - С. Пб. «Детство Пресс», 2007г.
6. Н. Зарецкая, З. Роот «Танцы в детском саду», -М «Айрис Пресс», 2003г.
7. Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб, пособие.

Вып.1,2,3,4,5. — СПб. «Музыкальная палитра», 2005г.

1. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду».- М.:Линка-пресс, 2006г.
2. Каплунова И.,Новоскольцева И., «Этот удивительный ритм» изд. «Композитор» Санкт - Петербург 2007г.
3. Голицина Н.С.Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006.
4. Ефименко Н.Н Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения.– Харьков: Ранок. Веста. 2005
5. Затямина Т.А., Степетова Л.В. Музыкальная ритмика– М.: Глобус, 2009.
6. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. -Ярославль: Академия развития, 2000.

Для учащихся и родителей:

1. Первушина Е. «Как выявить и развить способности вашего ребёнка».—

М.:Центрполиграф, 2005г.

2. Ж.Е.Фирилева, А.И. Рябчиков, О.В. Загрядская «Танцы и игры под музыку для детей дошкольного возраста». Учебно-методическое пособие.

3. Т.Овчинникова, А.Симкина «Музыка, движение и воспитание».

4. Сергей и Екатерина Железновы Методика «Музыка с мамой» МР3, аудио.

5. Ефименко Н.Н «Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения». –Харьков: Ранок. Веста. 2005