**Младшее дошкольное общеобразовательное учреждение**

**«Детский сад № 218»**

Принята на заседании «УТВЕРЖДАЮ»

Методического (*пед-го*) совета Заведующая

Протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_ МДОУ « ДС № 218»

от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ года Кипнис Н.В.

*(необязательно)* Приказ № \_\_\_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ года

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Ритмика»**

**(базовый уровень)**

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 5 - 7лет

Срок реализации программы: 2 года

Количество часов в год: 34 часа

Разработчик:

Сашенкова Анастасия Сергеевна,

педагог дополнительного образования

г. Ярославль

2021г.

**Раздел 1. Пояснительная записка**

 **1.1.** Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика» имеет художественную направленность.

 **1.2.** Уровень программы- базовый

 **1.3.Актуальность программы.**

Актуальность программы «Ритмика» обусловлена тем, что в связи с удовлетворением возрастающих потребностей детей в сфере танцевально-двигательной активности, музыкально-ритмической творческой деятельности, а так же с изменением целевых ориентиров деятельности образовательных учреждений, направленных на внедрение здоровьесберегающих технологий, на физическое и творческое развитие детей назрела необходимость комплексного подхода к организации учебно-воспитательного процесса в рамках дополнительных занятий с детьми ритмикой.

Занятия по данной программе помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления. Кроме этого, они помогают детям воспитать в себе выносливость, красивую и правильную осанку, координацию, а это необходимо не только для занятий танцем, но и для здоровья в целом. На занятиях ритмической дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что, как известно, чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности. Меньше будет проблем у детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки.

**1.4. Цель программы -** прививать интерес детей к хореографическому искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию, формировать танцевальные умения и двигательные навыки.

**Новизна программы** заключается в акцентирование внимания педагога-хореографа не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это, прежде всего, сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы.

**1.5. Задачи программы**

### Обучающие:

- обучать детей танцевальным движениям;

- развивать двигательную активность и координацию движений;

- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре и танце.

### Развивающие:

 - развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма);

 - развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец.

### Воспитательные:

 - формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;

 - создать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве;

 - поощрять исполнительское творчество.

Отличительной особенностью данной программы является то, что содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В программе «Ритмика» представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе «Ритмика» создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

 **1.6. Учащиеся, для которых программа актуальна.**

 Возраст обучающихся по данной программе: 5– 7 лет. Группы формируются с учетом возрастных особенностей.

Количество обучающихся в группе: 15 – 20 человек.

**1.7. Формы и режим занятий**

Формы занятий- очные, аудиторные.

Виды занятий – групповые.

Занятия проходят 2 раза в неделю по 40 минут.

Структура занятия:

1.Организованный вход в зал.

Цель: создать эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

Поклон – приветствие, классический экзерсис (по выбору педагога).

2.Подготовительная часть.

Цель: разогреть мышцы, упражнять в танцевальных движениях.

а) игроритмика (специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры);

б) игротанцы (танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и двигательной гимнастики);

в) танцевально-ритмическая гимнастика и пластика (образно- танцевальные композиции, имеющие сюжетный характер, жесты и пантомимические этюды).

3.Основная часть

Цель: разучивание новых танцевальных композиций или повторение пройденного материала.

4.Заключительная часть

Цель: развитие творческих способностей детей.

Коммуникативно-танцевальная игра (на развитие навыков общения) и креативная гимнастика (игры, направленные на развитие творческих способностей для детей).

5.Организованный выход из зала.

Поклон-прощание.

Режим занятий:

Занятия периодично и систематически проводятся 2 раза в неделю во второй половине дня.

**1.8. Срок реализации программы**

Срок реализации программы – 2 года. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения: 128 часов. Количество учебных часов в год: 64 часа.

**1.9. Планируемые результаты**

По окончании обучения дети:

- овладеют умением начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;

- будут уметь двигаться под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом, различать различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш, полька и др.), передавать в танце характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);

- овладеют различными видами танцевальных шагов (бодрый шаг с носка, притопы, танцевальный бег, подскоки и др.), правильными позициями ног и положением рук;

- получат навык исполнения движений с сохранением при этом правильной осанки;

- будут свободно исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике.

**Раздел 2. Формы аттестации и оценочные материалы.**

 **2.1. Формы контроля.**

Реализация программы «Ритмика» предусматривает входной, текущий, и итоговую аттестацию обучающихся.

Входной контроль проводится с целью выявления уровня подготовки учащихся. Текущий (промежуточный) – с целью контроля усвоения учащимися тем и разделов программы. Итоговый – с целью усвоения обучающимися программного материала в целом.

 Входной контроль осуществляется в форме тестовых заданий, в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

 Текущий контроль включает следующие формы: проверка пройденного материала в течение занятия.

Итоговая аттестация: открытый урок.

**2.2.Средства контроля.**

Контроль освоения обучающимися программы осуществляется путем оценивания следующих критериев (параметров):

1.Уметь ориентироваться в пространстве;

2.Правильно и выразительно выполнять основные движения под музыку, танцевальные элементы, характерные и образные движения;

3.Сочинять собственные танцевальные и музыкально - игровые импровизации на предложенную музыку;

4.Выполнять построения и перестроения в танцах и плясках;

5.Выполнять ритмические упражнения с музыкальным заданием;

6.Различать простейшие музыкальные понятия, понимать характер музыкального образа;

7.Выразительно двигаться в соответствии с характером и ритмом музыки.

 *При низком уровне* освоения программы обучающийся:

1.Плохо ориентируется в пространстве;

2.Не может выполнить упражнения с музыкальным заданием;

3.Не может правильно и выразительно выполнять танцевальные упражнения.

 *При среднем уровне* освоения программы обучающийся:

1. Правильно и выразительно выполнять основные движения под музыку, танцевальные элементы, характерные и образные движения;

2.Сочинять собственные танцевальные и музыкально - игровые импровизации на предложенную музыку;

 При высоком уровне освоения программы обучающийся:

1.Различать простейшие музыкальные понятия, понимать характер музыкального образа;

2.Выразительно двигаться в соответствии с характером и ритмом музыки.

Средства контроля: танцевальные упражнения, постановки, игры.

 Формы контроля - фронтальный, групповой, индивидуальный, комбинированный.

**Раздел 3. Содержание программы**

Учебный план

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Количество часов по годам |
| 1 год | 2 год |
|  I I | «Танец – это радость».Основы музыкальной грамоты. | 2 | 2 |
| IIII | «Вместе весело шагать»«Упражнения на ориентировку в пространстве» | 16 | 2 |
| IIIIII | «Игропластика».Упражнения с музыкально-ритмическими предметами | 16 | 4 |
|  IV IV | «Весёлая минутка»«Упражнения с предметами танца» | 16 | 16 |
|  V V | «Играем и танцуем»Танцевальные движения | 18 | 44 |
|  | ИТОГО *(общее количество часов по годам)* | 68 | 68 |

Учебно-тематический план 1-го года обучения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | Формы аттестации (контроля) по разделам |
| Всего | Теорети-ческих | Практи-ческих |
| **I** | **«Танец – это радость».**  |
| 1. | Вводный урок. Инструктаж по ТБ. Тестовое задание (изобразить животное, в соответствии с характером музыки)  | 1 | 1 | - | Входной контрольТекущий контроль |
| **II** | **«Вместе весело шагать»** |
| 2. | Игра «Давай познакомимся» |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 3-4 | Развитие координациооных навыков |  | - | 4 | Текущий контроль |
| 5 | Перестроения в сцеплении: круг. |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 6 | Направление движения: «линия танца» |  | - | 2 | текущий контроль |
| 7 | Понятия: «по линии танца», «против линии танца». Игра «Найди своѐ место» |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 8. | Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Игра «Плетень». |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 9 | «Весѐлая зарядка». Закрепление разученного. |  | - | 2 | Текущий контроль |
| **III** | **«Игропластика»****(гимнастические упражнения на гибкость).**  |
| 10-11 | Соблюдение правил личной гигиены. Партерная гимнастика. Упр. «Кукла». |  | 1 | 2 | Текущий контроль |
| 12 | Напряжение и расслабление мышц. Упр. «Шарик», «Кукла». |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 13-14 | Партерная гимнастика. Развитие гибкости. Упр. «Змея». |  | - | 4 | Текущий контроль |
| 15 | Партерная гимнастика. Развитие выворотности.  |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 16 | Упражнения на совершенствование гибкости и пластичности тела. |  | - | 2 | Текущий контроль |
| **IV** | **«Весёлая минутка»** |
| 17-20 | Музыкально – ритмические упражнения. |  | - | 8 | Текущий контроль |
| 21-24 | Музыкально – подвижные игры. |  | - | 8 | Текущий контроль |
| 25-26 | Креативная гимнастика |  | - | 4 | Текущий контроль |
| **V**  | **«Играем и танцуем»** |
| 27-29 | Танцевальные движения |  | - | 6 | Текущий контроль |
| 30-33 | Ритмические танцы |  | - | 8 | Текущий контроль |
| 34. | Итоговое занятие | 1 | - | 2 | Концертное выступление |
|  | Итого | 64часа | 2 часа | 62 часа |  |

Одна из ценностей дополнительного образования детей - возможность на практике применить полученные знания и навыки. Поэтому при проектировании образовательной деятельности возможно запланировать эффективное сочетание теории и практики. Деление на теоретические и практические часы весьма условное, помогающее педагогу проявить практическую деятельность обучающихся.

Содержание учебно-тематического плана 1-го года обучения

1. **«Танец – это радость» (вводное занятие)**

Теория: беседа о танце, музыке, о движениях в танце; демонстрационная программа (прослушивание фрагментов из музыкальной сказки «Щелкунчик», показ иллюстраций к сказке, иллюстраций танцующих детей).

Практика: научить чувствовать ритм, передавать в движении характер музыки; общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата.

1. **«Вместе весело шагать».**

Теория: дать понятие о шеренге, круге, полукруге, «звѐздочке»; понятие «линия танца».

Практика: построение в шеренгу и колонну по команде; передвижение в сцеплении (цепочка); построение в круг и движение по кругу в различном направлении («по линии танца» и «против линии танца»); построение «в рассыпную», бег «в рассыпную»; перестроение из одной шеренги, колонны в несколько по ориентирам, по выбранным водящим; бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); перестроение: круг - полукруг; круг - 2 круга; круг - «звѐздочка».

1. **«Игропластика».**

 Основывается на традиционной и нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости детей. Используются элементы гимнастических движений и упражнений, выполняемых в игровой форме.

Практика: «Змея» - упор лѐжа, согнувшись; группировка «Ёжик» - лѐжа на спине, руки вверх, сгруппироваться, обхватив руками согнутые в коленях ноги; «Морская звезда» - лѐжа на животе, прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь; «Морской конѐк» - сидя на пятках, руки за голову; «Краб» - передвижения в упоре сидя, согнувшись, ноги врозь; «Дельфин» - лѐжа на животе, прогнувшись, руки вверх в «замок»; «Улитка» - упор, лѐжа на спине, касание ногами за головой; «Морской лев» - упор, сидя между пятками, колени врозь; «Медуза» - сидя, ноги врозь с наклоном вперѐд до касания руками стопы; «Уж» - сидя с предельно разведѐнными врозь ногами, руки на пояс; «Морской червяк» - упор, стоя, согнувшись; «Велосипед» - лѐжа на спине, сгибание и разгибание ног.

1. **«Весёлая минутка».**

В этот блок входят разделы:

«Музыкально-ритмические упражнения» - они являются основой для развития чувства ритма, учат детей правильно выполнять движения под музыку, соответственно еѐ структурным особенностям, характеру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

 «Музыкально-подвижные игры» - этот раздел содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках, и является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приѐмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации. Способствует закреплению разученного материала в игровой форме. «Креативная гимнастика» - предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы.

Теория: разучивание стихотворного текста к играм, играм-путешествиям; разучивание правил игры.

Практика

Музыкально-ритмические упражнения: хлопки в такт музыки; акцентированная ходьба; движение руками в различном темпе; различие динамики звука «громко - тихо»; хлопки и удары ногой на каждый счѐт и через счѐт, только на первый счѐт. Музыкально-подвижные игры: «Музыкальные змейки», «День - ночь», «Эхо», «Нитка - иголка», «Паровозик», «Цапля и лягушки», «Улица», «Птица без гнезда», «Игры-путешествия». Креативная гимнастика и музыкально-творческие игры: «Повтори за мной», «Бег по кругу», «Делай как я, делай лучше меня», «Магазин игрушек», «Имя и движение», «Зеркало».

1. **«Играем и танцуем».**

Игровые танцы направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребѐнка. В этот раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений.

Теория знакомить детей с правилами и условиями игры; объяснить значение музыки в исполнении тех или иных движений.

Практика. Виды шага: «Прогулка», «Высокий шаг», «Топающий шаг», «Приставной шаг», «Хороводный шаг», «Шаг на носках», «Шаг с небольшим подскоком», «Крадущийся шаг», «Скрестный шаг», «Подготовительный шаг польки».

Виды бега: «Спокойный танцевальный бег», «Семенящий бег», «Бег с захлѐстом», «Лошадки».

Прыжки: «Точка», «Часики», «Лесенка», «Заборчик», «Паровозик», «Поскок», «Подскок», «Солнышко», «Метѐлочка», «Боковой галоп», «Галоп вперѐд» («Прямой галоп»).

Хлопки: «Ладушки», «Блинчики», «Тарелочки», «Бубен», «Стенка», «Крестик». Позиции рук: «Внизу», «Впереди», «Вверху», «В стороны», «Поясок», «Юбочка», «Матрѐшка», «Полочка».

Позиции ног: «Основная стойка», «Узкая дорожка», «Широкая дорожка». Танцевальные движения: «Точка» (пяточка, носочек), «Притоп» (одной ногой, двумя ногами), «Тройной притоп», «Пружинка», «Маленький поклон», «Ковырялочка».

Ритмические танцы: «Приглашение», «Танец утят», «Если весело живѐтся», «Пингвин», «Хоровод», «Старый жук», «Куклы-неваляшки», «Лошадки». «Ай да мы!».

*В практической части итогового занятия желательно сразу указывать вид мероприятия – концерт или открытый урок.*

Учебно-тематический план 2-го года обучения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | Формы аттестации (контроля) по разделам |
| Всего | Теорети-ческих | Практи-ческих |
| **I** | **Основы музыкальной грамоты.**  |
| 1. | Вводный урок. Характер музыки. Инструктаж по ТБ. Тестовое задание (выполнить композицию для рук с изменяющимся темпом)  | 2 | 2 | - | Входной контрольТекущий контроль |
| **II** | **«Упражнения на ориентировку в пространстве»** |
| 2. | Диагональ. Круг. Два круга. «Улитка». «Змейка» | 2 | - | 2 | Текущий контроль |
| **III** | **Упражнения с музыкально-ритмическими предметами** |
| 3 | Ударные (ложки, барабан и т.д.) |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 4 | Звенящие (бубен, маракасы, погремушка, бубенцы, трещотка) |  | - | 2 | текущий контроль |
| **IV** | **«Упражнения с предметами танца»** |
| 5-8 | Упражнения с мячом |  | - | 8 | Текущий контроль |
| 9-12 | Упражнения с обручем |  | - | 8 | Текущий контроль |
| **V**  | **Танцевальные движения** |
| 13 | Поклон: простой, поясной |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 14-17 | Шаги: шаг на высоких полупальцах, шаг на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед, переменный, мелкий шаг с продвижением вперед (хороводный), приставной шаг с приседанием, приставной шаг с притопом |  | - | 8 | Текущий контроль |
| 18-20 | Бег: легкий шаг (ноги назад), на месте, стремительный, «лошадки» на месте и в продвижении, «жете» на месте и в продвижении с выводом ног вперед и назад |  | - | 4 | Текущий контроль |
| 21 | Работа рук: за юбку, позиция рук 1, 2, 3 |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 22 | Позиции ног: вторая свободная, третья |  | - | 2 | Текущий контроль |
| 23-24 | Приседания: полуприседания, полуприседания с каблучком |  | - | 4 | Текущий контроль |
| 25-27 | «Ковырялочка»: в первоначальном раскладе, в сочетании с притопами |  | - | 4 | Текущий контроль |
| 28-29 | Па галопа: прямой, боковой |  | - | 4 | Текущий контроль |
| 30-32 | Музыкально-ритмические упражнения: притопы (простой, двойной, тройной), дроби, хлопки (в ладоши простые, в ритмическом рисунке, в парах с партнером) |  | - | 6 | Текущий контроль |
| VI33 | Музыкально- подвижные игры«Мыши и мышеловка», «Волшебная шапочка» и др. | 4 | - | 4 | Текущий контроль |
| 34. | Итоговое занятие | 1 | - | 1 | Открытый урок |
|  | Итого | 64 часа | 2 часа | 62 часов |  |

Содержание учебно-тематического плана 2-го года обучения

**Раздел 1. Основы музыкальной грамоты.** Главная цель раздела – научить ребенка слушать и слышать музыку и эмоционально откликаться на нее. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности – пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Обучающиеся усваивают понятия «ритм», «счет», «размер» и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают понятиями «вступление», «основная часть, тема».

**Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве.** Раздел основан на обучении ребенка ориентироваться на танцевальной площадке, с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе. Умение овладевать разнообразными рисунками танца позволяет в дальнейшем свободно чувствовать себя на сцене.

**Раздел 3. Упражнения с музыкально-ритмическими предметами.** Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдения ритмичности и координации движений рук, а также для формирования интереса к игре на музыкальных инструментах. С помощью элементарных шумовых инструментов развивается музыкальный слух, чувство ритма, представление о тембровых особенностях звучания, расширяются знания о музыкальных инструментах ударной группы, а также формируются простейшие навыки игры на них.

**Раздел 4. Упражнения с предметами танца.** Обучающиеся развивают моторику рук и координацию движений. Эти навыки необходимы для подготовки к более сложным движениям и комбинациям. С использованием предметов у обучающихся расширяются познания в области музыкального и хореографического искусства, а также успешно развивается память, мышление, ловкость и сноровка. Дети учатся через предмет выражать свои эмоции, действия.

**Раздел 5.Танцевальные движения.** В ритмике используются несложные элементы народных плясок, хороводов.

**Раздел 6. Музыкально-ритмические игры.** Данный раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития обучающегося задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе, проявляются личностные качества. Преподаватель в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

**Раздел 4. Организационно-педагогические условия**

**реализации программы**

**4.1. Учебно-методическое обеспечение программы**

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 -творческие игры 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.

Учебный материал на занятиях по ритмике распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успеха, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала или при выполнении творческих заданий.

Этому способствуют совместное обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе, поощрение творческих проявлений, создание положительной мотивации, актуализации интереса, проведение конкурсов, соревнований.

Важным условием творческого самовыражения воспитанников является реализация идеи свободного выбора: детям предоставляется право выбора танцевальных средств для выражения музыкального образа, творческой комбинации знакомых танцевальных движений.

**4.2. Материально-технические условия реализации программы**

**Требования к помещению для занятий:**

- Хорошо проветриваемое, предназначенное для групповых занятий помещение;

**Средства обучения и воспитания:**

- спортивное оборудование;

- музыкальный центр;

- шумовые инструменты;

- компьютер с выходом в интернет;

- флеш накопитель;

- мультимедиа система.

- игрушки персонажи;

- муляжи;

- звуковая аппаратура.

**4.3. Учебно-информационное обеспечение программы**

**Нормативно-правовые акты и документы:**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 г.№ 1726-р);

3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008);

4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242;

5. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26)

(актуальны только для программ, рассчитанных на дошкольников);

6. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41);

 7. Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 году».

**Литература:**

1. Арсеневская, О. Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения [Текст]: методическое пособие / О. Н. Арсеневская. - Волгоград: Учитель, 2011 – 204 с.

2. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика [Текст]: программа по ритмической

пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста / А. И. Буренина. - СПб.: ЛОИРО, 2000 – 220 с.

3. Горшкова, Е. А. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5-7- лет [Текст]: пособие для музыкальных руководителей ДОУ/ Е. А. Горшкова. – Москва.: Гном и Д, 2004

4. Зарецкая, Н. В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста [Текст]:

пособие для практических работников ДОУ/ Н. В. Зарецкая. – Москва.: Айрис-пресс, 2005

5. Каплунова, И. М. Топ-топ, каблучок. Часть 1-я [Текст]: пособие для музыкальных руководителей ДОУ/ И. М. Каплунова, И. А. Новоскольцева.

– СПб.: Композитор, 2000

6. Каплунова, И. М. Топ-топ, каблучок. Часть 2-я [Текст]: пособие для музыкальных руководителей ДОУ/ И. М. Каплунова, И. А. Новоскольцева.

– СПб.: Композитор, 2005

7. Каплунова, И. М. Потанцуй со мной, дружок! [Текст]: /И. М. Каплунова, И. А. Новоскольцева. СПб.: Невская нота, 2010

8. Коренева, Т. Ф. Музыкально - ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста [Текст]: учебно- методическое пособие (Воспитание и дополнительное образование детей). – (Б-ка музыкального руководителя и педагога музыки). - М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2001 – ч.1. – 112 с.

9. Праслова, Г. А. Теория и методика музыкального образования детей дошкольного возраста [Текст]: учебник для студентов высших педагогических учебных заведений / Г. А. Праслова. – СПб.: ДЕТСТВО- ПРЕСС, 2005 – 384 с.

10. Слуцкая, С. Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду [Текст]: С.Л. Слуцкая. - М.: ЛИНКА - ПРЕСС, 2006 – 272 с.

11. Фирилева, Ж. Е. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей

[Текст]: учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений / Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина. - СПб.: Детство- пресс, 2005 – 352 с.

12. Фирилева, Ж. Е. ФИТНЕС – ДАНС лечебно – профилактический танец

[Текст] : учебно – методическое пособие / Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина. –

СПб.: Детство – пресс, 2007 - 375 с.

13. Фольклор – музыка – театр [Текст] : программы и конспекты занятий для

педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: программно-методическое пособие / под ред. С. И. Мерзляковой. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2003 – 216 с.

**4.4. Кадровое обеспечение программы**

Программа «Ритмика» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Для обеспечения образовательного процесса необходимо привлечение следующих специалистов: музыкального работника.

Приложение 1

**Конспект учебно-тренировочного занятия по ритмике в старшей группе.**

Тема: «Развитие двигательных качеств и умений у детей, а также их творческого воображения и фантазии».

Методическая тема: «Формирование разнообразных умений у ребенка средствами музыки и ритмических движений».

Цель: Научить выполнять элементарные танцевальные движения на примере русского народного танца и проявлять творческую инициативу в заданиях.

Задачи образовательные:

- Формирование понятия как хороводные и плясовые движения в русском- народном танце.

- Формирование творческих способностей детей.

- Формирование танцевальной памяти, внимания и образного мышления.

Задачи развивающие:

1. Развитие основных двигательных качеств и умений: прыжки под музыку,- поскоки, галоп, топающий шаг и т.п.

2. Развитие способностей к выразительному исполнению движений.

3. Развитие творческих способностей.

Задачи воспитательные:

- Воспитание интереса и любви к народному творчеству через изучение движений русского народного танца.

- Умение танцевать в группе.

- Умение проводить совместно друг с другом игровое общение.

Структура урока:

Вход в зал, поклон.

Прыжки в танцевально-игровой форме: «Мячики».

Танцевальные элементы русского народного танца: «ковырялочка»,- «каблучки», топающий шаг, ходьба на полупальцах.

Танцевально-игровая импровизация «Зайцы и волки» - для развития- воображения и передачи характера образа.

Танцевальный этюд: «Зеркало» - для умения точного и правильного- исполнения движений.

Танец-расслабление: «Воздушные шарики» - для выразительного исполнения- под музыку.

Виды деятельности: Разучивание танцевальных элементов.

Танцевально-игровые этюды на заданную тему.- Методы обучения: Наглядный.- Стимулирование творческой деятельности через показ характера образа на- заданную тему.

Приложение 2

**Конспект учебно-тренировочного занятия по ритмической гимнастике**

**« Веселое путешествие»**

**Цель:**развитие творческих способностей детей через создание художественного образа в парных танцевальных комбинациях.

**Задачи:**

1. выучить и отработать новые движения, танцевальные комбинации;
2. развивать координацию движений, чувство ориентации в пространстве, чувство ритма;
3. воспитывать уважительное отношение к партнеру в совместной деятельности.

**Приобретаемые навыки детей:**

Во время проведения занятия дети учатся определять на слух характер музыки и передавать ее в движении, работать в паре, слышать педагога.

**Особенности роли педагога дополнительного образования:**

Совместная деятельность педагога и ребенка возможна при выполнении ряда устоявшихся истин:

1. Принимать ребенка таким, каков он есть. Все дети талантливы по-своему, и важно этот талант найти и помочь ребенку его раскрыть. Здесь важно доверие, опора на имеющийся у ребенка потенциал, поиск и развитие его способностей, стимулирование внутренних сил.

2. Быть справедливым и последовательным в воспитании и обучении. Для ребенка справедливость – это условие его непосредственной защищенности. А педагогическая справедливость заключается в том, чтобы увидеть и отметить старания ребенка, его желание работать, его стремления к самосовершенствованию.

3. Быть примером для детей. Это постоянная работа не только с детьми, но и над собой: совершенствование, увлечение богатством разнообразной музыки, занятие творчеством.

**Используемое оборудование:**музыкальный центр; коврики; ободки-«ушки»; конфетки-«морковки».

**Содержание занятия:**

1. Подготовительная часть (2-3 мин):

- организационный момент (введение в занятие).

2. Основная часть (30 мин):

- разминка;

- партерная гимнастика;

- прыжки;

- интеллектуальная минутка;

- разучивание новых движений и комбинаций в паре;

- исполнение выученных движений и комбинаций под музыку.

3. Заключительная часть (2-3 мин):

- краткий анализ;

- поклон.

**Описание занятия:**

Дети стоят на середине класса в шахматном порядке. Педагог начинает урок со слов:

«Здравствуйте, ребята! Вы любите играть? (ответ детей). Тогда я предлагаю вам сегодня поиграть со мной в очень интересную игру, которая называется «Веселые зайчата». Вы согласны? (ответ детей).

Педагог: «Давайте все вместе представим, что мы попали в сказочный лес, где живут разные звери. Мы стоим с вами на сказочной полянке, где светит ярко солнышко, зеленеет травка, растут цветы.

А для того, чтобы начать игру, нам нужно превратиться в маленьких, беленьких, пушистых зайчиков. Ребята, скажите: как выглядят зайцы? (ответы детей). Так вот для того, чтобы вы были похожи на зайцев, я вручу каждому «заячьи ушки» (педагог надевает на голову детей ободки - «ушки»), теперь вы действительно похожи на зайцев, а я буду вашей мамой – зайчихой».

Педагог: «Мы с вами должны научиться двигаться как зайчики, прыгать и бегать как они, познакомиться с их привычками и повадками.

Скажите, а где живут зайцы? (ответ детей). Но мы-то с вами знаем, что в лесу обитают и другие звери, которые представляют для зайцев опасность. Вы их знаете?» (дети перечисляют зверей вслух).

Педагог: «Чтобы зайчик был в хорошей физической форме и смог увильнуть от лисы или волка, он должен каждый день выполнять разминку, благодаря которой его мышцы станут эластичными, а тело сильным и здоровым.

Итак, друзья, начнем,

Приготовьте ваши ручки, ножки и спинку!

Голову, шею и плечи.

Тренируем мысли и тело,

Приступаем к разминке смело!».

**Разминка**под музыкальное сопровождение (музыкальное приложение 1):

- упражнения для головы (вращения, наклоны вперед-назад, вправо-влево);

- упражнения для плеч (поднятие и опускание поочередное и вместе);

- упражнения для корпуса (наклоны в стороны, вперед-назад, с руками и без рук);

- упражнения для бедер (на плие: поднятие и опускание поочередное правого, левого бедра, нога при этом поднимается со всей ступни на «подушечку»); имитация «крутим обруч»;

- упражнения для ног (поочередное поднятие ноги, согнутой в колене).

Педагог: «Молодцы, ребята. Давайте возьмемся за руки, я буду читать стихотворение, а вы выполнять движения:

Мы пойдем сначала вправо – раз, два, три.

А потом пойдем мы влево – раз, два, три.

А потом мы разойдемся – раз, два, три.

А потом мы соберемся – раз, два, три.

Посидим, отдохнем, в руки коврики возьмем».

Педагог вручает детям коврики и приглашает сесть на пол в шахматном порядке. Расположившись на коврике, дети внимательно слушают педагога и выполняют**Партерную гимнастику:**

**-**упражнения на выворотность и натянутость стоп (круговое: по 1 и 6 позиции; сокращение и натягивание стоп);

- лежа на спине поднятие вытянутых ног вперед (45 градусов), наверх (90 градусов) и приведение их в исходное положение;

- лежа на спине поднятие корпуса с руками в 3 позиции наверх и приведение корпуса в исходное положение;

- «растяжка» на полу: наклон корпуса вперед, ноги в 6 позиции с сокращенными стопами, затем со стопами в 1 позиции; «разножка» на полу с наклонами попеременно к правой и левой ноге;

- упражнение «лягушка»;

- упражнение «кошечка - собачка»;

- упражнение «колечко»;

- упражнение «кораблик»;

- упражнение «Ванька – Встань-ка».

Педагог: «Хорошо, зайчата. А теперь все дружно встали, коврики свои собрали» (дети кладут коврики на место и возвращаются на середину класса).

Педагог: «Ребята, а что должен уметь заяц, чтобы не попасть волку в зубы?» (дети отвечают).

Педагог: «Тогда давайте покажем, как нужно быстро убегать от волка,

встанем в диагональ и с одного уголка «полянки» в противоположный выполним **прыжки** (музыкальное приложение 2).

Зайчик быстрый скачет в поле,

Очень весело на воле,

Подражаем мы зайчишке,

Непоседы, ребятишки!»

(дети выполняют прыжки: «сотэ» по 6 позиции в продвижении вперед, «поскоки», «галоп»).

Педагог: «Молодцы, ребята, вы немножко устали, сядем на пенек и продолжим наш урок. Наши зайцы должны быть не только сильными, но и умными, попробуйте отгадать загадки о жителях леса» (дети отгадывают **загадки**):

- Длинный хвостище, рыжий волосище, сама – хитрище? (лиса).

- Кто по елкам ловко скачет и взлетает на дубы? Кто в дупле орехи прячет, сушит на зиму грибы? (белка).

- Недотрога, весь в иголках, я живу в норе, под елкой. Хоть открыты настежь двери, но ко мне не входят звери? (еж).

- Летом ходит без дороги между сосен и берез, а зимой он спит в берлоге, от мороза пряча нос? (медведь).

Педагог: «Я убедилась, что мои зайчата умные и сообразительные, а как на счет дружбы? Я вам дам задание: встанем в пары и выучим несколько движений».

**Проучивание движений в паре:**

Движение № 1: Стоим друг напротив друга, руки у груди, выполняем движение подбородка в правую и левую сторону (комментарий педагога: « у зайцев не только сильные ноги, длинные уши, но и чуткий нос»).

Движение № 2:Отвернувшись друг от друга, руки у груди, выполняем движение бедром в правую и левую стороны (комментарий педагога: «зайчики завиляли хвостиком от радости!»), повернувшись – то же самое.

Движение № 3: Беремся за руки, «поскоки» по кругу в правую сторону за правым плечом.

Педагог: «Молодцы, вы справились с заданиями, показали, что вы дружные, веселые. Ребята, сегодня мы уже говорили о ваших больших ушах. И сейчас проверим, насколько они хорошо умеют слышать. Мы послушаем песенку «Солнечные зайчики» и попробуем выполнить прыжки и проученные комбинации в паре под музыку (педагог с детьми**исполняют выученные комбинации и движения** под музыкальное сопровождение) (музыкальное приложение 3).

Педагог: «Ребята, наша игра подошла к концу. Скажите, а что нового вы узнали на нашем занятии? (ответы детей). Сегодня вы были внимательными, дружными, старались выполнять движения правильно, давайте поблагодарим друг друга аплодисментами и на память о нашем занятии я хочу вам вручить маленькие подарочки.

– «Отгадайте, что больше всего любят зайцы?» - конечно – морковку!» (педагог дарит детям конфетки – «морковки»).

Поклон.