

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА**  
**Департамент образования**  
**муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**  
**«Средняя школа № 151**  
**с углубленным изучением отдельных предметов»**

Принята на заседании

Педагогического совета от 26.08.2022

Протокол №1

Утверждаю:

Директор МАОУ СШ № 151 с

углубленным изучением отдельных

предметов М.Г.Шебалкина

приказ № 344-о от 31.08.2022

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**  
**художественной направленности**  
**«Ритмика для малышей»**

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:

Кульпина Екатерина Петровна, учитель начальных

классов

г. Нижний Новгород, 2022

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально - педагогической направленности «Ритмика для малышей» (далее Программа) для обучения в группах адаптации детей к условиям школьной жизни готовит детей к обучению в школе, осуществляя преемственность между дошкольным и начальным общим образованием.

Характеристика программы

Тип программы - дополнительная образовательная

Направленность - художественная

Вид - модифицированная

### **1.1. Направленность образовательной программы**

Большое значение для сохранения физического и психологического здоровья детей имеет активизация их творческого потенциала, создание атмосферы поиска, радости, удовольствия, развитие детской индивидуальности, удовлетворение индивидуальных их потребностей и интересов.

Музыка, движение – это средства, которые благотворно действуют на здоровье ребёнка. Музыкально-ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственную перегрузку и утомления. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение. Движение и танец, помогают ребёнку подружиться с другими детьми, даёт определённый психотерапевтический эффект.

### **1.2. Актуальность программы**

Танец – самое любимое массовое искусство. Трудно представить семейное торжество, народное празднество, вечер отдыха без танцев.

Особенно любят танцевать дети. Но любить танец, еще не значит уметь исполнять его. Научиться танцевать очень трудно. Путь к познанию и совершенству танца длинный и сложный, умение приходит не сразу. Помочь ребёнку развить творческие способности, воображение, выразительность движений, пластичность, призван хореограф на занятии.

Данная программа строится на обширном изучении ритмического и русского народного танца, наиболее понятного и доступного детям дошкольникам.

Программа направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить малыша воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально – нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они

развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др. Используются учебно – методические пособия Т.И.Суворовой «Танцевальная ритмика», А.И.Бурениной «Ритмическая мозаика».

**1.3. Новизна образовательной программы «Ритмика для малышей»** - в данной программе интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Обучаясь по ней, в игровой и доступной форме дети научатся владеть своим телом, чувствовать

ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве. Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по ритмике дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себетрудолюбие и терпение.

#### **1.4. Педагогическая целесообразность программы**

Большое количество игровых упражнений, которые придают занятиям увлекательную форму, дают простор творческой фантазии для детей.

#### **1.5. Цель программы:**

состоит в углублении и дифференциации восприятия музыки (выделение средств выразительности, формы), её образов и формировании на этой основе навыков выразительного движения. Необходимо обучить детей умению владеть своим телом, красивой осанке, грациозной походке, умению выступать перед другими, развить координацию, музыкальность, выразительность и мягкость исполнения, развить свою гибкость и выносливость.

#### **1.6. Основные задачи программы**

##### **1 Развитие музыкальности:**

- развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение, характер, понимать содержание.
- развитие музыкального слуха, чувства ритма.
- развитие музыкального кругозора.

##### **2 Развитие двигательных качеств и умений:**

- развитие ловкости, точности, координации движений.
- развитие гибкости и пластичности.
- воспитание выносливости, развитие силы.
- формирование правильной осанки.
- развитие умения ориентироваться в пространстве.
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

##### **3 Развитие творческих способностей:**

- развитие воображения и фантазии.
- развитие способности к импровизации.

##### **4 Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике.
- тренировка подвижности нервных процессов.
- развитие восприятия, воли, памяти, мышления.

##### **5 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 со взрослыми и детьми.

### **1.7. Основные функции программы**

- *Коммуникативная* – направлена на создание условий для развития уровня коммуникативных качеств будущих первоклассников, возможности их продуктивного общения со сверстниками и педагогами.
- *Развивающая* – направлена на развитие самостоятельности, творческих способностей, познавательной активности детей.
- *Корректирующая* – направлена на создание условий для выявления «факторов риска» в дошкольной подготовке конкретного ребёнка, планирование работы по её коррекции и созданию предпосылок успешного обучения в школе.

В основе подготовки к обучению в школе лежат *личностно-ориентированные и развивающие технологии*.

Целью *личностно-ориентированных технологий* являются развитие и формирование в процессе подготовки к обучению активной творческой личности.

*Развивающие технологии* направлены на формирование у ребенка проблемного мышления, на развитие мыслительной активности. Развивающие технологии содержат: *развивающие дидактические игры, развивающие практические задания, творческие упражнения, конструирование, аналитико-синтетические действия*.

Содержание соответствует возрастным особенностям детей старшего дошкольного возраста и составляет основу для использования личностно ориентированных и развивающих технологий. В соответствии с логикой развития ребенка подготовка к школе носит не обучающий, а развивающий характер.

### **1.8. Возрастные особенности детей 6-7 лет**

Дошкольный возраст – возраст бурного развития ребенка во всех аспектах. Развитие происходит, в том числе и на фоне физиологического созревания ребенка. У детей 6- 7 лет укрепляется костно-мышечная система, увеличивается рост, происходит прибавка в весе, заканчивается формирование органов дыхания. Сердечнососудистая система также становится более работоспособной и выносливой. Развивается тормозящая функция коры головного мозга. Появляется возможность управлять своим поведением, которое формируется под влиянием и руководством взрослого, педагога.

Индивидуальные особенности детей 6-7 лет отличаются по степени развития познавательных психических процессов, эмоционально-волевой сферы, личностных черт и качеств.

В возрасте 6 лет у детей появляется произвольное запоминание.

Ребенок начинает сознательно применять для этого многократное

повторение того, что необходимо запомнить. Устойчивее становится внимание. Ребенок способен более сосредоточенно выполнять ту или иную работу, даже если она не очень нравится, но необходима. Ребенок также способен выполнять трудовые поручения взрослых.

Одним из важнейших итогов психического развития в период дошкольного детства должна стать психологическая готовность ребенка к школьному обучению. Показатели готовности к школе следующие: произвольность поведения, уровень развития речи, интеллекта. Мотивации и самооценки, уровень коммуникативных навыков, взаимодействие со взрослыми и со сверстниками, в том числе и деловое.

У детей шестилетнего возраста продолжает развиваться речь, обогащается словарь, совершенствуется грамматический строй речи, интонационная и образная выразительность, связная речь. Формируются навыки культурного поведения. Дети продолжают овладевать художественно-эстетической деятельностью, которая способствует развитию их творчества.

Развитие внимания в старшем дошкольном возрасте связано с появлением новых интересов, расширением кругозора, овладением новыми видами деятельности.

Возраст 6-7 лет считается наиболее благоприятным для развития памяти. В среднем дошкольном возрасте начинает формироваться произвольная память. Степень запоминания зависит от интересов ребенка.

Мышление детей 6-7 лет наглядно-образное. Этот вид мышления соответствует особенностям их жизни и деятельности, задачам, которые возникают перед ними в процессе игры, различных форм творческой деятельности.

В дошкольном возрасте глубокие сдвиги появляются в аффективно-потребностной сфере детской личности. У детей начинается интенсивная «ориентация в основных смыслах человеческой деятельности», освоение задач, мотивов и норм отношений между людьми. Ребенок вступает со взрослыми в новые отношения, которые проявляются в своеобразном комплексе поведения, который охватывает три основные сферы отношений ребенка – к предметному миру, к другим людям и к самому себе. Ребенок сам начинает смотреть на себя глазами взрослого.

При переходе от дошкольного к младшему школьному возрасту, дети начинают овладевать оценочными эталонами, соответствующими социально заданным нормам. Появляются мотивы, связанные с формирующейся самооценкой, самолюбием, - мотивы достижения успеха, соревнования, соперничества, мотивы, связанные с усваивающимися в это время моральными нормами, и некоторые другие.

Важной характеристикой старшего дошкольного возраста является произвольность. Произвольность поведения ребенка проявляется при выполнении требований, конкретных правил, задаваемых педагогом, при

работе по образцу.

Ведущей деятельностью детей 6-7 лет является игра, в которой происходит развитие разнообразных психических процессов. Игра, особенно дидактическая. Становится источником знаний. У детей развиваются умения анализировать; выделять свойства предметов: форму, цвет, размер, строение; сравнивать предметы – устанавливать их сходство и различия. На этой основе происходит их интеллектуальное развитие.

К концу дошкольного возраста у детей должна быть сформирована физиологическая, социальная и психологическая готовность к школе.

Физиологическая готовность к обучению в школе выражается в общем состоянии здоровья ребенка и отдельных функциональных систем организма. В основе физиологической готовности лежит способность ребенка переносить нагрузки, связанные с систематической учебой.

Социальная готовность к обучению в школе – готовность ребенка к новым формам общения с окружающими. При сравнении себя с другими у ребенка появляется самооценка. Сюда также относится понимание своей внешней и внутренней позиции.

Психологическая готовность к обучению в школе определяется уровнем психического развития ребенка и уровнем развития качеств, необходимых для учения.

В возрасте 6-7 лет у ребенка возникает новая структура переживаний, при которой он начинает понимать, что значит «Я радуюсь», «Я голоден», «Я сердит», «Я добрый», «Я злой» и т.д. Отсюда вытекают некоторые особенности, характеризующие кризис 6-7 лет. Также кризис связан с потерей детской непосредственности. Если принять во внимание смену ведущей деятельности, одним из критериев психологической готовности будет появление позиции школьника. В этом смысле проявление кризиса 6-7 лет является одним из показателей готовности ребенка к школе.

### **1.9. Отличительные особенности программы**

**Приоритетные задачи:** развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под музыку, формирование адекватной самооценки.

**Развитие музыкальности:**

- Воспитание интереса и любви к музыке,
- Потребности слушать знакомые произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведение.
- Обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру муз. произведениями.
- Развивать умения выражать в движении характер музыки и ее настроение.
- Развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп- разнообразный (ускорение и замедление),

динамику (усиление и уменьшение звучания), регистр (высокий, средний, низкий), различать 2-3 частную форму произведения.

***Развитие двигательных качеств и умений:***

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже движения.

*Основные:*

- Ходьба- бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, вперед и назад спиной, с высоким подниманием колена, ходьба на четвереньках, с ускорением и замедлением.
- Бег- легкий, ритмичный, передающий различный образ.
- Прыжковые движения- на одной ноге, на двух с продвижением вперед, различные виды галопа, поскок, шаг польки.

*Общеразвивающие упражнения:* на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность, махи, пружинность), упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

*Имитационные движения:* различные образно-игровые движения.

*Плясовые движения:* элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения из современных ритмических танцев, разнонаправленные движения рук и ног, сложные циклические движения: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом.

***Развитие умения ориентироваться в пространстве:*** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары, друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций.

Развитие творческих способностей:

- Формировать умение исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, самостоятельно создавать пластический образ.
- Развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения, оценивать свое исполнение и других детей.

***Развитие и тренировка психических процессов:***

- Развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике- радость, грусть, страх (зайчик испугался, кошка крадется)
- Умение изменять движения в соответствии с различным темпом, формой (по фразам), ритмом музыки.
- Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления- на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия упражнений)

***Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:***

- Воспитание умения чувствовать настроение музыки. Понимать состояние образа.
- Воспитание умения вести себя в группе во время движения, мальчики приглашают девочек на танец, проводить ее на место после танца, извиниться за случайное столкновение, находить себе место, не толкаться.
- Воспитать умение сочувствовать, сопереживать.

#### **1.10. Основные принципы программы:**

- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей дошкольного возраста;
- принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка, а усваиваемые ребенком знания, умения и навыки являются лишь средством достижения этой цели;
- принцип сохранения самоценности детства как значимого этапа в общем развитии человека, самоценность детства – понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий;
- развитие творческой деятельности;
- развитие личностных компетенций;
- поддержка и сохранение здоровья;
- формирование духовно-нравственных установок и ориентаций;
- развитие устойчивой психологической адаптации к новым условиям образования;
- последовательность, доступность, наглядность, индивидуальность, результативность
- сотворчество обучающихся, обучающихся и родителей.

#### **1.11. Сроки реализации программы**

Программа реализуется в течение 7 месяцев.

Обучение детей рассчитано на 28 учебных недель, общее количество учебных часов – 28.

#### **1.12. Формы и режим занятий**

**Форма обучения:** очная

Порядок организации работы по программе «Ритмика для малышей»:

- продолжительность занятий в группах – 35 минут;
- начало занятий – первая неделя сентября текущего учебного года;
- окончание занятий – последняя неделя марта текущего учебного года;
- режим занятий: 1 раз в неделю (четверг):

В содержание занятий включаются следующие **формы работы:** индивидуальная, работа в парах, работа в группах, самостоятельная работа.

**Методы обучения:**

Организация танцевальных занятий обеспечивается рядом **методических приемов**, которые вызывают у детей желание творчества.

**Метод показа.** Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

**Словесный метод.** Методический показ не может обойтись без словесных пояснений.

**Музыкальное сопровождение как методический прием.** Учитель своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.

**Импровизационный метод.** На занятиях постепенно подводить детей к возможности импровизации.

**Метод иллюстративной наглядности.** Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами.

**Игровой метод.** Через игру ребенок лучше все воспринимает. Подборка игр, которые отвечают задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся.

**Концентрический метод.** По мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций возвращаться к пройденному, но уже предлагая все более сложные упражнения и задания.

Создание ситуации успеха для каждого ребенка, создание доброжелательной, творческой атмосферы на занятиях.

### **1.13. Планируемые результаты**

**1.13.1.** К ожидаемым результатам реализации программы относятся:

- обеспечение единых стартовых возможностей будущих первоклассников;
- развитие личности ребенка старшего дошкольного возраста;
- формирование его готовности к систематическому обучению.

**1.13.2.** Личностными результатами является формирование следующих умений:

- определять и высказывать под руководством учителя самые простые общие для всех правила поведения (этические нормы);
- в предложенных учителем ситуациях общения и сотрудничества, опираясь

на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, как поступить (при поддержке учителя);

-при поддержке учителя и окружающих давать оценку своим поступкам и поступкам других людей;

-понимать, что оценка его поступков и мотивов определяется не столько его собственным отношением к самому себе (Я «хороший»), но прежде всего тем, как его поступки выглядят в глазах окружающих людей;

-выражать свои эмоции, соблюдая этические нормы;

-понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

Сформированность положительной мотивации к учебной деятельности: «Я хочу учиться!» - самый желаемый планируемый личностный результат.

**1.13.3. Метапредметными результатами** является формирование следующих универсальных учебных действий (далее по тексту УУД): регулятивных, познавательных, коммуникативных.

Регулятивные УУД:

-учиться определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;

-учиться работать по предложенному учителем плану;

-учиться проговаривать последовательность действий на занятии;

-учиться отличать верно выполненное задание от неверного;

-учиться совместно с учителем и другими ребятами давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности всего класса;

-учиться оценивать результаты своей работы.

Познавательные УУД:

-учиться ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;

-учиться делать выводы в результате совместной работы с учителем;

-учиться преобразовывать информацию из одной формы в другую.

Коммуникативные УУД:

-слушать и понимать речь других;

-учиться ориентироваться на позицию других людей, отличную от собственной, уважать иную точку зрения;

-учиться оформлять свои мысли в устной форме;

-строить понятные для партнера высказывания;

-уметь задавать вопросы, чтобы с их помощью получать необходимые сведения от партнера по деятельности;

-совместно с учителем договариваться с другими ребятами о правилах поведения и общения и учиться следовать им;

-сохранять доброжелательное отношение друг к другу не только в случае общей заинтересованности, но и в нередко возникающих на практике ситуациях конфликтов интересов;

-учиться выполнять различные роли при совместной работе.

**1.13.4.** Предметными результатами является формирование следующих умений:

- ориентироваться в характере, темпе, ритме музыки;
- различать хореографические названия изученных элементов;
- выполнять движения, изученные по программе; воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографические этюды в группе.

Занятия по данной программе будут способствовать: развитию координации движений дошкольников, воображения, отработке механизмов межличностной коммуникации, воспитанию внимательного отношения друг к другу, умению искренне радоваться достижениям своих товарищей, желанию помочь им в преодолении встречающихся трудностей.

**1.14. Формы подведения итогов реализации программы «Ритмика для малышей»:**

После завершения обучения в группе подготовки в школе проводится **итоговая аттестация:**

Способы определения результативности:

- наблюдение за детьми, беседы индивидуальные и групповые, а также беседы с родителями;
- взаимодействие в коллективе: игры, наблюдение, беседы с родителями.

Экспертами в оценке уровня освоения программы, которая осуществляется с помощью метода наблюдения и метода включения детей в деятельность по освоению программы, выступают педагог и педагог-психолог.

## 2. Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной и итоговой аттестации
		всего	теория	практика	
1	Диагностика уровня музыкально-	3	1	2	Пед. наблюдение, беседа

	двигательных способностей детей на начало года.				
2	Классический танец	7	3	4	Пед. наблюдение, беседа
3	Народный танец	7	3	4	Пед. наблюдение, беседа
4	Танцевально-игровые этюды, танцы, логоритмические игры	7	2	5	Пед. наблюдение, беседа
5	Подготовка к итоговому контрольному занятию	4	2	2	Пед. наблюдение, беседа
<b>Промежуточная аттестация</b>					
<b>Итого</b>		28	11	17	

### 3. Календарный учебный график

1	Продолжительность освоения программы	28 недель
2	Начало освоения программы	сентябрь
3	Окончание освоения программы	апрель
4	Регламентирование образовательного процесса (режим работы объединения)	1 день в неделю (четверг) по 1 занятию соответственно Продолжительность занятия - 35 мин.
5	Выходные и праздничные дни	Воскресенье, праздничные дни, установленные Правительством РФ: 4 ноября - День народного единства; 31 декабря, 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 8 января - Новогодние каникулы; 7 января - Рождество Христово; 23 февраля - День защитника Отечества; 8 марта - Международный женский день;

6	Каникулы (сроки, продолжительность)	нет
7	Сроки промежуточной аттестации освоения программного материала обучающимися	

#### 4. Условия реализации программы

**Санитарно-гигиенические требования:** занятия должны проводиться в кабинете, соответствующем пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо также наличие аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи. Кадровое обеспечение: педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее специальное образование по специализации «хореография», а также обладать необходимыми знаниями по детской психологии.

**Материально – техническое обеспечение:** музыкальный центр, коврики для гимнастики.

#### 5. Содержание изучаемых курсов

##### **Вводное занятие.**

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

##### **Партерная гимнастика.**

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? П.э.- это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

### **Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

### **Упражнения для разминки.**

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку.

### **Народный танец.**

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволяют детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность.

### **Классический танец.**

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu, demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

### **Бальный танец.**

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

#### **6.Календарно-тематическое планирование занятий по курсу «Ритмика для малышей»**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения занятия</b>	<b>Форма контроля</b>
1			Очная	1	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.	Малый спортивный зал	Беседа
2			Очная	1	Повторение пройденного материала. Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук)	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
3			Очная	1	Тренинг на умение работать в паре и на чувство партнера.	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
4			Очная	1	Повторение пройденного материала. Классический танец (положения и движения ног).	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
5			Очная	1	Упражнение на импровизацию.	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение,

						ный зал	беседа
6			Очная	1	Ритмический этюд	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
7			Очная	1	Изучение техник движения ног в классическом танце.	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
8			Очная	1	Изучение техник движения ног в классическом танце.	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
9			Очная	1	Изучение техник движения ног в классическом танце.	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
10			Очная	1	Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре).	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
11			Очная	1	Народный танец(движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
12			Очная	1	Народный танец(движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
13			Очная	1	Народный танец(движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).	Малый спортивный зал	Беседа
14			Очная	1	Танцы: «Каратышки», «Осьминог», «Робот Бронислав».	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
15			Очная	1	Танцы: «Каратышки», «Осьминог», «Робот Бронислав	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
16			Очная	1	Игровые тренинга командное чувство и внимание: - "Снежный ком"; - "Придумай ритм"; - "Я-Вы";	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа

					"Говорящая поза» - упражнение "Зеркало".		
17			Очная	1	Игровые тренинга командное чувство и внимание: - "Снежный ком"; - "Придумай ритм"; - "Я-Вы"; "Говорящая поза» - упражнение "Зеркало".	Малый спортив ный зал	Пед. наблюдение, беседа
18			Очная	1	Упражнения на ориентировку в пространстве: «воротца».	Малый спортив ный зал	Пед. наблюдение, беседа
19			Очная	1	Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая). «Русская плясовая».	Малый спортив ный зал	Пед. наблюдение, беседа
20			Очная	1	Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая). «Русская плясовая».	Малый спортив ный зал	Пед. наблюдение, беседа
21			Очная	1	Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).	Малый спортив ный зал	Пед. наблюдение, беседа
22			Очная	1	Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).	Малый спортив ный зал	Пед. наблюдение, беседа
23			Очная	1	Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).	Малый спортив ный зал	Пед. наблюдение, беседа
24			Очная	1	Логоритмические игры: «У оленя дом большой», «Паучина», «Поболоту Пётр шёл».	Малый спортив ный зал	Пед. наблюдение, беседа
25			Очная	1	Логоритмические игры: «У	Малый	Пед.

					оленя дом большой», «Паучина», «Поболоту Пётр шёл».	спортивный зал	наблюдение, беседа
26			Очная	1	Танцевально- игровые этюды: «Шарик-Жучка», «Открываются ворота», «Мы пойдём налево», «Импровизация».	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
27			Очная	1	Танцевально- игровые этюды: «Шарик-Жучка», «Открываются ворота», «Мы пойдём налево», «Импровизация».	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
28			Очная	1	Итоговое занятие	Малый спортивный зал	Пед. наблюдение, беседа
	Итого			28			

Промежуточная аттестация – **итоговое занятие.**

## **7. Показатели качества усвоения ребенком программного материала.**

### **Музыкальность.**

- Умение слушать и понимать музыку.
- Умение двигаться в соответствии с характером музыки.
- Умение определять на слух музыкальные жанры.
- Чувство ритма.

### **Двигательные навыки.**

- Координация движений.
- Ориентирование в пространстве.
- Точность выполнения танцевальных движений.
- Пластичность.

### **Эмоциональная сфера.**

- Выразительность мимики и пантомимики.

### **Творческие проявления.**

- Умение импровизировать под музыку.
- Умение придумывать танцевальные движения в соответствии с задуманным образом.

### **Коммуникативные навыки.**

- Умение вести себя в паре.
- Умение вести себя в коллективе.

### **Проявление некоторых психических процессов.**

- Память.
- Внимание.
- Подвижность нервных процессов.

### **Диагностические критерии.**

Критерии	Высокий уровень	Средний уровень	Уровень ниже среднего
Музыкальность	1. Слушает внимательно до конца муз. отрывок. Умеет высказаться о характере и темпе данного отрывка. 2. Двигается в соответствии с характером музыки. 3. Узнает на слух знакомые	1. Слушает муз. отрывок, отвлекаясь. Высказывается о характере и темпе данного отрывка с помощью наводящих вопросов. 2. Не всегда двигается в соответствии с характером музыки.	1. Не может дослушать муз. отрывок до конца, все время отвлекается. С трудом высказывается о характере и темпе данного отрывка. 2. Двигается под музыку не в характере. 3. Не узнает на слух знакомые

	<p>танцевальные мелодии</p> <p>4. Чувствует метрическую пульсацию и двигается в соответствие с ней.</p>	<p>3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии с подсказкой.</p> <p>4. Не всегда чувствует метрическую пульсацию и двигается в соответствие с ней.</p>	<p>танцевальные мелодии.</p> <p>4. Не чувствует метрическую пульсацию, двигается не ритмично.</p>
<p>Двигательные навыки</p>	<p>1. Легко координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях.</p> <p>2. Ориентируется в пространстве, знает «право-лево», «ближе-дальше» по отношению к предметам, не путает «вперед-назад.»</p> <p>3. Точно выполняет предложенные танцевальные движения.</p> <p>4. Пластично двигается в медленном темпе.</p>	<p>1. Координация рук и ног в танцевальных упражнениях затруднена.</p> <p>2. Не всегда ориентируется в пространстве. Путает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад».</p> <p>3. Выполняет предложенные танцевальные движения с ошибками.</p> <p>4. Испытывает трудность при выполнении плавных движений в медленном темпе.</p>	<p>1. не координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях.</p> <p>2. Не ориентируется в пространстве. Не знает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад».</p> <p>3. Коряво и не точно выполняет предложенные танцевальные движения.</p> <p>4. Двигается не пластично.</p>
<p>Эмоциональная сфера</p>	<p>1. Выразительно и эмоционально</p>	<p>1. Немного скован, не всегда проявляет эмоции при</p>	<p>1. Не эмоционально и вяло исполняет</p>

	исполняет образные движения.	исполнении образных движений.	образные движения.
Творческие проявления	<p>1. Легко и с удовольствием импровизирует под музыку предложенные игровые ситуации и образы животных.</p> <p>2. Активно помогает придумывать танцевальные движения в соответствии с задуманным образом.</p>	<p>1. Импровизирует предложенные игровые ситуации и образы животных по образцу.</p> <p>2. Не проявляет инициативу в придумывании танцевальных движений.</p>	<p>1. Отказывается или не может импровизировать предложенные игровые ситуации и образы животных.</p> <p>2. Не помогает придумывать танцевальные движения.</p>
Коммуникативные навыки	<p>1. Умеет правильно пригласить (проводить), приветствовать партнера, встать красиво в пару и сохранять это положение на протяжении всей композиции(танца).</p> <p>2. Уважительно относится к товарищам, не толкается, соблюдает</p>	<p>1. Не всегда правильно приглашает(проводит), приветствует партнера. В паре не может сохранять положение до конца композиции (танца).</p> <p>2. Не всегда проявляет чувство такта по отношению к товарищам, торопится, не соблюдает очередность. Не может долго сохранять</p>	<p>1. Не умеет правильно пригласить(проводить) партнера, забывает приветствовать его. Не держит позицию «партнер-партнерша» в композиции (танце).</p> <p>2. Неуважительно относится к товарищам, толкается, не соблюдает очередность. Требуется</p>

	<p>очередность и дистанцию. Сохраняет спокойствие, когда внимание педагога направлено на другого ребенка.</p>	<p>спокойствие при отсутствии к себе внимания.</p>	<p>повышенного внимания к себе.</p>
<p>Проявление некоторых психических процессов</p>	<p>1. Без труда запоминает танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца.</p> <p>2. Внимателен на занятиях, не отвлекается во время исполнения танцевальных элементов и танцев.</p> <p>3. Понимает объяснения, условия игры сразу, достаточно точно может воспроизвести движения одновременно с показом педагога.</p>	<p>1. Запоминает танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца после многочисленных повторений.</p> <p>2. Отвлекается на занятиях, не всегда внимателен во время исполнения танцевальных элементов, танцев.</p> <p>3. Понимает объяснения, условия игры не сразу, воспроизводит движения одновременно с показом педагога не точно, с трудом.</p>	<p>1. Не может запомнить танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца.</p> <p>2. Невнимателен на занятиях, все время отвлекается во время исполнения танцевальных элементов, танцев.</p> <p>3. С трудом понимает объяснения, условия игры, не может воспроизвести движения одновременно с показом педагога.</p>

### Результаты реализации программы:

-дети умеют ориентироваться в пространстве;

- правильно и выразительно выполнять основные движения под музыку, танцевальные элементы, характерные и образные движения;
- сочинять собственные танцевальные и музыкально - игровые импровизации на предложенную музыку;
- выполнять ритмические упражнения с музыкальным заданием;
- различать простейшие музыкальные понятия, понимать характер музыкального образа;
- выразительно двигаться в соответствии с характером и ритмом музыки.

## **8. Методическое обеспечение программы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- М., 2010
2. Боголюбская. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах (учебно- методическое пособие). М., 2015
3. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – Спб., 2012
4. Буренина А.И. «Коммуникативные танцы – игры для детей» Санкт-Петербург 2004г.
5. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. –М., 2012
6. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5-7 лет. – М., 2004
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2015
8. Загвязинский В.И. Исследовательская деятельность педагога. – М., 2006.
9. Калинина О.Н. Прекрасный мир танца. Харьков, 2012
10. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., 2011
11. Лисенкова И.Н. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах.- М., 2010
12. Методическое пособие Программа педагога дополнительного образования: от разработки до реализации. Сост. Н. К. Беспятова. – М., 2003
13. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. - М., 2001. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М., 2000
14. Пуртова Т.В и др. Учите детей танцевать.- М., 2003

15. Слущкая С.Л. «Танцевальная мозаика» Москва 2006г.Суворова Т.И. «Танцуй, малыш» выпуск 1,2 Санкт-Петербург 2006, 2007гг.
16. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 1 Санкт-Петербург 2004г.
17. Суворова Т. И. «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 2 Санкт-Петербург 2005г.
18. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 3 Санкт-Петербург 2006г.
19. Ярмолович Л. Классический танец. 1-2 классы. – Л., 2009

**Используемая методическая литература на электронном носителе:**

1. Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина «Са-фи-дансе» Танцевально-игровая гимнастика длядетей» Санкт-Петербург, «Детство – ПРЕСС» 2000г.
2. Л. А. Соколова «Детские олимпийские игры» Волгоград
3. Л. И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплекс упражнений для детей 3-7 лет» Мозаика – Синтез 2013г.

**Сайты в помощь учителю и родителям будущих первоклассников:**

1. [www.методцентр.рф](http://www.методцентр.рф)– Комплексная служба психолого-педагогического и социального сопровождения.
2. [www.defectolog.ru](http://www.defectolog.ru)– сайт для дефектологов и логопедов.
3. [www.raskrasko.ru](http://www.raskrasko.ru)– обучающие раскраски на разные темы.
4. [www.raskraska.com](http://www.raskraska.com)– раскраски на разные темы.
5. [www.twirpx.com](http://www.twirpx.com)– рабочие тетради для дошкольников.
6. [www.proshkolu.ru](http://www.proshkolu.ru)– портал для учителей, содержащий методические материалы.
7. [www.pedmir.ru](http://www.pedmir.ru)– сайт практической направленности, содержащий разработки уроков, презентации.
8. [www.prozagadki.ru](http://www.prozagadki.ru)– разные загадки, в том числе и математические, на одну букву, с подвохом, ребусы.
9. [www.korogovor.ru](http://www.korogovor.ru)– скороговорки на определённуюбукву.
10. [www.detsad-kitty.ru](http://www.detsad-kitty.ru)– практический материал для воспитателей, родителей и учителей.
11. [www.detgazeta.ru](http://www.detgazeta.ru)– детская газета.
12. [www.cofe.ru](http://www.cofe.ru)– детский сказочный журнал«Почитай-ка».
13. [www.skazochki.narod.ru](http://www.skazochki.narod.ru)– сайт «Детский мир». Детские песни, мультфильмы, загадки и др.
14. [www.vidod.edu.ru](http://www.vidod.edu.ru)– Федеральный портал «Дополнительное образование

детей».