

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Ульяновска
«Центр детского творчества»

Принята на заседании
педагогического совета
от «16» марта 2022г.
Протокол № 3



**Дополнительная общеразвивающая программа социально-
гуманитарной направленности
«Ритмика»**

Возраст учащихся: 6 лет

Срок реализации: 1 год (36 часов)

Уровень программы: стартовый

Автор-составитель:
Седанова Екатерина Владимировна, педагог
дополнительного образования

г. Ульяновск, 2022 г.

Содержание

1. **Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»**

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	8
1.3. Содержание программы.....	9
1.4. Планируемые результаты	17

2. **Раздел №2 «Комплекс организационно – педагогических условий»**

2.1. Календарный учебный график «КУГ».....	21
2.2. Формы аттестации.....	26
2.3. Оценочные материалы	27
2.4. Методические материалы	28
2.5. Условия реализации программы	29
2.6. Список литературы	30

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Предлагаемая программа является приоритетным направлением эстетического образования детей. Прежде всего, через разнообразные эмоциональные состояния, вызываемые музыкой, красотой, одухотворённостью, слаженностью движений, красотой тела и грации. На занятиях происходит усвоение специальных правил этикета, связанных с танцем: приглашение, приветствие, выражение благодарности, любование друг другом, формирование поведения мальчиков и девочек, проявление мужественности и женственности в их действиях, поступках, осознанное вежливое отношение.

С древности движения, выполняемые под музыку, применялись в воспитании детей и почитались как занятия, приносящие здоровье физическое и духовное. Ритмика – исполнительный вид музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движении. Основа ритмики – музыка, а движения используются как средство более глубокого ее восприятия и понимания. Программное содержание ритмики подводит детей к ощущению гармонической слитности своих движений с музыкой, что способствует развитию творческого воображения. В этом и новизна, и актуальность, и педагогическая целесообразность предмета ритмики.

Предложенная программа поможет успешно проводить работу по формированию у детей красивой осанки, свободы и пластики движений. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придадут движениям детей эмоциональную окраску, влияя на разнообразие и выразительность жестов. 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 ребёнка.

В период от четырёх до семи лет ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В дошкольном возрасте внимание детей ещё неустойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому они нуждаются в частой смене движений. Для успешного достижения результатов на занятиях ритмики необходимо чередовать разные виды музыкально-ритмической деятельности: использовать музыкально-ритмические игры,

этюды, пальчиковую гимнастику. Они коротки, разнообразны и доступны детям по содержанию. Особое место в программе уделяется подбору музыкально-

ритмического репертуара, который выполняется ежегодно в связи с **современными требованиями**. При этом он отвечает требованиям высокой художественности, воспитывает вкус ребёнка и обогащает его разнообразными музыкальными впечатлениями, вызывая моторную реакцию, а также удобен для двигательных упражнений.

Ритмика не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств. Красивые движения, усвоенные на занятии, ребёнок с радостью и интересом будет выполнять дома. Сколько приятных волнений для маленького человека и его родных доставляют его показательные выступления на праздничном концерте и на открытых занятиях!

Данная программа построена с учетом анатомо-физиологических особенностей детей дошкольного возраста, их специфики восприятия музыки, желания и индивидуальных физических возможностей детей. Занятия принесут детям радость от общения с музыкой, разовьют творческие способности. Музыкально-ритмические игры, создание импровизационных этюдов раскроют музыкально-творческие способности учащихся, придадут свободу и пластичность движениям.

Соответствие программы нормативным документам

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79)

Концепцией развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р;

приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

приказом от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»

методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года

СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи

Нормативные документы, регулирующие использование сетевой формы:

письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с Методическими рекомендациями по организации

образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ)

приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»

Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:

приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Локальные акты ОО

Устав, Положение о проектировании ДОП в образовательной организации, Положение о проведении промежуточной аттестации обучающихся аттестации по итогам реализации ДОП).

Программа **социально – гуманитарной направленности**. В наши дни тема «ритмика» способствует формированию очень важных личностных качеств

– уверенность в себе, умение держаться на публике. При этом внимание должно быть сфокусировано на теле и развитии навыка выполнения хорошо контролируемых, сбалансированных, многообразных, пластичных движений. Энергичные движения, кроме того, способствуют развитию силы и гибкости, а также обеспечивают здоровье и нормальное развитие детского организма.

Дополнительность программы по отношению к программам дошкольного образования. Данная программа включает в себя технологии игрового обучения с применением информационных технологий, что вносит **новизну** в обучение. **Технология игрового обучения с применением информационных технологий** используется мною, так как в составе учащихся дети дошкольного возраста. Учитывая психологию детей данного возраста и беря во внимание то, что ведущей деятельностью в этот период является игра, многие занятия я выстраиваю в форме танцевальных и музыкальных игр. Речь идёт не только об использовании игры для разрядки и отдыха, а о том, чтобы сделать её органичным компонентом занятия, средством намеченной педагогом цели. Мною применяется методика проведения нетрадиционных занятий **в форме сказок**: для занятий с группами дошкольного возраста. На примере такого занятия можно проследить, как традиционные упражнения партерной гимнастики приобретают одушевлённые формы в виде животных, растений, явлений природы, предметов, что помогает их сделать понятнее, интереснее, а также развивает детское воображение и эмоциональность, закладывает истоки творчества.

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья детей.

Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Такой интерес и востребованность в дополнительных услугах художественного направления привело к созданию дополнительной общеразвивающей программы “Ритмика».

Занятия по ритмике в целом повышают творческую активность и фантазию детей, побуждают их включаться в коллективную деятельность. Постепенно дети преодолевают скованность, у них возрастает самооценка, они приобретают способность к хореографическому выступлению на публике, с использованием

элементов костюма и декорации. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Отличительной особенностью программы выступает применение информационно – коммуникационных технологий в дополнительном образовании, так как это позволяет средствами мультимедиа в наиболее доступной и привлекательной, игровой форме, достигнуть нового качества знаний, усиливает творческую составляющую учебного труда. Данные элементы технологии используются и как образовательные для детей, и как вспомогательные для обеспечения материально – технического оснащения занятия.

Данная программа характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на дополнительные образовательные услуги в области ритмики, гимнастики. Очень часто дети начинают заниматься гимнастикой с 5 лет, иногда и раньше, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет красиво двигаться, танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы «Ритмика» определена тем, что ориентирует учащегося на приобщение к танцевально-музыкальной культуре. А также, занятия улучшают душевное состояние ребенка, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся учащимися в другие сферы деятельности детей.

Технологию игрового обучения с применением информационных технологий используемых на занятиях «Ритмика» так же можно отнести к ***инновационной составляющей***, так как дополнительность программы и олицетворяет что-то новое.

Адресат программы.

В возрасте 6 лет резко возрастает потребность в движении. Растущий организм ребенка требует активных движений. Дети очень энергичны, активны, подвижны. Педагогу необходимо знать физические возможности детей, чтобы правильно подбирать те или иные упражнения. У детей 6 лет движения становятся более уверенными и осознанными. Это даёт возможность усложнять упражнения и учить детей самостоятельно выполнять задания. Ритмика не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств. Ритмика закладывает надёжный фундамент для дальнейшего физического совершенствования

ребёнка. Ритмика создаёт ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, сообщает более светлое восприятие жизни.

Учебный материал концентрируется вокруг блоков, каждый из которых включает в себя доступный и интересный по своему содержанию материал. В программу включены танцы классические, игровые-шуточные, гимнастика.

Программный материал составлен с учетом возрастных особенностей детей и уровня первоначальной подготовки.

Срок реализации программы 1 год (в объёме 36 часов) для детей 6 лет с учётом возрастных и индивидуальных особенности. В группе занимается не более 15 человек, возраст 6 лет. Уровень реализации: дополнительное образование. Уровень освоения: общекультурный. Способ освоения содержания образования: репродуктивный. Согласно ФЗ 273 – ФЗ, гл.2, ст.17, п.2, п.4).

Форма обучения для всей программы: очная

При работе с детьми 6 лет небольшая часть занятия отводится на музыкальные игры, а остальное время – на гимнастические упражнения и разучивание танцевальных движений. Продолжается работа по развитию музыкально-ритмических навыков, развитию осанки, укреплению общефизического состояния детей. Усложняется партерная гимнастика.

Периодичность - программа составлена с учетом занятий 1 раз в неделю по 1 часу с сентября по май месяц учебного года (всего 36 занятий за год). Вид - модифицированная.

Программа делится на **два модуля** обучения. Первый – с сентября по декабрь и второй - с января по май.

Уровень реализуемой программы: стартовый.

Схема занятия первого года обучения:

- организационный момент – 3 мин.;
- Поклон-приветствие – 1 мин.;
- разминка – 6 мин.;
- партерная гимнастика – 7 мин.;
- танцевальные движения – 7 мин.;
- музыкальная игра или пальчиковая гимнастика – 5 мин.;
- поклон-прощание – 1 мин.;
- Итого – 30 мин.

На занятиях педагог должен создать доброжелательную атмосферу, включать задания по развитию воображения, фантазии, артистизма. Для развития музыкально-ритмических возможностей детей, формирования умения подчинять свои движения ритму и темпу музыки используются музыкальные

игры. В учебном году проводятся праздники («Осенины», «Новый год», «Папин день», «8-е Марта», «Здравствуй лето») – это дает детям возможность выступить на публику, показать своё, чему они научились, что является хорошим стимулом для дальнейшей работы. А педагогу предоставляется возможность наблюдать за уровнем развития учащихся, степенью и качеством их обученности. Также проводятся открытые занятия для родителей и педагогов студии.

На занятиях ритмики начинается освоение элементов и движений, которые составляют основу классического танца и гимнастики. Кроме того, ведётся психологическая подготовка детей к дальнейшему общению в детском коллективе.

Для занятий педагог-хореограф подбирает понятную детям музыку. Но это не значит, что надо ограничиваться детскими песнями. В репертуар включаются классические, народные и эстрадные мелодии, в обработке, понятной детям.

В течение года учащиеся должны достигнуть развития музыкально-двигательной выразительности и пластики тела. Большую роль играет индивидуальный подход к каждому ребенку, учитываются его природные хореографические данные, особенности характера и его поведения в студии. Общим для каждого месяца (в дальнейшем – года) обучения является принцип движения от простого к сложному, что предполагает постепенное:

- увеличение физической нагрузки и объемов излагаемого материала;
- усложнение рисунка движений рук и ног, композиций разучиваемых номеров;
- усложнение творческих заданий.

Последовательность изложения тем и количество времени корректируется календарным планом и может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей детей, темы года, участия в конкурсах и фестивалях, концертах.

Методы: 1. Словесный метод используется при беседе, рассказе, чтении книги, при анализе музыкального или художественного произведения. 2. Наглядный метод используется при показе репродукций, фотографий, видеоматериалов. 3. Практический – это упражнения, тренинг, репетиции.

Формы организации деятельности обучающихся:

Форма обучения по программе – очная. Обучение ведется на русском языке. Формы проведения занятий – аудиторные. Формы организации занятий – всем составом объединения, групповая.

Формы проведения занятий:

- учебное занятие;
- открытое занятие;
- беседа;
- игра;
- музыкальное – танцевальное соревнование;
- занятие-праздник;
- концерт.

Структура занятия по ритмике – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом:

1часть:

- Упражнения на совершенствование навыков основных движений (всевиды ходьбы, бега, подскоков и т.д.)

2часть:

- Комплекс ритмической гимнастики.

3часть:

- Танцевальные композиции.

Результаты работы показываются в форме открытого занятия, а также на праздниках.

Программа создана на основе достаточно широко распространенных у нас методик обучения детей ритмике.

1.1. Цель и задачи программы

Цель программы – воспитать интерес и желание к передаче музыкальных образов средствами ритмопластики.

Задачи:

Обучающие:

- формировать необходимые двигательные навыки;
- развивать музыкальный слух и чувство ритма;
- познакомить детей с историей развития ритма.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством упражнений;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развивать познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;

Воспитательные:

- воспитывать культуру поведения и общения;
- воспитывать умение ребенка работать в группах;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

1.2. Содержание программы

Учебный план.

Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
	Всего	Теория	Практика	
Модуль – 1 (сентября – декабря)				
Раздел №1. Разминка	8	0,5	7,5	наблюдение
1. Повторение разминки, изученной на первом году обучения. Работа над координацией. Инструктаж по технике безопасности	0,5	0,5	-	Входная диагностика
2. Укрепление мышц стопы	1	-	1	-
3. Перекаты в положении сидя.	1,5	-	1,5	-
4. Работа над техникой движений. Выворотность.	1	-	1	-
5. Перекаты в положении сидя, лёжа.	1	-	1	-
6. Прыжки. Увеличение амплитуды.	1	-	1	-
7. Закрепление материала. Умение ориентироваться в зале.	1	-	1	-
8. Работа над координацией	1	-	1	-промежуточная диагностика
Раздел №2. Партерная гимнастика	7,5	1,5	6	наблюдение
9. Понятия «партерная гимнастика». Виды упражнений: группировки сидя, лёжа на спине.	1,5	1,5	-	-
10. Развитие мышечного чувства: укрепление мышц стопы,	1	-	1	-
позвоночника	1	-	1	-
11. Выполнение упражнения «мостик».				
12. Выполнение упражнения «берёзка».	1	-	1	-

13.Выполнение упражнения «велосипед».	1	-	1	-
14.Укрепление мышц стопы	1	-	1	-
15.Перекаты в положении сидя.	1	-	1	Итоговая диагностика
Раздел №3. Музыкальные игры	1,5	1	0,5	наблюдение
16. Понятие «имитация». Использование приёма имитации, подражания.	1	1	-	-
17. Музыкальная игра «Найди своё место»	0,5	-	0,5	-
Итого	17	3	14	-
Модуль – 2 (января – мая)				
Раздел №3. Музыкальные игры	4	-	4	наблюдение
1. Музыкальная игра «Нитка-иголка».	1	-	1	-входная диагностика
2.Музыкальная игра «Мы – веселые ребята».	1	-	1	-
3.Музыкальная игра «Рыбак и рыбки».	1	-	1	-
4.Отработка умения передачи характера изящной, грациозной музыки в движении.	1	-	1	-
Раздел №4. Пальчиковая гимнастика	2	0,5	1,5	наблюдение
5. Значение пальчиковой гимнастики.	0,5	0,5	-	-
6. Пальчиковая гимнастика. Упражнение «Варим щи» ит.д.	1	-	1	-
Раздел № 5. Танцевальные движения	8	1	7	наблюдение
7.Ритмический рисунок.	1	1	-	-
8.Отработка навыка	1	-	1	-

самостоятельного перехода из одной фигуры в другую (линия).				
9.Отработка навыка самостоятельного перехода из одной фигуры в другую (змейка)	1	-	1	-
10.Музыкально-ритмические упражнения на практическое усвоение понятий: «Ритм».	1	-	1	Промежуточная диагностика
11.Отработка умения передачи характера изящной, грациозной музыки в движении.				
12.Закрепление умения перестраиваться из одной фигуры в другую. Закрепление материала.	1	-	1	-
Умение ориентироваться в зале.	1	-	1	-
13.Закрепление материала. Умение ориентироваться в зале.				
14.Отработка навыка самостоятельного перехода из одной фигуры в другую (цепочка, змейка).	1	-	1	-
	1	-	1	-
Раздел №6.	5	-	5	Контрольные занятия (итоговая диагностика)
Смена деятельности				
15.Праздник осени.	1	1	-	-
16.«Новый год».				
Праздничное мероприятие				
17.«Папин день»	1	-	1	-
Праздничное мероприятие				
18.«8-е Марта!» Праздничное мероприятие	1	-	1	-
19.«Скоро лето».	1	-	1	-
Праздничное мероприятие.	1	-	1	-

Итого	19	1,5	17,5	-
--------------	-----------	------------	-------------	----------

Содержание учебного плана

Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа по ритмике состоит из шести разделов:

Модуль 1. Разминка

Модуль 2. Партерная гимнастика

Модуль 3. Музыкальные игры

Модуль 4. Пальчиковая гимнастика

Модуль 5. Танцевальные движения

Модуль 6. Смена деятельности

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть дети, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом занятии осуществляется работа по всем разделам программы согласно **модулям** в изложенной последовательности.

Модуль 1. Разминка.

Теория: Повторение понятий, изученных на первом году обучения. Основные принципы дыхания. Выделение различных групп мышц.

Практика: Работа над совершенствованием техники исполнения движений, координацией, ритмичностью движений. Усложнение прыжковой части, увеличение темповой нагрузки, амплитуды движений. Развитие подвижности тазобедренного сустава, выворотности. Работа над совершенствованием двигательных качеств.

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и

т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Модуль 2. Партерная гимнастика.

Теория: Повторение Понятия «партерная гимнастика». Виды упражнений: группировки сидя, лёжа на спине; перекаты в положении сидя, лёжа.

Практика: Отработка изученного материала. Развитие мышечного чувства: укрепление мышц стопы, позвоночника. Увеличение нагрузки. Выполнение различных видов упражнений: «березка», «велосипед», «мостик».

Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

Упражнения партер:

- укрепление мышц спины;
- пресс (уголок);
- стойка на лопатках;
- кувырки;
- гибкость тела (улитка);
- махи ног вверх, в сторону;
- пластика движения (змея);
- выворотность (солнышко).

Модуль 3. Музыкальные игры.

Теория: Понятие «имитация».

Практика: Использование приёма имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. Варианты игр: «Найди своё место»; «Нитка – иголка»; «Мы – весёлые ребята».

Игра «Найди свое место»

Задачи:

1. Совершенствовать бег врассыпную, действие по сигналу, умение работать в команде, знания о составе числа.

2. Развивать быстроту реакции, внимание, логическое мышление.

3. Воспитывать взаимопомощь, доброжелательное отношение друг к другу.

Атрибуты: таблички с изображением цифр.

Ход игры: Дети делятся на две команды. Первой команде надеваются таблички с нечетными цифрами. Второй – с четными цифрами. По первому сигналу игроки из первой команды строятся в шеренгу или в колонну по порядку возрастания цифр. По второму сигналу: игроки второй команды ищут свое место между игроками первой команды. Победившей считается та команда, которая быстрее и правильнее заняла свои места. Игра повторяется, только первыми строятся игроки из команды с четными цифрами.

Игра «Нитка - иголка»

Игроки становятся в круг и берутся за руки.

Считалкой выбирают «Иголку», «Нитку» и «Узелок».

Герои друг за другом то забегают в круг, то выбегают из него.

Если же «Нитка» или «Узелок» оторвались (отстали или неправильно выбежали, вбежали в круг), то эта группа считается проигравшей.

Выбираются другие герои.

Выигрывает та тройка, в которой дети двигались быстро, ловко, не отставая друг от друга.

Правила игры. «Иголку», «Нитку», «Узелок» надо впускать и выпускать из круга, не задерживая, и сразу же закрывать круг.

Игра «Мы – веселые ребята»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу. Упражнять в беге по определенному направлению с увертыванием. Способствовать развитию речи.

Описание: Дети стоят на одной стороне площадки. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне также проводится черта. Сбоку от детей, на середине, между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем. Дети хором произносят: «Мы веселые ребята, любим бегать и скакать, ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три - лови!» После слова «лови», дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих. Тот, кого ловишка дотронулся, прежде чем играющий пересек черту, считается пойманным и садится возле ловишки. После 2-3 перебежек производится пересчет пойманных и выбирается новый ловишка. Правила: Перебегать на другую сторону можно только после слова «лови». Тот, до кого дотронулся ловишка отходит в сторону. Того, кто перебежал на другую сторону, за черту, ловить нельзя. Варианты: Ввести второго ловишку. На пути убегающих-преграда- бег между предметами.

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное

исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

Модуль 4. Пальчиковая гимнастика.

Теория: Значение пальчиковой гимнастики.

Практика: Упражнения «Кошка-мышка», «Замок», «Варим щи».

Упражнение «Кошка-мышка»

Кошка мышку цап-царап

Пальцы обеих рук сжимаются в кулаки,

*Подержала, подержала,
отпустила*

кулаки, одновременно разжимаются,

Мышка побежала, побежала

одновременно двигаются по плоскости стола пальцы обеих рук,

Хвостиком завияла, завияла.

указательные пальцы обеих рук двигаются из стороны в сторону,

До свидания, мышка,

одновременные наклоны кистей рук вперёд и вниз.

До свидания.

Упражнение «Замок»

На двери висит замок —

Кто его открыть бы смог?

(Быстрое соединение пальцев в замок.)

Потянули...

(Тянем кисти в стороны.)

Покрутили...

(Волнообразные движения.)

Постучали...

(Пальцы сцеплены в замок, дети стучат ладонями.)

И открыли!

(Пальцы расцепились.)

Упражнение «Варим щи»

Эй, ребята! Эге-гей!

Дети хлопают в ладоши.

Чистим овощи для щей.

Режем мы капусту

Ставят ладони параллельно друг другу, пальцы выпрямлены. Поочередно поднимают и опускают ладони («рубят»).

Будет супчик вкусный.

Чистим мы картошку,
Поглаживают пальцами правой руки тыльную сторону левой ладони.
Чистим очень ловко,
Мы натрём морковку,
Сгибают руки в локтях, сжимают пальцы в кулаки и поднимают их к плечам.

Красную головку.
Одновременно опускают и поднимают руки («трут морковь»)
А потом, а потом
Стучат по левой ладони ребром правой.

Мы покрошим помидор,
И головку лучка,
И зубок чесночка.
Мы посолим супчик.
Мелко перебирают пальцами правой руки, собранными в щепоть («солят»).

Скушай-ка, голубчик!
Протягивают обе ладони вперёд.

Модуль 5. Танцевальные движения.

Теория: Ритмический рисунок.

Практика: Музыкально - ритмические упражнения на практическое усвоение понятий: «Ритм». Развитие умения передачи характера изящной, грациозной музыки в движении. Отработка навыка самостоятельного перехода из одной фигуры в другую (линия, круг, «змейка»).

Повторение элементов танца по программе для 2 года обучения. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно. Парная пляска.

Модуль 6. Смена деятельности.

Практика: Участие в праздничных мероприятиях: «Праздник осени», «Новый год», «Папин день», «8-Марта», «Скоро лето».

Постановка концертных номеров для песен «Здравствуй солнце», «Мы маленькие детки», «Пеппи», «Красивая девченка»...работа с новогодним репертуаром «Снеговик», «Новогодние игрушки».

1.3.Планируемые

результаты.

Прогнозируемый результат:

Учащиеся умеют:

- начинать движение после музыкального вступления;
- определять по вступлению характер музыки и двигаться в соответствии с ним;
- выполнять простые движения (разнообразные шаги, наклоны, движения рук) в соответствии с ритмом музыки;
- повторить за педагогом простой ритмический рисунок.
- самостоятельно исполнить «берёзку», «лодочку», «рыбку», «корзиночку».
- перестроиться из линии в круг и обратно, пройти «змейкой»;
- исполнить самостоятельно небольшую танцевальную композицию;
- учащиеся умеют проявлять работоспособность, пунктуальность, дружелюбность, формируются навыки коллективного творчества.

Личностные результаты:

- сформированность мотивации творческой деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки;
- умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты.

Регулятивные:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок»;
- гармонично двигаться в такт песни.

Коммуникативные:

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Раздел № 2 «Комплекс организационно – педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график «КУГ»

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Модуль – 1 (сентября – декабря)								
1				занятие	1	Повторение разминки, изученной на первом году обучения. Работа над координацией. Инструктаж по технике безопасности	г. Улья - новск школа №57	Входная диагностика
2				занятие -беседа	1	Понятия «партерная гимнастика». Виды упражнений: группировки сидя, лёжа на спине.		наблюдение
3				занятие	1	Понятие «имитация». Использование приёма имитации, подражания.		наблюдение
4				занятие -игра	1	Значение пальчиковой гимнастики.		наблюдение

						Упражнение «Кошка-мышка»		
5				музыкальное занятие	1	Ритмический рисунок.		наблюдение
6				музыкальное занятие	1	Техники исполнения движений.		наблюдение
7				музыкальное занятие	1	Отработка навыка самостоятельного перехода из одной фигуры в другую (линия).		наблюдение
8					1	Праздник осени.		Промежуточная диагностика
9				занятие	1	Работа над координацией		наблюдение
10				занятие	1	Укрепление мышц стопы		наблюдение
11				занятие-игра	1	Пальчиковая гимнастика. Упражнение «Варим щи».		наблюдение
12				занятие-игра	1	Музыкальная игра «Рыбаки и рыбки»		наблюдение
13				занятие	1	Перекаты в положении сидя.		наблюдение

14				занятие	1	Работа над техникой движений.		наблюдение
15				занятие	1	Отработка навыка самостоятельного перехода из одной фигуры в другую (змейка).		наблюдение
16					1	«Новый год». Праздничное мероприятие.		Итоговая диагностика
Итого:					16			

Модуль – 2 (января – мая)

1.				занятие	1	Понятие «имитация» Повторение. Ролевая ситуация.		Входная диагностика
2.				занятие	1	Перекаты в положении сидя. Использование приёма образного сравнения.		наблюдение
3.				музыкальное занятие	1	Музыкально-ритмические упражнения на практическое		наблюдение

					усвоение понятий: «Ритм».		
4					1	«Папин день». Праздничное мероприятие.	Контрольно е занятие
5				музыкал ьное занятие	1	Отработка умения передачи характера изящной, грациозной музыки в движении.	наблюдение
6.					1	«8-е Марта!». Праздничное мероприятие.	Контрольно е занятие
7.				занятие	1	Работа над техникой движений. Выворотность.	наблюдение
8				занятие	1	Перекаты в положении сидя, лёжа.	наблюдение
9				занятие -игра	1	Музыкальная игра «Найди свое место»	наблюдение
10				занятие	1	Развитие мышечного чувства: укрепление мышц стопы, позвоночника	Промежуто ч-ная диагностика
11.				занятие	1	Закрепление умения перестраиваться из од- ной фигуры в другую.	наблюдение
12.				занятие	1	Прыжки. Увеличение амплитуды.	наблюдение

13.			занятие	1	Выполнение упражнения «мостик».		наблюдение
14.			занятие -игра	1	Музыкальная игра «Нитка-иголка».		наблюдение
15.			занятие	1	Отработка навыка самостоятельного перехода из одной фигуры в другую (цепочка, змейка).		наблюдение
16.			занятие	1	Партерная гимнастика. Отработка изученного материала.		наблюдение
17.			занятие	1	Закрепление материала. Умение ориентироваться в зале.		наблюдение
18			музыкал ьное занятие	1	Работа над техникой движений.		наблюдение
19			зани е	1	Работа над техникой движений.		наблюдение
20				1	«Скоро лето» Праздничное мероприятие.		итоговая диагностика

Итого:		20			
--------	--	----	--	--	--

МБУ ДО ЦДТ Седанова Е.В.

МБУ ДО ЦДТ Седанова Е.В.

МБУ ДО ЦДТ Седанова Е.В.

ЦДТ Седанова Е.В.

ЦДТ Седанова Е.В.

ЦДТ Седанова Е.В.

2.2. Формы аттестации

Оперативное управление учебным процессом невозможно без осуществления контроля знаний, умений и навыков обучающихся. Именно через контроль осуществляется проверочная, воспитательная и корректирующая функции. Оценка качества реализации программы «Ритмика» включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию учащихся. Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных занятиях, концертах, и т.д.

Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных занятий. Контрольные занятия в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- Открытые занятия, опрос
- Выступления в концертах, конкурсах (внутригрупповые) - контрольные занятия.

Формы промежуточной аттестации:

- Усвоение программы.
- Промежуточный результат (в журналах). Возможная корректировка форм учебного процесса.
- Творческие конкурсы, показы внутри объединения.
- Стимуляция индивидуального творческого роста.
- Индивидуальные результаты.
- Выступления внутри объединения, внутри учреждения
- Закрепление приобретенных навыков, демонстрация достигнутых результатов.
- Стимуляция коллективного и индивидуального творчества.

Контроль:

- текущий - наблюдение за выполнением приемов и методов в работе, беседы, анализ работы и поведения в объединении.
- итоговый – диагностические зачетные занятия, творческие показы.

Параметры контроля:

1. Познавательные навыки и способности:

- умение усваивать материал
- практическое применение знаний и умений.

2. Творческие способности.

- самостоятельность в выборе
 - индивидуальность в работе,
 - способность к восприятию неоднозначного контекста (находки, новые идеи).
3. Эмоционально-волевые свойства.
- настойчивость в достижении цели (доводить начатое дело до конца),
 - уважение к другим,
 - независимость в мышлении (своя точка зрения).

Итоги реализации данной программы прослеживаются:

- в открытых (итоговых), контрольных занятиях по ритмике;
- в течение учебного года педагог проводит наблюдение, с целью выявления качества знаний учащихся, выявляя степень усвоения ими образовательной программы. (в форме наблюдений).

2.3. Оценочные материалы

Для аттестации учащихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Оценка и критерии оценивания выступления:

1. («высокий уровень») - технически качественное и художественно - осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
2. («средний уровень») - отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);
3. («низкий уровень») исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.; комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований;

Данная система оценки качества исполнения является основной. Для оценки знаний, умений, навыков, творческих, личностных и коммуникативных качеств проводится уровневая диагностика: входная, промежуточная, итоговая. Учащиеся выполняют диагностические задания. Итоговая оценка определяется как средний уровень.

2.4. Методические материалы

В курсе обучения применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы. Метод использования слова — универсальный метод обучения. с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения. Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Для достижения цели и задач дополнительной общеразвивающей программы предусматривается в рамках учебно-воспитательного процесса проведение следующих видов занятий: теоретические и практические занятия, индивидуально-групповая работа, творческие занятия импровизации, открытые занятия, зачеты, отчетные концерт.

Методика преподавания на всех этапах обучения сочетает в себе тренировочные упражнения, уроки классического и современного танца, и элементы гимнастики.

В плане работы предусмотрены индивидуальные беседы с учащимися по результатам, как творческой деятельности, так и воспитательной работы. Во время бесед уделяется большое внимание формированию у подрастающего поколения моральных принципов, общечеловеческих ценностей, правил поведения в обществе. В дополнительную общеразвивающую программу включены регулярные беседы с родителями для своевременного выявления проблем ребенка. Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс способствует увеличению его эффективности.

2.5. Условия реализации программы

Материально – техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебные аудитории (спортивные залы), предназначены для реализации учебного модуля «Ритмика». Площадь залов не менее 40 кв.м., имеется пригодное для занятий напольное покрытие (деревянный пол), зеркала размером 7м x 2м на одной стене. Школа имеет театрально – концертный зал с пианино, пультами, светотехническим и звукотехническим оборудованием;

Балетный зал (спортивный зал).

Данную программу с учащимися реализует педагог дополнительного образования высшей категории, хореограф Матвеева Маргарита Владимировна Маргарита Владимировна коммуникабельна, владеет хорошими организаторскими способностями и деловыми качествами, что позволяет ей участвовать во всех социально-значимых мероприятиях, проводимых в Центре детского творчества.

Форма для занятий:

- У девочек – гимнастический купальник, колготы, юбочка, балетки (чешки);
- У мальчиков – белая футболка, черные шорты, белые носки, балетки (чешки);

Коврики для партерной гимнастики. Магнитола. Фонотека детских песен, классических народных и современных произведений.

Оборудование и инвентарь: мячи, гимнастические скакалки, обручи.

2.6.1. Список литературы для педагогов.

1. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. - М.:2003.
2. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: 2003
3. Костровицкая А.И. Игровой стрейчинг: Методика работы с детьми дошкольного возраста. – СПб: 1993.
4. Танцы народов СССР, Вып.4, М.Искусство, 1969.
5. Танцы народов СССР, Репертуар художественной самодеятельности №3, М.Искусство, 1972.

2.6.2. Список литературы для родителей

1. Власова В. А. Музыка и движение. С.: 1994 г.
2. Власенко, С.Н. Гибкость – важный фактор здоровья. – Мн., 2000.
3. Заводина И.В. Ритмика. Примерная программа. – М., 2005.
4. Каплунова И., Новоскольцева И. Праздник каждый день. – СПб.: Композитор., 2007.
5. Танцы народов СССР, Вып.3, М.Искусство, 1967.
6. Танцы народов СССР, Вып.4, М.Искусство, 1969.
7. Ткаченко Т. Народный танец. – М.: Искусство, 1971.
8. Ткаченко Т. Народный танец. – М.: Искусство, 1975.
9. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. СА-ФИ-ДАНСЕ. – СПб: Детство-пресс, 2003.
10. Хаас, Ж.Г. Анатомия танца; пер. с англ. С.Э.Борич. – Минск: Поппури, 2011. – 200 с. – ил.

2.6.3. Список литературы для обучающихся

1. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009

2. Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей. – СПб.: Музыкальная палитра., 2004

3. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)