

г. Салехард, 2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика для детей 5-6 лет» имеет **художественную направленность** и рассчитана для детей с 5-6 лет.

Программа разработана в соответствии:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ.
2. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. СанПиН № 2.4.3648-20 требованиям к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи от 28.09.2020 года.
4. Уставом МБДОУ Детский сад № 1 «Мамонтенок».

Музыка для ребёнка – мир радостных переживаний. Чтобы открыть перед ним дверь в этот мир, надо развивать у него способности и, прежде всего, сформировать эстетическое восприятие и эмоциональную отзывчивость. Иначе музыка не выполнит свои воспитательные функции.

Эстетическое восприятие – это «школа чувств» (Э. Кант), которые формируются благодаря особому свойству музыки – вызывать сопереживание слушателей. На первый взгляд, жизненные и музыкальные эмоции очень похожи и одинаково сильно переживаются индивидом. Но на самом деле, чувства, воплощённые в музыке, не всегда тождественны жизненным. Они всегда «опосредствованы художественным идеалом, системой ценностных представлений, связанных с устойчивым общественно-значимым, социально-историческим содержанием» (В. Медушевский). Переживания эстетического характера обогащают опыт ребёнка, в том числе способность эмоционально реагировать на происходящее вокруг него. Это значит, что он не останется безразличным к радости и горю других людей, проявит в соответствующих случаях сострадание, жалость, сочувствие, или наоборот, негодование, осуждение.

Актуальность программы определяется тем, что у детей дошкольного возраста, как правило, наблюдается недостаточный уровень развития ритмичности, зрительного и слухового внимания и памяти, координации движений.

Немаловажным фактором в формировании эстетического воспитания в музыкальной деятельности является организация музыкально-ритмических занятий, так как выразительная передача посредством движений, характера музыки, воплощение образного содержания движений в двигательной деятельности развивают музыкальный слух и память, чувство ритма, активизируют процессы восприятия, а так же служат и задачами физического воспитания, происходит укрепление мышц; улучшается работа органов дыхания, кровообращения, совершенствуются двигательные навыки. Через движение с музыкой идёт активный процесс приобщения ребёнка к музыке, её пониманию.

Во взаимодействии музыки и движений главная роль принадлежит музыке. А движения – это средство для передачи того, что в музыке выражено. Движение помогает ребёнку полнее и глубже понять музыкальное произведение, а музыка, в свою очередь, придаёт движениям ребёнка особую выразительность. Об этом говорят и специалисты, работающие с детьми. А. И. Буренина в своей книге «Ритмическая мозаика» говорит, что «эффект воздействия ритмики

на детей идёт по возрастающей линии в направлении всё большего раскрепощения тела и духа ребёнка, поскольку способствует развитию творческого потенциала личности». Учёные В. М. Бехтерев и Б. Теплов говорили, что из средств музыкальной выразительности детьми наиболее легко выделяется и усваивается ритм. Чистякова в своей книге «Психогимнастика» утверждает, что «восприятие внешнего выражения эмоций возбуждает ответные эмоциональные переживания и реакции у детей. Владение выразительными движениями предполагает тонкое понимание всех оттенков и нюансов в выражении лица, жеста, движения тела.

Гармоничность музыкально-эстетического воспитания достигается лишь в том случае, когда используются все виды музыкальной деятельности, активизируются все творческие возможности ребёнка.

Новизна и отличительная особенность данной образовательной программы заключается в построении системы занятий с дошкольниками с учетом возрастных закономерностей развития музыкальных способностей и индивидуальных характеристик музыкальности детей. Чередование разных видов музыкально-ритмической деятельности дает возможность каждому ребенку проявить себя и наиболее полно реализовать свои креативные способности.

Цель программы:

— развитие музыкально-ритмических способностей ребёнка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

Задачи программы:

- развитие музыкальности: развитие способности воспринимать музыку, т.е. чувствовать её настроение и характер, понимать её содержание; развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодичного, гармоничного, тембрового), чувства ритма; развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков; развитие музыкальной памяти;
- развитие двигательных качеств и умений:
 - развитие ловкости, точности, координации движений;
 - развитие гибкости и пластичности;
 - воспитание выносливости, развитие силы;
 - формирование правильной осанки, красивой походки;
 - развитие умения ориентироваться в пространстве;
 - обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
- развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:
 - развитие творческого воображения и фантазии;
 - развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.
- развитие и тренировка психических процессов:
 - развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
 - тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
 - развитие воспитания, внимания, воли, памяти, мышления.
- развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:
 - воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
 - воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Сроки реализации программы

Программа предназначена для занятий с детьми 5-6 лет. Срок реализации 1 год.

Язык преподавания – русский.

Формы и режим занятий:

Занятия проводятся 2 раза в неделю, 8 занятий в месяц, 60 занятий в год.

Продолжительность занятий не превышает требований СанПиН, в соответствии с возрастом детей составляет – 25 минут.

Форма обучения по дополнительной программе - очная.

Планируемые результаты освоения программы

Дети 5-6 лет должны уметь:

— выразительно исполнять движения под музыку, освоить большой объем разнообразных композиций, танцев и отдельных видов движений; передавать свой опыт младшим, точно и правильно исполнять движения в танцевальных композициях; импровизировать, используя разнообразные движения; уметь отображать в движении основные средства музыкальной выразительности.

Формы контроля: с целью определения результативности реализации программы используется педагогическое наблюдение. Результативность оценивается по девяти показателям, по трёхбалльной шкале: высокий уровень – 3б., средний уровень – 2б., низкий уровень – 1б.

Показатели: музыкальность, эмоциональная сфера, характерологические особенности, творческие проявления, внимание, память, подвижность нервных процессов, пластичность, координация движений.

Формы подведения итогов реализации программы:

- отчетные концерты для родителей,
- выступление на утренниках, праздниках, развлечениях в ДОУ,
- участие в конкурсах, фестивалях, мероприятиях разного уровня.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование разделов, тем	Общее количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Музыкально – ритмические навыки	12 ч	2 ч	10 ч
2	Навыки выразительного движения	47 ч	7 ч	40 ч
3	Диагностика	1 ч		1 ч
	ИТОГО часов	60 занятий	9 ч	51 ч

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Дата	Название темы	Содержание занятия	Количество	Репертуар
------	---------------	--------------------	------------	-----------

			часов	
Октябрь	1-8 занятия Танец «Тучка»	Разминка круговая, в линиях, тройной шаг, танец, игра	8ч	Современные детские песни для разминки, танец «Тучка». Игра «Бабка – ежка».
Ноябрь	1-8 занятия Танец «Разбойников»	Разминка круговая. в линиях, тройной шаг, танец, импровизация	8ч	Современные детские песни, песня «Разбойников» из м/ф «Бременские музыканты...», Шопен «Фантазия».
Декабрь	1-8 занятия Танец «Сударушка»	Разминка круговая, в линиях, танец, повторение изученного материала, релаксация.	8ч	Современные детские песни для разминки, «Сударушка» Суворовой, произведения из репертуара оркестра Поля Мариа
Январь	4-8 занятия Танец «Яблочко»	Разминка круговая, в линиях, шаг польки, танец, игра	4ч	Музыкальные произведения в современной обработке различных стилей, танец «Яблочко», игра «Чей кружок...» р.н.м.
Февраль	1-8 занятия Танец Полька «Карабас»	Разминка круговая, в линиях, шаг польки, танец, танцевальные импровизации	8ч	Музыкальные произведения в современной обработке в различных стилей, полька «Карабас», Аренский «Кокетка»
Март	1-8 занятия Вальс	Разминка круговая, в линиях, шаг польки, танец, релаксация	8ч	Музыкальные произведения различных стилей в современной обработке, вальс «Весна 45 года», Чайковский «Вальс цветов»
Апрель	1-8 занятия Полька кантри	Разминка круговая, в линиях, шаг польки в парах, танец, игра	8ч	Музыкальные произведения различных стилей в современной обработке, полька в стиле кантри, игра по желанию детей

Май	1-7 занятия Танец лягушат	Разминка в линиях, круговая, шаг польки в парах, танец, танцевальные фантазии	7ч	Музыка различных направлений в современной обработке, «Клоуны» Суворовой, Чайковский «Вальс цветов»
	8	Диагностика	1 ч	Отчетные концерты

Содержание программы

Приоритетные задачи:

- развитие способности к выразительному, одухотворённому исполнению движений,
- умение импровизировать под незнакомую музыку,
- формирование адекватной оценки и самооценки.

1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочетаниями;
- развитие умения выражать в движении характер музыки и её настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3-частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;
- развитие способности различать жанр произведения – плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выразить это в соответствующих движениях

2. Развитие двигательных качеств:

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные виды движений:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперёд и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе, ходьба на четвереньках, «гусиным» шагом, с ускорением и замедлением;
- бег – лёгкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;
- прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперёд, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «лёгкий» и «сильный» и др.;

Общеразвивающие упражнения – на развитие группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкости и пластичности, точность и ловкость движений, координации рук и ног.

Имитационные движения – разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроения, а также ощущения тяжести или лёгкости, разной среды («в воде», «в воздухе»).

Плясовые движения – элементы народных плясок и детского бального танца, доступных по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг поскоки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.).

4. Развитие творческих способностей:

- развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавать пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – **по фразам**;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления – на основе усложнения заданий (увеличение объёма движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);
- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога и т.д., разнообразие по характеру настроения, например, «Рыбка легко и свободно резвится в воде», «Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной» и т.п.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам (например, радоваться успеху других детей и переживать, если кто-то упал или уронил предмет, головной убор во время движения);
- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;
- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаться, не шуметь в помещении во время самостоятельных игр).

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Музыкальный центр
2. Т.Суворова «Танцевальная ритмика» - 7 дисков
3. Т.Суворова «Спортивные олимпийские танцы»- 2 диска
4. А.Буренина «Ритмическая мозаика»- 5 дисков
5. Библиотека классической музыки – 30 дисков

СХЕМА ПОСТРОЕНИЯ МУЗЫКАЛЬНО - РИТМИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ

1. Вводная

С помощью предлагаемого материала дети обучаются азбуке выражения эмоций, выразительным и разнообразным движениям:

- упражнения, активизирующие внимание, память;
- этюды на тренировку отдельных групп мышц («Психогимнастика» М.И. Чистяковой)

2. Музыкально-ритмическая разминка

В разминку входят элементы физической культуры, упражнения на развитие физического дыхания, слухового и зрительного внимания, слуховой и зрительной памяти, воспитание чувства ритма, развитие координации и темпа в движении. Музыкально-ритмические упражнения разучиваются и осваиваются в течении двух месяцев.

3. Основная часть занятия

Знакомство детей с элементами нового танца. Большую помощь в работе оказывают упражнения без музыки, то есть подготовительные упражнения. Основная задача – дать детям необходимые двигательные навыки, развить мышечное чувство, сформировать сознательное отношение к выполнению и качеству движений. Эти упражнения разучиваются под счёт или в индивидуальном ритме. Они помогают принимать правильное исходное положение, способствуют осознанию работы двигательного аппарата, укрепляют отдельные группы мышц и увеличивают подвижность суставов, формируют навыки построения и перестроения.

Используя образный рассказ, показ движений, при разучивании плясок и хороводов, педагог создает атмосферу заинтересованности, учит отражать изменения в музыкальном образе.

4. Игровая часть

Музыкальная игра поощряет стремление детей к самостоятельным импровизациям в свободных плясках, учит пластическому выражению игровых образов, формирует умение сочетать пантомиму, танец, пластику.

5. Заключительная часть

Включаются элементы психогимнастики для снятия эмоционального напряжения, возбуждения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. А.И. Буренина Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. СПб ЛГУ, 1995г.
2. Т.И. Суворова Танцевальная ритмика. №1,2,3,4,5. СПб, 2007
3. Т.И. Суворова. Танцуй малыш. №1,2. СПб, 2007
4. М.И. Чистякова. Психогимнастика. М.; Просвещение, 2010
5. Т.И. Суворова Спортивные олимпийские танцы для детей. №1,2. С. П. 6, 20