

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ОМСКА  
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ОМСКА  
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ОКТЯБРЬСКОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

БОУ ДО г. Омска «ДДТ ОАО»

*Григорьев* Ю.В. Плоцкая

«16» сентября 2016 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Ритмика. Веселый башмачок»

**Направленность: социально-педагогическая**

Срок реализации – 1 год

Возраст учащихся – 5 - 6 лет

Разработчики:

**Юрковская К.Ю.**, педагог

дополнительного образования;

**Дудакова Н.В.**, ст. методист

Принято на методическом Совете

«16» сентября 2016 года,

протокол № 1

Председатель методического Совета

*Лукавская* В.И. Лукавская

Омск, 2016 г.

## Пояснительная записка

Дошкольный возраст – один из важнейших периодов в жизни каждого ребенка. Именно в это время закладываются основы здоровья, нравственного, физического, эстетического развития, формируется личность человека, и потребность в двигательной активности резко возрастает.

Наблюдаемый в настоящее время хронический дефицит двигательной активности детей тормозит нормальное физическое, эмоциональное, интеллектуальное развитие дошкольников. Музыкально- ритмические игры, танцевальные движения, хореографические упражнения позволяют решить целый комплекс важных задач в работе с дошкольниками: удовлетворить их потребность в движении и стабилизировать эмоции; научить владеть своим телом; развивать не только физические, но и умственные, и творческие способности; формировать положительные черты характера и т. д.

Активная музыкально- ритмическая деятельность тренирует нервную систему ребенка, способствует уравниванию процессов возбуждения и торможения, совершенствует процессы развития внимания, памяти, мышления, ориентирования в пространстве.

Образовательная программа «Ритмика» отвечает интересам и потребностям ребенка в творческой деятельности, физическом развитии, двигательной активности, признании и самореализации и поможет сформировать у ребенка устойчивые потребности в физической активности, ценностные ориентации на сохранение и укрепление здоровья.

Программа «Ритмика» разработана с учётом примерных требований к содержанию и оформлению образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей от 11.12.2006.

Направленность программы - социально- педагогическая, физкультурно-оздоровительная.

Программа «Ритмика» является модифицированной, базируется на основных идеях Программы развития и воспитания в детском саду «Детство», Логинова В.И. и др. (Санкт-Петербург, издательство «Акцидент 1996г.), учебно- методическом пособии Пустовойтовой М. Б. «Ритмика для детей:» - М.: ВЛАДОС, 2008, а также на

учении А.Н. Леонтьева о деятельности как основе формирования личности, личностно- ориентированной педагогике И.С. Якиманской.

Программа " Ритмика" адресована детям 5(6-лет, реализуется на базе УДО, срок реализации - 2 года. Количество детей в группе 10-12 человек,

Продолжительность каждого занятия - 25 минут.

Учебный план рассчитан на 36 часов в год , 1 час в неделю.

В течение года возможен дополнительный набор воспитанников, которые попадают в группу года обучения сообразно возрасту.

**Цель программы:** Развитие творческих способностей ребёнка средствами ритмических упражнений

**Задачи:**

- формирование четкости, точности движений.
- Развивать мышечное чувство, пространственную ориентировку и координацию.
- Развивать чувство ритма, музыкальный слух и память.

Задачи решаются через ознакомление детей с различными видами деятельности: музыкальные игры, музыкально- шумовой оркестр, простые танцевальные движения, танцы с атрибутами.

### Основные принципы программы:

- ✓ Принцип психологического комфорта (общение, взаимопонимание, поддержка в отношениях между детьми и педагогом),
- ✓ Принцип природосообразности (учёт возрастных особенностей ребёнка),
- ✓ Принцип «Минимакса» (обеспечение возможности для индивидуального продвижения каждого ребёнка собственным темпом,
- ✓ Принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа,
- ✓ Принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;

### Методы, формы:

**Метод активного слушания** музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.

**Метод наглядного восприятия**, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

**Метод практического обучения**, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

### Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

### Организация образовательного процесса

Основной формой организации образовательного процесса является групповое учебное занятие. Также сообразно календарным датам проводятся занятия- праздники, на которых дети показывают свои умения, такие занятия включены в учебно- тематический план

Структура занятий включает в себя три основные части:

**подготовительную, основную, заключительную.**

**Подготовительная часть занятия**

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе.

Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

**Методические особенности.** Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

**Основная часть занятия.** Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций, музыкальные, ритмические игры, игра на музыкально-шумовых инструментах, музицирование в музыкальном оркестре и т.д.

**Средства основной части занятия:** упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы современного, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

**Методические особенности.** На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

**Заключительная часть занятия.** Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

**Методические особенности.** В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогают учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

### **Ожидаемые результаты по программе и способы определения их результативности:**

В ходе реализации программы предполагается продвижение детей в развитии

1. музыкального восприятия (определение характера мелодии, момента изменения мелодии, музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4, знать понятие о такте, слабую и сильную доли(опрос на занятии)

2. чувства ритма (игра- тест «Повтори ритм»),

3. умений играть на музыкально- шумовых инструментах (наблюдение на занятии)

4. умений согласовывать музыку с движением, двигаться в такт музыке (наблюдение на занятии) игра «Повтори движение»

5. знаний из области хореографии (основные танцевальные движения, постановка ног, техника исполнения, умение правильно выполнить движение) Определяется методом наблюдения в учебной деятельности, на занятии- празднике

**Форма подведения итогов реализации программы – открытое занятие.**

Программой предусмотрены открытые занятия 2 раза в год для родителей, что является элементом внешней экспертизы качества образовательного процесса.

#### **Разделы программы:**

- Музыкальные игры-10 часов в год
- Музыкально- шумовой оркестр- 7 часов в год
- Простые танцевальные движения – 10 часов в год
- Танцы с атрибутами- 9 часов в год

Основной раздел отражён в теме занятия, но элементы каждого раздела присутствуют в каждом занятии. Теоретическая и практическая часть в занятии делятся поровну, что также исключает перегрузку детей.

Занятия чередуются по темам, что позволяет исключить перегрузку детей, поддерживает интерес к деятельности. Основной раздел отражён в теме занятия, но элементы каждого раздела присутствуют в каждом занятии.

## Учебно- тематический план

№	Тема	Содержание	Кол-во часов		
			теория	практика	итог
1	«Здравствуй, ритмика»	Игра «Давай познакомимся», игра «Меня зовут...», «Я умею так». Правила технической безопасности.	0.5	0.5	1
2	«Кто шагает дружно»	Игра «Марш вперед-назад». Считаем раз-два, раз-два.	0.5	0.50	1
3	«Шире круг»	Разучивание танца: большой круг, маленький круг, построение.	0.5	0.5	1
4	«Мой любимый звонкий мяч»	Игра «Прохлопай ритм»- передаем мяч в ритме. (быстро-медленно)	0.5	0.5	1
5	«Весёлый звонок»	Игра «Звенит звонок, молчит». Игра «Положи колокольчик»	0.5	0.5	1
6	«Часы»	Музыкально-ритмическая гимнастика «Часы». Развитие метро-ритма 1-2-3-4.	0.5	0.5	1
7	«Похлопаем в ладоши»	Пальчиковая разминка-гимнастика. Ритмическая гимнастика «Пальчики»	0.5	0.5	1
8	«Игралочка»	Игра «Робин-бобин». Игра «Капуста». Игра «Машина».	0.5	0.5	1
9	«Любим воду»	Игра «Плывём», Игра «Ныряем», Игра «Бегаем по песку».	0.5	0.5	1
10	«Топаем и шагаем»	Пляска «Ходят, ходят малыши».	0.5	0.5	1
11	«Полька-полечка»	Пляска «Моя полечка». Разучивание шаг переменный, поскоки. Игра «Зайчика серенький».	0.5	0.5	1
12	«Цирк, цирк, цирк»	«Играем в цирк» изображаем клоунов в колпаках, прыгаем как собачки, ходим как слоны, изображаем дрессировщиков.	0.5	0.5	1
13	«Заиграй весёлый бубен»	Танец «Весёлый бубен». Игра «Кто первый возьмёт бубен». Играем в бубен громко-тихо	0.5	0.5	1
14	«Вальс-вальс»	Танец «С листочками». Лёгкий бег на носочках с листочками; кружение, наклоны на счёт 1-2-3.	0.5	0.5	1
15	«Русские ложкари»	Русская народная песня «Ах, вы сени...» Отмечаем сильную долю, слабую долю, все доли	0.5	0.5	1
16	«Танцуем с песней»	«Огородная-хороводная» изображаем капусту, лук, морковь. У каждого персонажа свои движения. Атрибуты-шапочки.	0.5	0.5	1
17	«Раз-два»	Игра «Весёлый ветер», марш «Вперед-назад».	0.5	0.5	1
18	«Игралочка»	Игра «Собери кружок», «Кто первый возьмёт платок».	0.5	0.5	1
19	«Заплетись плетень»	Русская народная игра «Плетень». Чья шеренга быстрее построит «плетень»	0.5	0.5	1
20	«Ты лети, лети»	Игра «Собери шары». По сигналу	0.5	0.5	1

	мой шар»	каждая команда должна собрать шары определённого цвета. Кто быстрее.			
21	«Лошадки»	Разучивание движения прямой галоп по диагонали. Игра «Лошадки». В руках палочки, изображаем «лошадку»	0.5	0.5	1
22	«Заходи к нам в магазин»	Игра «Игрушки», «Машина»- топаящий шаг, «Паровоз»-бег, «Барабан»- шаг 1-2-3; «Зайчик»-прыжки, «Лиса»- ходьба на носочках.	0.5	0.5	1
23	«Музыка подскажет»	Под разную музыку делаем соответствующие движения. Марш-шагаем, полька-поскоки, вальс-кружимся.	0.5	0.5	1
24	«Погремим, постучим»	Игра «Постучи как я», игра «Колокольчик зазвени».	0.5	0.5	1
25	«Ленты разные у нас»	«Игра с розовыми лентами», «Игра с зелёными лентами», «Вальс с лентами »	0.5	0.5	1
26	«Зажигаем фонари»	Пляска «Новогодние фонарики». Хоровод.	0.5	0.5	1
27	«С песенкой танцуем»	Музыкально-ритмическая композиция «Миру-мир», «Шире круг»- ленточный фейерверк.	0.5	0.5	1
28	«Логоритмика»	Упражнения «Чемоданы собираем», «Мама спит», «Руки вверх».	0.5	0.5	1
29	«Палка-палка вырубалка»	Игра «Палочка-вырубалочка», игра «Перепрыгни через палку».	0.5	0.5	1
30	«Ловишки»	Игра «Будь ловким», игра «Не выпустим».	0.5	0.5	1
31	«Дирижер»	Дирижер берет разные инструменты и играет на них, остальные должны повторить.	0.5	0.5	1
32	«Телефонная линия»	Передается ритмический рисунок из знакомой песни. Дети этот рисунок прохлопывают.	0.5	0.5	1
33	«А у нас в садочке»	Игры «Цветок растёт», «Цветок качается», «Цветок вянет»	0.5	0.5	1
34	«Узнай меня»	Игра «С бубном»- у кого оказался бубен, тот танцует.	0.5	0.5	1
35	«Загадочные ритмы»	Игра с бумажными листочками-концентрация внимания.	0.5	0.5	1
36	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ	Демонстрация умений и навыков за учебный год.	-	-	1
	Итого:		18	18	36
	Всего 36 часов				

## Условия реализации программы:

### *Кадровые:*

- педагог дополнительного образования, имеющий опыт работы с детьми дошкольного (младшего школьного) возраста,

### *Материально-технические*

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;

- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, наличие аудиозаписи танцев, разминок,
- Наличие обуви для занятий (чешки);
- Коврики по количеству детей
- 

### *Дидактические*

- Музыкальные и шумовые инструменты (бубенцы, колокольчики, кастаньеты, маракасы, бубны, деревянные палочки, трещотки, барабаны разных размеров
- Наглядный материал для сюжетных занятий,
- Мягкие игрушки- герои на занятии (наглядность),
- Атрибуты для танцев: куклы, лопатки, султанчики, цветы искусственные, ветки с листьями, снежки, снежинки, погремушки, игрушки «Зайцы», «Машинки», зонтики- по количеству детей в группе.

## Методическое обеспечение программы:

1. конспекты занятий по темам,
2. сценарии открытых занятий,
3. раздаточные листы по темам занятий,
4. Раздаточные карточки («Определи характер мелодии», «Весело, грустно»)
5. Набор карточек «Повтори ритм»,
6. Сценарии открытых занятий, занятий- праздников,
7. Диагностическая карта по определению эффективности программы (мониторинг образовательной деятельности).

## Ожидаемые результаты реализации программы «Ритмика»

К концу обучения по программе «Ритмика» ребёнок сможет:

1. Играть на музыкально- шумовых инструментах по правилам, схемам а также импровизировать сообразно музыкальному произведению
2. Знать названия основных танцевальных движений, показывать их, определять неточности в собственном и чужом исполнении, понятия сильная и слабая доля, такт, основные танцевальные размеры,
3. Участвовать в исполнении простых танцев с атрибутами, танцев с построениями
4. Правильно выполнять различные перестроения.
5. Исполнить комбинации из изученных движений.

Реализовывать собственные творческие замыслы в исполнении разных танцев, выборе образных и других движений.



### Литература для педагогов и родителей:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - М.: Айрис Пресс, 1999.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей.
3. 2 изд. испр. и доп. – СПб : ПОИРО. 2000 г.
4. Громов Ю. «Танцуйте дети» – Чебоксары 2002 г.
5. Дереклеева Н. И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1 – 5 классы». – М.: ВАКО, 2007.
6. Добовчук С. В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие» - М.: МГИУ, 2008
7. Коренева Т. Ф. «Музыкально-ритмические движения» для детей дошкольного и младшего школьного возраста 1-2 часть. Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС» 2001 г.
8. Костровицкая В. «100 уроков классического танца» Ленинград «Искусство» ленинградское отделение 1981 г.
9. Пустовойтова М. Б. «Ритмика для детей: учебно методическое пособие» - М.: ВЛАДОС, 2008
10. Пуртова Т. В., Беликова А.Н. «Учите детей танцевать» «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС». 2003 г.
11. Шершнева В. Г. «От ритмики к танцу» - М., 2008