

Министерство образования и науки Самарской области

Структурное подразделение, реализующее дополнительные общеобразовательные программы,
Центр детского творчества государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
Самарской области средней общеобразовательной школы №1
имени Героя Советского Союза И.М. Кузнецова с. Большая Черниговка
м.р. Большечерниговский Самарской области

Рассмотрена на заседании
методического совета
Протокол № 5 от 31.05.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом СП Центр
детского творчества
№ 92 од-с1 от 01.06.2023 г.
Р.Х. Трубарова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Улыбка»
художественной направленности
Срок реализации - 1 год.
Возраст обучающихся – 5-7 лет.

Разработчик: Легостаева В. В
педагог дополнительного образования СП
Центр детского творчества

с. Большая Черниговка, 2023 г.

1. КРАТКАЯ АННОТАЦИЯ

Данная программа рассчитана на обучение ритмике мальчиков и девочек дошкольного возраста. Отбора детей по музыкальным и ритмическим способностям не проводится.

Ритмика помогает творчески реализовать потребность в двигательной активности, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувства ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка.

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что **по форме организации образовательного процесса она является модульной.**

Данная дополнительная образовательная программа состоит из **3х модулей:**

1 модуль «Игроритмика»

2 модуль «Азбука хореографии»

3 модуль «Детский танец»

Дополнительная общеобразовательная программа «Ритмика и танец» рассчитана на полную реализацию в течении одного года.

Программа ориентирована на обучение детей 5-7 лет. Объем программы 108 часов в год. Занятия проводятся в д/с «Теремок» с.Августовка по 1 часу 3 раза в неделю.

Цель, задачи, способы определения результативности, а также формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы представлены в каждом модуле.

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность. В период старшего дошкольного возраста ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В последнее время на занятиях физического воспитания детей применяются различные нетрадиционные средства: ритмопластика, игровой стретчинг, танцы и другие. Существует много направлений в такой деятельности, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это занятия по ритмике. Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: это может быть последующее обучение хореографии, гимнастике, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях и т.д. Музыкально-ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственные перегрузки и утомления. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение. Занятия по ритмике создают такие условия, при которых ребенок по мере своих возможностей выступает публично, преодолевает неуверенность, страх и учится управлять собой, своим поведением, голосом, телодвижениями.

В основе работы лежит индивидуальный подход к воспитанникам, учитываются различные параметры: характер, физическое, эмоциональное состояние, настроение ребёнка, его желания.

Качества характера, приобретаемые в процессе занятий – целеустремлённость, настойчивость, внимательность, трудолюбие – оказывают неоценимую помощь в изучении общеобразовательных дисциплин, в повседневной жизни.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка

организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Ритмика и танец» имеет **художественную направленность**

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Новизна программы состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории.

Отличительной особенностью программы является применение конвергентного подхода, позволяющего выстраивать обучение, включающее в себя элементы нескольких направленностей.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей.

Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Цель программы: создание условий для раскрытия индивидуальных возможностей и творческих способностей ребёнка в процессе занятий ритмикой и танцами.

Задачи:

Обучающие:

- формирование элементарных хореографических (с элементами ритмики) знаний, умений и навыков.
- умение красиво и координационно правильно двигаться под музыку.

Развивающие:

- Развитие музыкального слуха и чувства ритма.
- Активизация и развитие творческих и созидательных способностей детей.
- Развитие необходимых двигательных навыков, повышение функциональных возможностей внутренних органов и систем.
- Совершенствование психомоторных способностей детей.

Воспитательные:

- Формирование у детей культуры поведения и общения.
- Привитие детям навыков вежливости, умения вести себя в обществе.
- Формирование у детей эстетического вкуса.
- Воспитание в детях силы воли, трудолюбия и дисциплины.

Возрастные особенности

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста 5-7 лет.

Дошкольник – это человек с богатым и разнообразным эмоциональным миром. В этом возрасте у ребёнка активно формируются нравственные эстетические категории. Достаточно

хорошо ребёнком понимаются правила поведения, запрета, но не всегда ещё достаточен контроль чувств и желаний.

Дети этого возраста, непосредственно, активно выражают свои чувства. Их настроение во многом зависит от обстоятельств. Преобладает жизнерадостность и спонтанность в выражении чувств.

В этом возрасте очень развито воображение. Дети часто одухотворяют природу, приписывают неодушевлённым вещам способность мыслить и чувствовать.

Утомление, повышающее эмоциональную возбудимость, усиливает импульсивную активность. Дети не умеют себя сдерживать, быть уступчивыми, разумными, волевыми. Возрастная слабость нервной системы дошкольников является причиной быстрого утомления от однообразной деятельности. В связи с этим, на занятиях необходима достаточно частая смена видов упражнений.

Дошкольный возраст справедливо называют возрастом игр. В игре воображение ребёнка не только копирует, но и создаёт, преобразует, творит. Психологи называют игру ведущей деятельностью дошкольника, подчёркивая при этом, что именно играя, ребёнок овладевает умением обобщать, анализировать и припоминать то, что нужно в данный момент. В процессе игры ещё более развивается память, творческая фантазия, воображение, образное мышление, расширяются ассоциативные связи, развивается речь ребёнка.

При восприятии учебного материала дети склонны обращать внимание на яркое, эмоционально окрашенное. Поэтому на занятиях необходимо сочетать сразу несколько приёмов обучения: игру, рассказ, показ, музыкальное сопровождение.

Незавершённость развития опорно-двигательного аппарата создаёт предпосылки как для правильного так и для неправильного его формирования. Поэтому педагогу необходимо уделять внимание укреплению мышц спины. Обогащение двигательного опыта ребёнка, разнообразие статических упражнений способствует совершенствованию мышечной системы. На занятиях ритмикой необходимо переобуваться в чешки, надевать носочки или даже заниматься босиком. Мышцы стоп при этом испытывают дополнительное напряжение, что ведёт к их укреплению и правильному формированию свода стопы.

Сроки реализации, формы обучения и организации деятельности

Занятия по данной программе будут проходить у дошкольников в детском саду «Теремок» с. Августовка. Программа базируется на научных данных возрастной психологии и физиологии воспитанников.

Срок реализации 1 год.

Продолжительность занятия – 1 час (30 минут).

Количество занятий в неделю – 3 раза.

Учебная нагрузка в год 108 часов.

Форма организации деятельности - по группам

Ожидаемые результаты

Личностные:

- формирование качеств личности (дисциплинированность; сила воли)
- положительное отношение к процессу учения, к приобретению знаний и умений, стремление преодолевать возникающие затруднения;
- наличие мотивации к творческому труду и бережному отношению к материальным и духовным ценностям, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные:

Познавательные:

- анализировать информацию;
- преобразовывать познавательную задачу в практическую;
- прогнозировать результат.

Регулятивные:

- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- конструктивно действовать даже в ситуациях не успеха;
- адекватно воспринимать предложения и оценку педагога;

Коммуникативные:

- развитие навыков культуры общения и поведения в социуме;
- не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
- в совместной работе (сотрудничество с другими детьми).

Предметные:

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	общее
1	Игроритмика	9	27	36
2	Азбука хореографии	7	29	36
3	Детский танец	9	27	36
	Всего	25	83	108

Критерии оценки знаний и умений

Виды работы	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Практический тест «Азбука хореографии»	Не чувствует ритм и характер музыки, не ориентируется в музыкальном размере.	Двигается ритмично, путается в знаниях музыкального размера.	Двигается ритмично, учитывая характер музыки; легко определяет музыкальный размер.
Контрольный срез на знание танцевальных терминов	Не знает танцевальной терминологии.	Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общение на профессиональном языке.	Знает танцевальную терминологию, свободно общается на профессиональном языке.
Промежуточная аттестация. Открытое занятие	Исполнение движений не выразительное, имеет замечания при исполнении упражнений партерного экзерсиса.	Правильно исполняет ритмические движения, упражнения партерного экзерсиса, элементы игровой хореографии.	Имеет высокие навыки выразительного движения, партерного экзерсиса, музыкально-ритмической деятельности. Активен в игровой хореографии.

Формы контроля качества образовательного процесса:

- собеседование,
- урок-игра,
- наблюдение,
- практический тест,
- выполнение творческих заданий,
- тестирование,
- участие в утренниках, открытых уроках в течение года.

Этапы педагогического контроля

№ п/п	Срок проведения	Какие знания, умения, навыки контролируются	Форма подведения итогов
Входной контроль			
1.	Сентябрь	Выворотность, гибкость, шаг.	Практический тест
Текущая аттестация			
2.	Декабрь	Знания по модулю «Азбука хореографии»	Урок-игра
3.	Апрель	Знание танцевальной терминологии	Контрольный срез
Промежуточная аттестация			
4.	Май	Выявление знаний, умений навыков по итогам обучения.	Открытое занятие

1 МОДУЛЬ «ИГРОРИТМИКА»

Цель: развитие творческих способностей дошкольников средствами музыкального движения и импровизации.

Задачи:

Обучающие:

- формирование знаний об характере музыки и средствах музыкальной выразительности;
- знакомство с элементами партерной гимнастики, игрового стрейчинга.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям ритмикой и танцами;
- развить коммуникативные умения, в условиях ситуации психологического комфорта;
- развитие пространственного мышление, умение ориентироваться в пространстве,
- развитие творческого воображения, внимания и способности к двигательной импровизации

Воспитательные:

- воспитание интереса к музыкальному движению, танцевальному творчеству.
- формирование тактильных ощущений, самооощущений, развитие самосознания.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- Музыкально-ритмические упражнения;
- Упражнения партерной гимнастики;
- Понятие «пантомимические движения»
- основные положения ног в танце.

Обучающийся должен уметь:

- различать музыкальные формы;
- определять характер музыки

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 МОДУЛЯ «ИГРОРИТМИКА»

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля/аттестации
		Теория	Практика	Общее	
1	Вводное занятие	1		1	Собеседование
2	Музыкально-ритмические упражнения	1	4	5	Наблюдение, практический тест
3	Характер музыки. Средства музыкальной выразительности.	1	2	3	Творческая работа, беседа, опрос
4	Музыкальная форма.	1	3	4	Беседа, опрос
5	Танцевальные композиции. Игры и упражнения с предметами.	2	4	6	Творческая работа, наблюдение
6	Партерная гимнастика	1	5	6	Наблюдение
7	Игровой стретчинг	1	3	4	Наблюдение
8	Пантомимические движения		4	4	Беседа, опрос
9	Основные положения ног в танце.	1	2	3	Беседа, опрос
Итого:		9	27	36	

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие

Теория: Беседа о целях и задачах игроритмики, о форме одежды на занятиях, о правилах поведения на занятиях.

Тема 2. Музыкально-ритмические упражнения.

Теория: Развитии у детей музыкального слуха, чувство ритма, координации движений, мимики, музыкально-ритмической координации (умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку), умения ориентироваться в пространстве, умения различать музыкальные жанры (т.е. отличать марш от польки, вальс от галопа и т.д.),

Практика: Выполнение базовых танцевальных шагов (марш, бег, прыжки, галоп, подскоки...) и перестроения (круг, колонна, шеренга, пары, тройки по кругу).

Тема 3. Характер музыки. Средства музыкальной выразительности.

Теория: выделение акцентов, пауз, музыкального размера

Практика: выполнение движений с различной силой, амплитудой в зависимости от оттенков музыки, выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, с выразительным значением темпа музыки. Воспроизведение на хлопках, притопах и хлопках разнообразных ритмических рисунков.

Тема 4. Музыкальная форма.

Теория: музыкальные формы: двух- и трехчастная, вариационная.

Практика: изменение движений и их направлений в соответствии с фразировкой, сменой частей, вариаций в музыке. Отражение в движении музыкальной репризы.

Тема 5. Танцевальные композиции. Игры и упражнения с предметами.

Теория: ознакомление детей с играми

Практика: танцевальные этюды, игры, танцы

Тема 6. Партерная гимнастика, стретчинг

Теория: Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

Практика: выполнение упражнений партерной гимнастики (упражнения для развития гибкости, упражнения для стоп, упражнения для развития растяжки)

Тема 7. Игровой стретчинг

Теория: Ознакомление с упражнениями игрового стретчинга

Практика: упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц тазового пояса, бедер, ног. Упражнения для развития стоп.

Тема 8. Пантомимические движения

Теория: Беседа о понятии пантомимических движений

Практика: удержание взгляда на партнере, направление взгляда в соответствии с характером образно-пластического взаимодействия с партнером в танце, в драматизации.

Тема 9. Основные положения ног в танце.

Теория: знакомство с основными позициями ног классического танца

Практика: выражение обобщенной характеристики образа с использованием основных положений стоп и коленей.

2 МОДУЛЬ «АЗБУКА ХОРЕОГРАФИИ»

Цель модуля – творческое и эстетическое развитие школьников в процессе хореографической деятельности.

Задачи:

Обучающие:

- знакомство с разными видами и стилями хореографии через учебную и художественно-творческую деятельность;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку;
- знакомство с хореографическим экзерсисом.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям ритмикой и танцами;
- развитие психофизиологических качеств и специальных способностей: музыкальности, эмоциональной и волевой сфер, памяти, внимания, артистизма;
- развитие хореографические данные (гибкости, шага, выворотности, подъема, прыжка, координации);
- развитие умений ориентироваться в пространстве.

Воспитательные:

- воспитание интереса к танцевальной культуре через практическое овладение учащимися доступными им танцами и ознакомление с профессиональными и самодеятельными коллективами при просмотре видеоматериалов;
- воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- основные понятия хореографического экзерсиса;
- технику выполнения упражнений партерной гимнастики;
- как самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, несколько кругов, становиться в пары и друг за другом, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций

Обучающийся должен уметь:

- выполнять музыкально-ритмические упражнения;
- передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, регистр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- формирования умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 МОДУЛЯ «АЗБУКА ХОРЕОГРАФИИ»

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля/аттестации
		Теория	Практика	общее	
1	Вводное занятие	1		1	Собеседование
2	Хореографический экзерсис.	1	5	6	Наблюдение,

					беседа
3	Музыкально-ритмические упражнения.	1	4	5	Творческая работа, наблюдение
4	Партерная гимнастика	2	5	7	Беседа, наблюдение
5	Развитие пластики в современных ритмах.	1	6	7	Наблюдение
6	Танцевально-игровые занятия	1	8	9	Творческая работа, импровизация
7	Урок-игра для проверки знаний по 2 модулю		1	1	Урок-игра, наблюдение
Итого:		7	29	36	

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: беседа о целях и задачах занятий, о форме одежды, о правилах поведения на занятиях.

Тема 2. Хореографический экзерсис.

Теория: знакомство с классическим танцем.

Практика: развитие координации, развитие силы ног. Позиции ног и рук в классическом танце.

Тема 3. Музыкально-ритмические упражнения

Теория: знакомство с музыкальными жанрами

Практика: задания на развитие у детей музыкального слуха, чувство ритма, координации движений, мимики, музыкально-ритмической координации. Выполнение базовых танцевальных шагов (марш, бег, прыжки, галоп, подскоки) и перестроений (круг, колонна, шеренга, пары, тройки по кругу).

Тема 4. Партерная гимнастика

Теория: ознакомление с элементами партерной гимнастики

Практика: выполнение тренировочных упражнений на полу:

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

Тема 5. Развитие пластики в современных ритмах.

Теория: знакомство с основными понятиями: параллель, вертикаль, спираль.

Практика: выполнение упражнений для выработки подвижности позвоночника, укрепления мышц спины;

- Упражнения для нижнего отдела позвоночника
- Упражнение для ориентировки
- Упражнение «отдых»
- Упражнение «Наклоны»
- Упражнения лежа на полу.
- Упражнение сидя
- Упражнение для дыхания
- Упражнение сидя по 4 позиции

Тема 6. Танцевально-игровые занятия

Теория: основные понятия и термины: импровизация, раскрепощение, лексика, образ, стилизация, самооценка. Понятие варьирования. Понятие художественного образа.

Практика: игры-превращения «Деревянные и тряпичные куклы», «Воробы и журавушки», «Мельница», «Паровозики». Игры-превращения «Кошка выпускает когти», «Песик». Игры-имитации.

Тема 7. Урок-игра «Веселый ручеек» для проверки знаний по 2 модулю.

- приобщение детей к танцевальной культуре.

Развивающие:

- развитие интереса к танцевально-игровой деятельности. ;
- развитие психофизиологических качеств и специальных способностей: музыкальности, эмоциональной и волевой сфер, памяти, внимания, **3 МОДУЛЬ «ДЕТСКИЙ ТАНЕЦ»**

Цель: создать условия для развития творческой активности детей, участвующих в танцевальной деятельности.

Задачи:

Обучающие:

- формирование правильной работы мышц спины, рук и ног;
 - выработка устойчивости и навыка координации движений;
 - выполнение элементов танцевальной азбуки;

артистизма;

- развитие хореографические данные (гибкости, шага, выворотности, подъема, прыжка, координации).;
- развитие умений ориентироваться в пространстве.

Воспитательные:

- воспитание интереса к танцевальной культуре через практическое овладение учащимися доступными им танцами и ознакомление с профессиональными и самодеятельными коллективами при просмотре видеоматериалов;
- воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- основные понятия хореографического экзерсиса;
- упражнения партерной гимнастики;
- как самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, несколько кругов, становиться в пары и друг за другом, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций

Обучающийся должен уметь:

- изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения
- выражать различные эмоции в мимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д..

Обучающийся должен приобрести навык:

- воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 МОДУЛЯ «ДЕТСКИЙ ТАНЕЦ»

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля/аттестации
		Теория	Практика	Общие	
1	Вводное занятие	1		1	Собеседование
2	Выполнение упражнений танцевальной азбуки	2	4	6	Наблюдение, беседа
3	Понятие пространства	1	1	2	Наблюдение, беседа, опрос
4	Танцевальные элементы и движения	2	6	8	Наблюдение, опрос
5	Танцевальные этюды, игры, танцы	1	5	6	Творческая работа, наблюдение

					ение
6	Разучивание и постановка танца	1	9	10	Творческая работа, наблюдение
7	Подготовка к открытому уроку	1	1	2	Беседа
8	Открытый урок		1	1	Наблюдение, беседа
Итого:		9	27	36	

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие

Теория: беседа о целях и задачах 3го модуля, о форме одежды на занятиях, о правилах поведения во время урока.

Тема 2. Выполнение упражнений танцевальной азбуки

Теория: ознакомление детей с танцевальной азбукой:

Практика: Выполнение упражнений танцевальной азбуки

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;
- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами

Тема 3. Понятие пространства.

Теория: Основные понятия пространства

Практика:

- фокус: единичный, множественный. Умение сосредотачиваться на одном или множестве объектов по заданию педагога во время исполнения танца.
- во время импровизаций исполнители комбинируют различные понятия, используя их одновременно, например, уровень, направление, место, фокус и т.д.

Тема 4. Танцевальные элементы и движения

Теория: основные понятия и термины: темп движений, характер и динамика движений, мелодия, характер и динамика движений, мелодия, ритм, звук, акцент, звук, ритмический рисунок, такт, пауза. Значение слов: лексика, образ, импровизация, стилизация, танец, понятие танцевальной комбинации.

Практика: выполнение след комбинаций:

- движения с продвижением вперед: марш, бег, скачок, перескок, прыжок, галоп, скольжение, подскок, ползание, перекал.
- комбинации: шаг — подскок, вальсовый бег, шотландка, приставной шаг, «виноградная лоза», гордая походка, скольжение, ползание, и т.д.
- движения без продвижения: изгиб, скручивание, растяжение, колебание, толчок, напряжение, падение, таяние, колебание, поворот, пинать, тыкать, рассекать, вьется, выпад, сжатие, удар, щелчок, плавание, скольжение, нажим, скручивать, поднимание, взрыв, шевелить, и т.д.

Тема 5. Танцевальные этюды, игры, танцы

Теория: Основные понятия и термины: импровизация, раскрепощение, лексика, образ, стилизация, самооценка. Понятие варьирования. Понятие художественного образа. Виды творческой импровизации. Рисунок и ориентация композиции. Предметы и аксессуары в хореографическом искусстве. Одушевлённый и неодушевлённый предмет.

Практика: игры-превращения «Деревянные и тряпичные куклы», «Воробьи и журавушки», «Мельница», «Паровозики». Игры-превращения «Кошка выпускает когти», «Песик». Игры-имитации. Игровой стендинг. Выполнение упражнений «Волшебные палочки», «Мягкие и твердые карандаши», «Рыбка», «Змейка», «ящерица», «Кошечка», «Летучая мышь», «Носорог» и др.

Тема 6. Разучивание и постановка танца

Теория: основные понятия: репетиция номера, утренник, номер (из чего состоит), ответственность, дисциплинированность, чувство ансамбля, костюм, артист, чувство сплочённости и др. Основные понятия организации сценического пространства. Терминология и техника исполнения Работа в ансамбле, работа в паре. Организация и динамика сценического пространства. Простой и сложный рисунок концертного номера.

Практика: грамотное выполнение танцевальных элементов, перестроений, отработка танцевальных номеров. Постановочная работа танцевального номера: «Топ-топ», «До свиданья, Детский сад!». Просмотр танцевального материала, утренник.

Тема 7. Подготовка к открытому уроку

Теория: ознакомление со сценарием открытого урока

Практика: выполнение отдельных упражнений из сценария открытого урока

Тема 8. Открытый урок

Практика: участие воспитанников в открытом уроке.

4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Ритмика является одним из предметов, входящих в систему музыкально-хореографического воспитания. В основе ритмики лежит глубокая взаимосвязь движения и музыки. Организация занятий по ритмике и танцам ставит своей целью приобщить детей к хореографическому искусству, раскрыв перед ними его многообразие и красоту.

В первом полугодии весь материал изучается с помощью музыкальных, игр и упражнений. Тренировка основных движений и элементов танцев включается в игры. Теоретический и практический материал на занятиях подается комбинированно, это способствует лучшему усвоению программы.

Во втором полугодии обучения, изучаемые элементы усложняются, постепенно подготавливая воспитанников к классическому и эстраднему танцу. Этюды уже подаются в виде простых танцев. Со второго полугодия обучения занятие проходит по схеме:

- вводная часть (поклон, ходьба, бег)
- элементы партерной гимнастики (положение на спине, сокращение стопы)
- танцевальные этюды
- упражнения на развитие творческих способностей

Изучение материала строится от простого к сложному. Практический материал состоит из тренажа (система упражнений). Система упражнений - это и формирование костно-мышечного аппарата, и формирование правильного дыхания, эмоционального состояния и управление всеми этими составляющими.

Особое внимание уделяют музыкальному обеспечению занятий, предъявляя высокие требования к репертуару. Правильный и выразительный подбор музыки, способствует лучшему усвоению материала детьми, помогает им услышать, почувствовать музыку и выразить ее в движениях.

Условия реализации программы

Для успешной реализации данной программы необходимы следующие условия и инвентарь:

- хореографический зал;
- методические пособия и разработки по данному виду творчества;
- музыкальный центр с носителями информации;
- специальная одежда и обувь для занятий.

Структура занятия.

1. Подготовительная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой.
2. Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.
3. Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводятся итоги.

Основные педагогические принципы.

1. Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления даёт наилучшие результаты

2. Систематичность. Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

3. Вариативность. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

4. Наглядность. Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.

5. Доступность. Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

6. Закрепление навыков. Это выполнение упражнений на повторных НОД и в домашних условиях.

7. Индивидуализация. Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

Элементы современных технологий, используемые в программе.

Игровые технологии.

Психологические механизмы игровой деятельности опираются на фундаментальные потребности в самовыражении, самоопределении, саморегуляции и самореализации. Игра активизирует деятельность учащихся, способствует улучшению позиции ребёнка в коллективе и созданию доверительных отношений между детьми. Через игру педагог постепенно увлекает ребёнка в мир искусства и, тем самым, формирует его мотивацию. Развивающие игры способствуют развитию внимания, памяти, мышления, умению сравнивать, сопоставлять, находить аналогии; будят воображение и фантазию.

Личностно-ориентированные технологии.

Одной из важных идей в этих технологиях является формирование положительной «Я-концепции». Для этого необходимо:

- видеть в ребёнке уникальную личность, уважать её, понимать, принимать, верить в неё;
- создавать личности «ситуацию успеха», атмосферу одобрения, поддержки и доброжелательности;
- предоставлять возможность и помощь детям в самореализации, в положительной деятельности.

Таким образом, в результате использования данных технологий создаётся атмосфера обучения и воспитания, в которой ребёнок может познать себя, самовыразиться и самореализоваться.

Педагогика сотрудничества детей и педагога предлагает совместную развивающую деятельность, скреплённую взаимопониманием, проникновением в мир друг друга, совместным анализом хода и результатов деятельности. Традиционное обучение основано на субъект-

объектных отношениях педагога и учащегося. В концепции педагогики сотрудничества это положение заменяется представлением о ребенке, как о субъекте творческой деятельности. Поэтому два субъекта одного процесса должны действовать вместе, быть сотоварищами, партнёрами.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы

Формы, способы, методы и средства реализации Программы подбираются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов в разных видах детской деятельности.

При реализации образовательной Программы педагог:

- продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка;
- определяет единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;
- соблюдает гуманистические принципы педагогического сопровождения развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;
- осуществляет развивающее взаимодействие с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю», «Научи меня, помоги мне сделать это»;
- сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.) и самостоятельную деятельность детей;
- ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире;
- создает развивающую предметно-пространственную среду;
- наблюдает как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей;
- сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития малышей.

Формы организации образовательной деятельности:

Формы организации	Особенности
Индивидуальная	Позволяет индивидуализировать обучение (содержание, методы, средства), однако требует от ребенка больших нервных затрат; создает эмоциональный дискомфорт; неэкономичность обучения; ограничение сотрудничества с другими детьми.
Групповая (индивидуально-коллективная)	Группа делится на подгруппы. Число занимающихся может быть разным – от 5 до 10, в зависимости от возраста и уровня развития детей. Основания для комплектации: личная симпатия, общность интересов, уровни развития. При этом педагогу, в первую очередь, важно обеспечить взаимодействие детей в процессе обучения
Фронтальная	Работа со всей группой, четкое расписание, единое содержание. При этом, содержанием может быть деятельность художественного характера. Достоинствами формы являются четкая организационная структура, простое управление, возможность взаимодействия

	детей, экономичность обучения; недостатком – трудности в индивидуализации обучения.
--	---

Методы эстетического воспитания:

- Метод пробуждения ярких эстетических эмоций и переживаний с целью овладения даром сопереживания.
- Метод побуждения к сопереживанию, эмоциональной отзывчивости на прекрасное в окружающем мире.
- Метод эстетического убеждения
- Метод сенсорного насыщения (без сенсорной основы немислимо приобщение детей к художественной культуре).
- Метод эстетического выбора («убеждения красотой»), направленный на формирование эстетического вкуса.
- Метод разнообразной художественной практики.
- Метод сотворчества (с педагогом, народным мастером, художником, сверстниками).
- Метод нетривиальных (необыденных) творческих ситуаций, пробуждающих интерес к художественной деятельности.

Методы музыкального развития:

- Наглядный: сопровождение музыкального ряда изобразительным, показ движений.
- Словесный: беседы о различных музыкальных жанрах.
- Словесно-слуховой: пение.
- Слуховой: слушание музыки.
- Игровой: музыкальные игры.
- Практический: разучивание песен, танцев, воспроизведение мелодий.

Методы физического развития:

Наглядные	Словесные	Практические
-наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); - тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)	- объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция.	- повторение упражнений без изменения и с изменениями; - проведение упражнений в игровой форме; - проведение упражнений в соревновательной форме

5. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 2001.
2. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 2007.
4. Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 2010
5. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 2013.
6. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
7. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
8. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Варгус, 2008.

9. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
10. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 2004.

Приложение 1

**Календарно-тематическое планирование
программы «Улыбка»**

№	Содержание	Кол-во ч.
	Модуль 1 «Игроритмика»	48
	Сентябрь	
1.	Вводное занятие	1
2.	Музыкально-ритмические упражнения	1
3.	Характер музыки. Средства музыкальной выразительности	1
4.	Музыкальная форма	1
5.	Пантомимические движения	1
6.	Основные положения ног в танце	1
7.	Музыкальная форма	1
8.	Партерная гимнастика	1
9.	Музыкально-ритмические упражнения	1
10.	Игровой стрейчинг	1
11.	Характер музыки. Средства музыкальной выразительности	1
12.	Танцевальные композиции. Игры и упражнения с предметами	1
	Октябрь	
13.	Основные положения ног в танце	1
14.	Музыкальная форма	1
15.	Музыкально-ритмические упражнения	1
16.	Танцевальные композиции. Игры и упражнения с предметами	1
17.	Характер музыки. Средства музыкальной выразительности	1
18.	Партерная гимнастика	1
19.	Пантомимические движения	1
20.	Музыкальная форма	1
21.	Игровой стрейчинг	1
22.	Музыкально-ритмические упражнения	1
23.	Партерная гимнастика	1
24.	Танцевальные композиции. Игры и упражнения с предметами	1
	Ноябрь	
25.	Пантомимические движения	1
26.	Танцевальные композиции. Игры и упражнения с предметами	1
27.	Музыкально-ритмические упражнения	1
28.	Основные положения ног в танце	1
29.	Партерная гимнастика	1
30.	Игровой стрейчинг	1
31.	Танцевальные композиции. Игры и упражнения с предметами	1
32.	Основные положения ног в танце	1
33.	Партерная гимнастика	1
34.	Игровой стрейчинг	1

35.	Танцевальные композиции. Игры и упражнения с предметами	1
36.	Партерная гимнастика	1
	Модуль 2 «Азбука хореографии»	
	Декабрь	
37.	Вводное занятие	1
38.	Хореографический экзерсис	1
39.	Музыкально-ритмические упражнения	1
40.	Партерная гимнастика	1
41.	Развитие пластики в современных ритмах	1
42.	Хореографический экзерсис	1
43.	Танцевально-игровые занятия	1
44.	Партерная гимнастика	1
45.	Музыкально-ритмические упражнения	1
46.	Развитие пластики в современных ритмах	1
47.	Танцевально-игровые занятия	1
48.	Хореографический экзерсис	1
	Январь	
49.	Партерная гимнастика	1
50.	Танцевально-игровые занятия	1
51.	Партерная гимнастика	1
52.	Танцевально-игровые занятия	1
53.	Развитие пластики в современных ритмах	1
54.	Танцевально-игровые занятия	1
55.	Музыкально-ритмические упражнения	1
56.	Хореографический экзерсис	1
57.	Развитие пластики в современных ритмах	1
58.	Танцевально-игровые занятия	1
59.	Партерная гимнастика	1
60.	Развитие пластики в современных ритмах	1
	Февраль	
61.	Развитие пластики в современных ритмах	1
62.	Хореографический экзерсис	1
63.	Партерная гимнастика	1
64.	Музыкально-ритмические упражнения	1
65.	Танцевально-игровые занятия	1
66.	Развитие пластики в современных ритмах	1
67.	Партерная гимнастика	1
68.	Танцевально-игровые занятия	1
69.	Хореографический экзерсис	1
70.	Музыкально-ритмические упражнения	1
71.	Танцевально-игровые занятия	1
72.	Урок-игра для проверки знаний по 2 модулю	1
	3 Модуль «Детский танец»	
	Март	
73.	Вводное занятие	1
74.	Выполнение упражнений танцевальной азбуки	1
75.	Понятие пространства	1
76.	Танцевальные элементы и движения	1
77.	Танцевальные этюды, игры, танцы	1
78.	Разучивание и постановка танца	1

79.	Танцевальные элементы и движения	1
80.	Танцевальные этюды, игры, танцы	1
81.	Понятие пространства	1
82.	Выполнение упражнений танцевальной азбуки	1
83.	Разучивание и постановка танца	1
84.	Танцевальные элементы и движения	1
	Апрель	
85.	Танцевальные этюды, игры, танцы	1
86.	Танцевальные элементы и движения	1
87.	Выполнение упражнений танцевальной азбуки	1
88.	Разучивание и постановка танца	1
89.	Танцевальные этюды, игры, танцы	1
90.	Танцевальные элементы и движения	1
91.	Танцевальные этюды, игры, танцы	1
92.	Выполнение упражнений танцевальной азбуки	1
93.	Разучивание и постановка танца	1
94.	Разучивание и постановка танца	1
95.	Танцевальные элементы и движения	1
96.	Разучивание и постановка танца	1
	Май	
97.	Разучивание и постановка танца	1
98.	Выполнение упражнений танцевальной азбуки	1
99.	Танцевальные элементы и движения	1
100.	Танцевальные этюды, игры, танцы	1
101.	Разучивание и постановка танца	1
102.	Танцевальные элементы и движения	1
103.	Выполнение упражнений танцевальной азбуки	1
104.	Разучивание и постановка танца	1
105.	Разучивание и постановка танца	1
106.	Подготовка к открытому уроку	1
107.	Подготовка к открытому уроку	1
108.	Открытый урок	1
	Итого	108

Приложение 2

Конспект открытого урока «Ритмика и танец» для детей 5-7 лет

Данный урок составлен по адаптированной рабочей программе «Ритмика и танец» для детей 1 года обучения (5-7 лет). Это открытое занятие первого полугодия. В нем представлены танцевальные игры, на развитие чувства ритма, фантазии, импровизации, перестроения. Данный материал предложен в игровой форме, с использованием сюжетных сказочных образов для детей, что служит отличной базой для успешного понимания и разучивания ребенком танцевальных движений, и постановок.

План урока

1. *Тема урока:* «Навыки выразительного движения. Работа в парах»

2. *Тип урока:* комбинированный

3. *Цель:* всестороннее развитие ребенка, развитие музыкальности и ритма на занятиях, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребенка, средствами музыки и ритмических движений.

4. *Задачи:* развивать чувство ритма; учить слушать и слышать музыку; способствовать формированию выразительности движений, образности в исполнении; прививать учащимся культуру общения между собой

5. *Форма работы:* групповая, парная, игровая

6. *Оборудование и источники информации:* музыкальный центр, аудио записи.

7. *Методы обучения:* практический, словесный

8. *Структура урока:*

1. Организационный момент (организованный вход детей в класс и построение в линии, поклон - приветствие)

2. Разминка на середине: (разогрев всех групп мышц)

3. Прыжки по кругу

4. Основная часть: игроритмика (танцы - игры по кругу под чтение стихов), музыкально – ритмические этюды, упражнения на ориентировку в пространстве (перестроение в колонну по одному, по двое, по четыре)

5. Заключительная часть: упражнения для восстановления дыхания, работы рук, поклон.

6. Подведение итогов

Содержание урока:

1. *Организационный момент.*

Организованный вход детей в класс, приветствие – поклон, объявление темы и цели урока.

2. *Разминка на середине в линиях:*

Разогрев всех групп мышц под веселую детскую песенку Алины Кукушкиной «Песенка – зарядка». Слова: М. Гауэр, музыка: В. Богатырёв Музыкальный размер 2/4. Проигрыш «пружинка»

1 куплет

Зайцы встали по-порядку, упражнения для шейного отдела (повороты и наклоны головы)

Зайцы делают зарядку,

Саша тоже не ленись-

На зарядку становись.

Припев:

Прыг-скок, руки вверх 2 прыжка на месте, 2 хлопка в ладоши над головой Прыг-скок, руки вниз

2 прыжка на месте, 2 хлопка в ладоши внизу

А теперь давай, дружок, подтянись. поднять руки вверх и встать на носочки (повторить 2 раза)

2 куплет

Рядом ежик травку топчет, подъемы на полупальцы

Заниматься с нами хочет.

Будем с ежиком шагать, марш на месте с высоко поднятыми коленями

Выше ноги поднимать.

Припев:

Топ-топ, шаг вперед, 2 притопа, шаг вперед

Топ-топ, шаг назад. 2 притопа, шаг назад

А теперь в ладошки хлопн

Встали и стоять. (повторить 2 раза)

Проигрыш:

3 куплет

А лягушки на кувшинке «мячик» на месте, руки как у лягушек

Дружно вытянули спинки,

Ставят лапки на бока руки поставить на пояс

И качаются слегка. наклоны в стороны

Припев:

Кач-кач, вправо, влево, наклоны корпуса в стороны

Кач-кач, влево, вправо. Вот такая лягушачья повороты корпусом в стороны

И зарядка, и забава. (повторить 2 раза)

Проигрыш: прыжки на месте

3. Прыжки по кругу:

прыжки с продвижением вперед, подскоки, галоп лицом в круг.

4. Основная часть: *Игроритмика* (танцы игры по кругу под чтение стихов развивают у детей слух, чувство ритма, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве): Игра «Воротики» (по методике К. Орфа) Выбирают Водящего и встают в круг. Под музыку дети идут друг за другом, взявшись за руки и поют:

Тра-та-та, тра-та-та, растворились ворота. тройные притопы и расширение круга.

А оттуда из ворот вышел маленький народ. поднять сцепленные руки вверх Водящий со следующим за ним ребенком образуют «ворота», а следующие за ними дети изображают героев стихотворения, проходят в «воротики».

Один дядя вот такой. Другой дядя вот такой, Третий дядя вот такой, А четвертый вот такой. Одна тетя вот такая, А вторая вот такая, Третья тетя вот такая, А четвертая вот такая.

Зимние забавы

Мы на лыжах идем,

Мы взбираемся на холм.

(Дети идут друг за другом, имитируя ходьбу на лыжах).

Палки нам идти помогут,

Будет нам легка дорога.

(Машут руками, словно работают лыжными палками)

Вдруг поднялся сильный ветер,

(Подняли руки вверх)

Он деревья кружит, вертит,

(Вращение туловищем вправо, влево)

И среди ветвей шумит,

Снег летит, летит, летит.

(Руки вытянуты вперед, плавно опускаются)

По опушке зайчик скачет,

Словно белый мягкий мячик.

(Прыжки по кругу)

Раз – прыжок и два – прыжок-

(Прыжок в круг, прыжок из круга)

Вот и скрылся наш дружок.

(Присели)

Хоть приятно здесь кататься,

Надо в садик возвращаться.

(Ходьба)

Осень

Ветер по лесу летал

(дети плавно машут кистями рук)

Ветер листики считал:

(поочередно загибают пальцы)

Вот дубовый,

Вот кленовый,

Вот рябиновый резной,

Вот с берёзки золотой,

Вот последний лист с осинки,

Ветер бросил на тропинку.

(машут кистями рук, как бы сбрасывают листву)

Ветер и листья

Осень листья золотит,

Ветер ими шелестит.
(имитировать движения кисти, будто что-то красишь)
Шу-шу-шу, шу-шу-шу
(потереть ладошку о ладошку).
Он повсюду их разносит,
Поиграет, снова бросит
(руки вытянуть перед собой, развести в стороны, соединить, встряхнуть).
Тшш- тшш, тшш-тшш
(опять потереть ладошки).
Вверх поднимет, закружит
И на месте завертит
(поднять руки и покружиться).
Шур-шур-шур, шур-шур-шур
(потереть ладошки).
Соберет в большую кучу
(руками нарисовать кучу),
Убежит и сядет в тучу
(слегка присесть)
Тшш- тшш, тшш-тшш

5. Заключительная часть: упражнения для восстановления дыхания, работы рук, поклон.
6. Подведение итогов.