

муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 68» города Ярославля

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом № 1
Протокол № 1
от 31.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МДОУ «Детский сад № 68»
/А.В. Сородина/
Приказ №. 04-03/138 от 31.08.2022



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
хореографический ансамбль
«Карамель»
по предмету «Ритмика»**

срок реализации программы 1 год
возраст обучающихся 6-7 лет

Ярославль
2022 г.

Структура программы хореографический ансамбль «Карамель» по предмету «Ритмика»

I. Пояснительная записка

- 1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- 2. Срок реализации учебной программы;*
- 3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебной программы;*
- 4. Форма проведения учебных аудиторных занятий;*
- 5. Цели и задачи учебного предмета.*
- 6. Методы обучения*
- 7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета*

II. Содержание учебной программы

- 1. Сведения о затратах учебного времени (таблица с количеством часов, содержание разделов)*
- 2. Учебно-тематический план*

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Формы и методы контроля

V. Методическое обеспечение учебного процесса

VI. Список учебно-методической литературы

I. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Среди множества форм художественного воспитания детей особое место занимает хореография. Танец - многогранный инструмент воздействия на личность ребенка. Предмет «Ритмика» позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психологического развития ребенка. В игровой форме происходит развитие творческих способностей детей, формируются личностные качества: сила воли, выносливость, трудолюбие, упорство. Именно эти функциональные особенности предмета определяют его актуальность и востребованность в системе дополнительного образования и развития детей.

2. Срок реализации учебной программы

Срок реализации учебной программы хореографический ансамбль «Карамель» составляет 1 год. Принимаются дети в возрасте 6-7 лет.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебной программы

Название предмета	Количество часов в неделю
Ритмика	1
Гимнастика	1
Всего:	2
Всего учебных недель	36
Всего часов за учебный год	72

4. Форма проведения учебных и аудиторных занятий

Реализация учебного плана по программе «Ритмика» проводится в форме групповых занятий численностью от 4 до 20 человек. Занятия проводятся два раза в

неделю по два академических часа. Продолжительность одного академического часа для детей 6-7 лет составляет 30 минут.

5. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи :

- овладение основами музыкальной грамоты;
- формирование танцевальных умений и навыков в соответствии программными требованиями;
- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- приобщению к здоровому образу жизни;
- формирование правильной осанки;
- развитие творческих способностей;
- развитие темпа – ритмической памяти учащихся

Развивающие задачи:

Развитие музыкальности:

- развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

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

Развитие творческих способностей:

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации в движении.

Развитие и тренировка психических процессов:

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

Воспитательные задачи:

Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения вести себя в группе во время движения;
- формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

6. Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

Наглядный:

- наглядно – слуховой приём;
- наглядно- зрительный приём.

Исполнение музыки должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать: сравнительно легко продемонстрировать действие отдельных персонажей – образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные хороводные рисунки.

Словесный:

- рассказ;
- объяснение;
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца и др.

Беседа о характере музыки, средствах её выразительности, объяснение, рассказ, напоминание, оценка и т.д. Этот метод широко применяется в процессе обучения ритмике как самостоятельный так и в сочетании с наглядным и практическим методами.

Применение его своеобразно тем, что состоит в выборе отдельных приёмов и в дозировке их в зависимости от формы занятий и возрасте детей. Так, к образно – сюжетному рассказу чаще прибегают при разучивании игры, к объяснению, напоминанию в упражнениях, танцах.

Практический:

- игровой прием;
- детское «сотворчество»
- фиксация отдельных этапов хореографических движений и др.

При использовании практического метода особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега,

поскоков, подпрыгиваний, манипуляций с предметами и т.д., а затем включать их в игры, пляски и хороводы.

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задачей учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

7. Материально-технические условия реализации учебного предмета

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

Для реализации данной программы необходимы следующие условия: хореографический зал для занятий с наличием специальных зеркал, хореографических станков, инвентаря (коврики, мячики, скакалки, обручи и т.д.)

II. Содержание учебной программы

1. Учебно-тематический план

Программа осуществляется во время групповых занятий (от 4 до 20 человек).

№	Наименование раздела	Аудиторные занятия (кол-во часов в неделю)
1	Ритмика	6
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	7
3	Упражнения с музыкально-шумовыми инструментами (ложки)	6
4	Упражнения с предметами танца	6
5	Классика в партере	14
6	Танцевальные комбинации	8
7	Партерная гимнастика	15
8	Музыкальная азбука	8
9	Открытые уроки, выступления	2
Итого:		72

2. Содержание разделов

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые в той или иной степени взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии ребенка.

Первый раздел «Ритмика»

Это комплексы несложных общеразвивающих упражнений, которые выполняются, как правило: без пауз для отдыха, в быстром темпе, определяемой современной музыкой. Главную притягательность ритмической гимнастики оставляет эта ее основная особенность — музыка, подчинение движений ее ритмам. Музыкальные ритмы облегчают выполнение упражнений, подавляют утомление, усиливают удовольствие от игры мышц, создают особый, радостный настрой.

Второй раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве»

Второй раздел основан на обучении ребенка ориентироваться на танцевальной площадке, в основных рисунках танца, в паре, держать интервалы в линии, колонне, круге, что в дальнейшем позволяет ребенку свободно чувствовать себя на сцене.

Третий раздел «Упражнения с музыкально-шумовыми инструментами»

Развивает музыкальный слух, ритм, музыкальную память, формирует навыки вербального и невербального общения, формирует готовность и умение действовать в коллективе, развивает навыки мелкой и крупной моторики, а также слуховые, зрительные, тактильные способности к восприятию.

Четвертый раздел «Упражнения с предметами танца»

Упражнения с предметами более насыщенно, интересно и разнообразно позволяют донести до ребенка предмет «Ритмика». Дети развивают моторику рук и координацию движения. Эти навыки необходимы для подготовки ребенка к более сложным движениям и комбинациям. Преподаватель в соответствии с возрастными особенностями подбирает тот или иной предмет и разучивает упражнения.

Пятый раздел «Классика в партере»

Данная методика позволяет проучить основные элементы классического танца в положении лёжа и сидя на полу, что даёт ребёнку почувствовать и выстроить «квадрат» корпуса в правильной плоскости, а также уделить максимум внимания работе стопы, колена и бедра рабочей ноги. Отработанные на полу движения разгружают ум ученика и позволяют уделять больше внимания корпусу, положениям рук и головы в экзерсизе у станка и на середине зала, что позволяет

избежать рутинности повторений азов в чистом виде и внести разнообразие и танцевальность, вдохновляя юных танцоров к дальнейшему старанию и развитию.

Шестой раздел «Танцевальные комбинации»

Приобщение детей к творчеству- одна из важнейших задач ритмики. Овладев танцевальными элементами, дети смогут исполнять их комбинации, не сложные композиции.

Седьмой раздел «Партерная гимнастика»

Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов.

Восьмой раздел «Музыкальная азбука»

Учебный предмет «Музыкальная азбука» является частью дополнительной общеразвивающей программы в области хореографического искусства, способствует формированию у учащихся эстетических взглядов, нравственных установок и потребности общения с духовными ценностями, произведениями искусства; воспитанию активного зрителя, участника творческой самодеятельности.

Девятый раздел «Открытые уроки», «Выступления»

Является реальным и объективным показателем знаний, умений и навыков детей, полученных в конкурентный период обучения. Открытые уроки проводятся в игровой, постановочной форме.

Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов
I.	Ритмика	6
1	Ритмическая гимнастика	
2	Ритмический рисунок	
3	Строевые упражнения	
4	Специальные упражнения для согласования движений с	

	музыкой.	
5	Ходьба, бег, прыжки	
II.	Упражнения на ориентировку в пространстве	7
1	Диагональ	
2	Круг в круге	
3	Колонны	
4	Звездочка	
5	Дозадо	
III.	Упражнения с музыкально-шумовыми инструментами	6
1	Ударные (ложки)	
2	Звонящие (бубны, колокольчики, бубенцы, трещотки)	
IV.	Упражнения с предметами танца	6
1	Упражнения с платком	
2	Упражнения с лентой	
3	Упражнения с обручем	
V.	Классика в партере	14
1	Работа стопы (вытянуть, сократить)	
2	Поднимание ног на 15гр от пола, Работа стоп на воздухе.	
3	«Ножницы» в воздухе	
4	Упражнение на отведение, приведение из положения сидя в складочку.	
5	Упражнение на отведение, приведение из положения сидя и лежа.	
6	Упражнения для гибкости и выворотности тазобедренного, коленного, голеностопного суставов	
7	Упражнения, направленные на гибкость позвоночника и мышц спины.	
8	Маховые движения положения сидя.	
9	Упражнения на координацию рук и ног, повороты головы, работы корпуса и рук.	
VI.	Танцевальные комбинации	
1	Парные и массовые комбинации на середине зала	
VII.	Партерная гимнастика	8
1	Упражнения для стоп, работа над выворотностью стопы	
2	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса	15
3	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	
4	Упражнения на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов	
5	Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног	
6	Упражнения на укрепление позвоночника	
7	Упражнения на укрепление стоп	

8	Упражнения для тренировки равновесия	
VIII.	Музыкальная азбука	
1	Ансамбль. Виды ансамблей: танцевальный, вокальный, инструментальный.	
2	Знакомство с музыкальными инструментами	8
3	Знакомство с композиторами и балетмейстерами	
IX.	Выступления	

III. Требования к уровню подготовки учащихся

Ученики к концу учебного года имеют следующие знания, умения, навыки и могут:

- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать правила постановки корпуса;
- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;

Требования к уровню подготовки детей

Результатом освоения программы «Ритмика», является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знания основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знания и понятия лада в музыке (мажор и минор) и умение отображать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовать движения со строением музыкального произведения;

- навыки двигательного воспроизведения ритмических движений посредством воспроизведения ударом в ладоши и музыкального инструмента;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями;
- навыки игры на музыкальных инструментах в сочетании с музыкально-танцевальными упражнениями.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

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 следующие формы проверки результатов:

- участие детей в творческих постановочных работах;
- открытые кроки, мастер-классы с целью реальной объективной оценки знаний, навыков и умений, полученных за конкретный период обучения;
- метод педагогических наблюдений (в течение всего периода обучения).

Контроль успеваемости детей проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

2. Основные оценочные параметры

- уровень знаний, умений, навыков, получаемых детьми
- степень развития интеллектуальных, художественно-творческих способностей ребенка, его личностных качеств
- поведение во время занятия

3. Критерии оценки:

Устное поощрение ребенка, поощрение в виде наклеек.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

При организации и проведении занятий по предмету «Ритмика» необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.

- принципа доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям.

От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;

- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

VI. Список рекомендуемой литературы

1. Барышникова Т. Албука хореографии, М.,2000
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика, СПб, 2000
3. Горшкова Е.В. От жеста к танцу, М., Издательство «Гном и Д»,2004
4. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в 1 и 2 классах музыкальной школы. Выпуск 1. Издательство «Музыка». М.,1972
5. Конорова Е.В. Занятия по ритмике в 3 и 4 классах музыкальной школы. Выпуск 2. Издательство «Москва», М., 1973
6. Конорова Е.В. Танец и ритмика. М: Музгиз,1960
7. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1.М.: Музгиз,1963, 1972, 1979
8. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа», 1998
9. Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу; развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии; программа для образовательных учреждений дополнительного образования. Москва2008
10. Пинаева А.Е. «Ритмика и танец»; примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы) Москва 2006
11. Бондаренко Л. Ритмика и танец. Киев 1972
12. Пинаева Е.А. Сюжетно-образные композиции для детей, учебно-методическое пособие. Пермь 2007
13. Пинаева Е.А. Детские образные танцы, учебно-методическое пособие. Пермь 2007
14. Константинова Л.Э. Игровой стретчинг. СПб 1993
15. Зимица А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. Москва 1998
16. Савинкова О.В., Полякова Т.А. Раннее музыкально-ритмическое развитие детей. Москва 2003
17. Т. И. Калашникова. Программа музыкально-ритмического воспитания. – ИГПК №1, 2007.
18. Ветлугина Н. А. Музыкальное развитие ребенка. — М.: Просвещение,
19. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. — М., 1960.
20. Лисицкая Т. Пластика, ритм. — М.: Физкультура и спорт, 1985.
21. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. — М.: Академия, 1999.
22. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. Москва, Просвещение, 1991
23. Костровицкая В. Сто уроков классического танца, СПб., 1999.
24. Урунтаева Г. Дошкольная психология, Москва, 1996 .

25. Ветлугина Н.А. Эстетическое воспитание в детском саду, Москва, 1985.
26. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие, Москва, Владос, 2008)
27. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство- пресс, 2001.
28. Барышникова Т. Азбука хореографии, Москва: Айрис Пресс, 1999.
29. Ритмическая мозаика - Буренина А.И.(г. Санкт – Петербург, 2000)
30. Ладушки «Потанцуй со мной дружок» - Каплунова И., Новоскольцева И.
31. «Са-фи-дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей – Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г., Центр "Детство", 2000;
32. «Расскажи стихи руками» - Егоров В. (г. Москва 1992 года)
33. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г.