

ПРИНЯТО

На педагогическом Совете

МБДОУ «Детский сад № 109»

Протокол № 1 от 19.09.2020 года

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ «Детский сад № 109»

И.И. Филиппова

Приказ № 52 от 19 сентября 2020 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«РИТМОПЛАСТИКА»

Возрастной диапазон: 3 - 7 лет.
Срок реализации программы: 4 года

Составитель:
Емельянова Елена Вячеславовна
педагог дополнительного образования

Иваново- 2020г.

1. СТРУКТУРА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

2.

1.	Целевой раздел
	Пояснительная записка
	Цели и задачи с учетом ФГОС
	Основные принципы и подходы к формированию программы
	Цель и задачи с учётом требований ФГОС ДО
	Характеристика особенностей развития детей в ДОО
	Приоритетное направление деятельности
	Особенности осуществления образовательного процесса
	Планируемые (ожидаемые) результаты реализации программы
2	<u>Содержание работы</u> -
	2.1.Содержание образовательной работы
	2.2. Учебный план
	2.3. Комплексно-тематическое планирование на учебный год

3	! Организационный отдел
	3.1 Описание материально-технического обеспечения программы
	3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды
	3.3.Режим дня
	3.4.Традиционные праздники, мероприятия в ДОО
	3.5 Список литературы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «РИТМОПЛАСТИКА» относится к программам физкультурно-спортивной направленности. Умственное и физическое развитие ребёнка тесно связаны между собой. Без активных движений, без физических упражнений невозможен нормальный рост и развитие растущего организма, и в первую очередь мозга. Полноценное умственное и физическое развитие, моральная чистота и активное отношение к жизни и искусству характеризует целостную гармонически развитую личность, нравственное совершенствование которой во многом зависит от физического и эстетического воспитания.

Рабочая программа «Ритмопластика» обеспечивает физкультурно-спортивное и

художественно-эстетическое развитие детей в возрасте 3 - 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Программа разработана с учетом основной образовательной программы дошкольного учреждения, в основу которой положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной, это изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

Задачи физкультурно-спортивного развития и воспитания непосредственно связаны с формированием морального облика ребенка дошкольника. Особая роль в эстетическом воспитании отводится искусству.

Танец - это искусство, его специфика состоит в том, что мысли, чувства, переживания человека он передает без помощи речи, средствами движений и мимики. Дополнительная образовательная программа «Ритмопластика» направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить малыша воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок - это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Творческая деятельность детей в структуре танца позволяет формировать качество личности, которые формируются в танце. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально - нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов музыкально - ритмической деятельности в ДОУ, а также возрастных особенностей и возможностей детей дошкольного возраста. Программа физкультурно-спортивной направленности педагога дополнительного образования по хореографии бюджетного дошкольного образовательного учреждения составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами федерального уровня и локальными актами МБДОУ № 109, Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ Об образовании в Российской Федерации" (вступил в силу 01.09.2013г.); Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. №1155 Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"; согласно СанПиН 2.4.3648-20 года и требованиям Роспотребнадзора.

Актуальность и эффективность программы в разностороннем воздействии на организм ребенка. Программа поможет дошкольникам творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации. Дети впервые могут одеть сценический костюм, подготовленный специально к танцевальному номеру. С непосредственным участием родителей дети выступают на своих первых концертах и конкурсах. Всё это несомненно содействует усилению воспитательного эффекта, проводимого в комплексе семьи и образовательного учреждения.

Педагогическая целесообразность:

Данная программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся и предусматривает индивидуальный подход в хореографическом образовании детей, способствует созданию условий для психического и физического развития, художественного образования, эстетического воспитания, их духовно-нравственного развития.

Цель: развитие творческих способностей, укрепление физического и психического здоровья детей дошкольного возраста через танцевальное искусство. Без движений, без физических упражнений невозможен нормальный рост и развитие растущего организма, и в первую очередь мозга. Полноценное умственное и физическое развитие, моральная чистота и активное

отношение к жизни и искусству характеризует целостную, гармонически развитую личность, нравственное совершенствование которой во многом

Задачи:

1.Обучающие:

Формирование у детей специфических знаний, умений и навыков таких как:

- выработка правильной, красивой осанки,
- развитие мышечного чувства,
- умение красиво и координационно правильно двигаться под музыку.

2.Развивающие:

- Развитие музыкального слуха и чувства ритма.
- Активизация и развитие творческих и созидательных способностей детей.
- Развитие необходимых двигательных навыков, повышение функциональных возможностей внутренних органов и систем.
- Совершенствование психомоторных способностей детей.

3.Воспитательные:

- Формировать у детей культуру поведения и общения.
- Прививать детям навыки вежливости, умения вести себя в обществе.
- Формирование у детей эстетического вкуса.
- Воспитание в детях силы воли, трудолюбия и дисциплины.

1.3. Основные принципы и подходы к формированию программы.

При решении образовательных, развивающих и воспитательных задач важно учитывать следующие принципы и подходы:

Принципы :

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития;
- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых,
- Признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития ребенка;
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

Принципы и подходы, обусловленные особенностями художественно-эстетической деятельности:

- принцип индивидуализации (учёт особенностей возраста, особенностей каждого ребёнка. Воспитание интереса к занятиям, активность ребёнка);
- принцип систематичности (непрерывность и регулярность занятий, повышение нагрузки, Увеличение количества упражнений, усложнение техники и их исполнения);
- принцип наглядности (безукоризненный показ движений педагогом, образный рассказ, подражание, имитация известными детям движений);
- принцип закрепление навыков (повторение вырабатываемых двигательных навыков, многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно вне занятий);
- принцип сознательности и активности, (обучение, опирающееся на сознательное заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям);
- принцип доступность (обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребёнка, соответствие содержания

возрастным особенностям обучающихся); - деятельностный подход (создание оптимальных условий для проявления творческой активности ребенка, организация творческой деятельности, способствующей саморазвитию дошкольника); -личностный подход (организация предметно-развивающей среды для максимальной ориентации на собственную активность личности ребенка, развития самостоятельности, инициативы. Ориентация в образовательной деятельности на важные личностные качества, как образ мышления, мотивы, интересы, установки, направленность личности, отношение к жизни, труду, ценностные ориентации и др.);

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Систематические занятия ритмопластикой:

- 1.Помогут естественному развитию организма ребёнка и привитию потребности заботится о своём здоровье; (развитие мышечного корсета).
- 2.Разовьют опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы детей.
- 3.Увеличат жизненную ёмкость лёгких, улучшат физическую, интеллектуальную работоспособность.
- 4.Укрепят осанку и свод стопы.
- 5.Сформируют у дошкольников навыки самостоятельного выражения имитационных движений, разовьют воображение, слуховое внимание, память.

Эффективность занятий определяется показателем общего состояния ребёнка в конце года, его адаптацией к нагрузке, координацией движений, тонусом мышечной системы. Посещение родителями открытых занятий дважды в течение года (декабрь,апрель-май).

1 год обучения (младшая группа).

По окончании первого года обучения занимающиеся дети умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу, выполняют ритмические танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку. Владеют навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топтать в такт музыки, в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений и т.д.) . Если дети выполняют разнообразные движения, соответствующие темпу, ритму и форме музыкального произведения, то это свидетельствует о высоком уровне музыкального и физического развития.

2 год обучения (средняя группа).

После второго года обучения занимающиеся дети знают о назначении отдельных упражнений музыкально – ритмической пластики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Исполняют ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений третьего года обучения под музыку. Способны запоминать и исполнять танцевальные композиции самостоятельно. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике (творческие игры, специальные задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

3 год обучения (старшая группа).

По окончании третьего года обучения занимающиеся дети знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

4 год обучения (подготовительная группа).

После четвёртого года обучения занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения. Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

2. СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Раздел «Ритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Гимнастика» служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят строевые упражнения, партерная гимнастика, а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные.

Раздел «Танцы» направлен на формирование у детей танцевальных движений. Доставляет эстетическую радость занимающимся детям. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического.

Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика» направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершённость. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

Раздел «Креативная гимнастика» способствует развитию выдумки, творческой инициативы. Здесь создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощения.

Раздел «Игровой стретчинг» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости детей. Ребёнок обретает умиротворённость, открытость и внутреннюю свободу.

Раздел «Игровой самомассаж». Поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно-игровой форме.

Методические приёмы.

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария мозга ребенка, пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка. Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Условия для формирования творчества в танце, при использовании всех перечисленных принципов и методов обучения:

- чтобы дети не теряли интереса к изучаемому материалу, не следует работать над каждым упражнением или этюдом дольше 2-4 раз подряд. Даже если за это время выполнены не все поставленные задачи, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя;
- в процессе обучения используются игрушки, атрибуты с целью побуждения детей к более выразительному исполнению движений. В связи с этим нужно отбирать яркий, эстетически выразительный игровой материал в том количестве, которое необходимо для занятий;
- на занятиях должна быть доброжелательная обстановка, искренний и чуткий интерес педагога к любым малейшим находкам, успехам своих воспитанников; поддержка и поощрение их самостоятельности;
- чрезвычайно важно воспитывать такое же внимательное отношение у детей друг к другу, их умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей. Всё это создаёт действительно творческую атмосферу на занятии, без которой невозможно становление и развитие творчества. В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в рабочую программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

1. Начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению).
2. Этап углублённого разучивания упражнений.
3. Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Главным возбудителем фантазии и воображения ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям («дансантизм»);
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов. Всё это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар. Чтобы учебный процесс у детей 3-7 лет был эффективным, на занятиях максимально используется ведущий вид деятельности ребёнка-дошкольника – игра. Используя игровые упражнения, имитационные движения, сюжетно- творческие зарисовки усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают полнее и всестороннее решить поставленные задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на занятиях как динамические паузы для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений. Комплексы игровых упражнений включаются в различные части занятия: в

разминку или в занятие целиком. Объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности и творчество, Формировал основы духовной культуры детей.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах. Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей и прописан в содержании программы.

Ритмопластика – искусство любимое детьми. И работать с ними – значит, ежедневно отдавать ребенку свой жизненный и духовный опыт, приобщать маленького человека к миру прекрасного. Хореографическое искусство обладает редкой возможностью воздействия на мировоззрение ребенка.

Наиболее эффективной представляется собственная хореографическая деятельность детей, где каждый ребенок становится на время актером,

Отличительной особенностью данной программы является отсутствие конкурсного отбора детей. Начать обучение ребенок может с любого возраста от 3 до 6 лет. Каждый дошкольник может посещать дополнительные занятия года, в зависимости от возраста в разной группе. Дополнительные занятия «Ритмопластикой» может служить как дополнением к подготовке в школу, так и начальной ступенью к учёбе в специальных танцевальных заведениях (школах, студиях).

Неотъемлемой составляющей в процессе обучения является участие родителей: это их присутствие на открытых уроках и других мероприятиях, заинтересованное отношение и поддержка своих детей в период обучения, поощрение их стараний и достижений

. Оценка результативности освоения образовательной деятельности воспитанников

Практика

- постановка корпуса (положение плеч и головы)
- позиции ног (1-я, 6-я) и рук (подготовительная; 1-я, 2-я, 3-я)
- Demi plie по 1-й позиции
- Battement tendu из 1-й позиции в сторону и вперед
- первое port de bras

Элементы детского танца

Теория

Прислушивание детских песен, образное описание героев и их особенностях (мимика, движения). Превращение характерного движения в танцевальное.

Практика

- положение рук (на поясе; вдоль корпуса; за спиной)
- работа рук (хлопки; подъемы; взмахи)
- «Пружинка» (прямо и с поворотом корпуса)
- «Каблук-носок-притоп»
- шаги (на месте; приставной; с притопом)
- прыжки (на месте по 6-й позиции; ноги врозь; вперед-назад; в сторону; на одной ноге)
- бег (на подскоках; на полупальцах; прямой галоп)

Репертуар

Детские клубные танцы в кругу:

«Утята», «music man», «veo-veo», «hokey cokey», «agadoo», «hands up», «Макарена», «Пять утят».

Танцы соло в линию:

«Кузнечик», «Все мы делим пополам», «Чебурашка», «Бельчонок», «От улыбки», «Мамонтенок», «Маша и каша», «Утенок 1и2», «Антошка».

Танцы парами:

«Татошка», «Полечка»

Развитие физической культуры

Детский стретчинг

Теория

Образное описание изображаемых героев и предметов, особенности техники выполнения.

Практика

- И.п. из позы прямого угла: «Книжка», «Волчонок», «Бабочка», «Медвежонок»
- И.п. на спине: «Улитка», «Осьминог», «Березка», «Велосипед», «Орешек»
- И.п. на животе: «Змея», «Кораблик», «Качели», «Лодка», «Рыбка»
- И.п. сидя на пятках: «Собачка», «Черепашка», «Ежик», «Лисичка», «Замочек», «Пчелка»
- И.п. на четвереньках: «Кошечка», «Паровозик», «Собачка»

Подвижные и развивающие игры

Теория

Описание игровых условий и правил, особые указания и требования по выполнению заданий.

Практика

Подвижные игры:

- координация - «If You're Happy», «El Tren», «Вопрос-ответ»
- ловкость - «Право-Левое», «Плетень», «Кошки-мышки», «Бесконечный га

Развивающие игры:

- быстрота реакции - «Светофор», «Море волнуется раз...»
- внимание, память - «Эхо», «Учитель», «Съедобно не съедобно», «Горячо – холодно»
- слух - «Кто сказал мяу?», «Хор», «Палочка- узнавалочка», «Хлопки»
- вестибулярный аппарат - «Деревья», «Птицы», «Не промочи ноги»
- речь - «Пузырь», «Затейники», «Дракончи

Ролевые игры:

- перевоплощение - «Зоопарк», «Скульптуры», «Лягушки-цапли, пчелы-медведи»
- взаимопонимание - «Насос», «Качели», «Окно», «Тень»
- сплоченность - «У кого колобок?», «Ниточка-иглолочка», «Заросли»

Ритмика

Теория

Основы музыкальной азбуки. Формирование чувства темпа (быстро, медленно).

Контрастная музыка (веселая - грустная). Определение жанра музыкального произведения (детская, современная, русская)

Практика

- танцевальные движения в образах животных
- импровизации под заданную тему и музыку
- выделение сильной доли хлопками, шагами
- смена характера движений при смене музыкального темпа

Знать и уметь:

- выполнять поклон по 1-й позиции
- ориентироваться в зале
- правильно повторить за преподавателем Demi plie, Battement tendu, Первое port de bras
- выполнять танцевальные элементы («Пружинка», «Каблук-носок», шаги с носка и приставной, подскоки, прыжки, прямой галоп)
- исполнять с преподавателем все танцы репертуара
- правильно выполнять упражнения стретчинга
- знать и уметь объяснить правила подвижных и развивающих игр

- определять темп, характер и жанр музыки
- отражать особенности мелодии в импровизации на заданную тему

Содержание разделов программы 2 года обучения

1 Основы хореографии

Элементы классического танца

Теория

Танцевальный поклон «книксен» для девочек. Ориентация в зале (движение к центру и от центра лицом и спиной; по линии танца и против линии; построения в линию, в колонну, в шахматном порядке). Выработка правильной осанки и выворотности.

Практика

- Demi и grand plie по 1-й позиции
- Battement tendu из 1-й позиции в сторону и вперед и назад
- Battement tendu jete в сторону и вперед
- Releve по 1-й позиции
- второе port de bras

Элементы народно-сценического танца

История русского танца. Сюжет и темы народных танцев. Особенности движений; постановка корпуса, головы, рук. Прослушивание музыкального материала.

Практика

круговой хоровод с перестроением в воротца

- основной шаг Русского Лирического (соло по кругу, без паузы); шаги с носка по 3-й позиции, руки на поясе
- подготовка к боковому шагу с припаданием (боковой шаг-приставка со смягчением коленей)
- шаги на высоких полупальцах с прямыми коленями (руки делаю плавные взмахи)
- основные элементы Кадрили соло и в паре
- «Ковырялочка» с притопами и без
- элементы русской плясовой (проходка, «гармошка»)

Детский танец

Теория

Основы актерского мастерства (принятие образа и отображение его характера в движении и мимике). Сюжеты детских танцев. Прослушивание музыкального материала и работа над легендой (кто? что делает? почему? и т.д.) Работа в паре без контакта и за руки.

Практика

- координация работы рук (одна вперед другая в сторону; поочередное вращение)
- выпады вперед и в сторону (без рук и с руками)
- движения – противоходы
- твист на плоской подушечке стопы
- вращения на подскоках
- повороты вправо, влево на четырех шагах

- боковой галоп, шаг польки

Репертуар

Танцы соло в линию:

«Красная Шапочка», «Буратино», «Котенок», «Барби», «Крейзи Фрог», «Стирка», «Слоненок», «Ракета».

Танцы парами: «Чунга-чанга», «Полька-Кис», «Полька-Пирожок», «Вару-Вару».

2 Развитие физической культуры

Детский стретчинг и подвижные развивающие игры

Работа продолжается на основе материала студии танцевальной терапии, но с более усложненными правилами и требованиями.

Элементы гимнастики

Теория

Польза и значение гимнастических упражнений. Правила и техника их выполнения. Техника безопасности.

Практика

- упражнения на растяжку (подготовка к шпагатам)
- подготовка к упражнению «Мост» (опора на руки и ноги из позиции лежа на спине)

- подготовка к упражнению «Колесо» (перенос веса на руки из позиции на корточках; перепрыгивание коврика с упором на руки)
- развитие баланса («Ласточка», «Цапля», «Цветок»)
- прыжки (в высоту с прямыми и подогнутыми ногами, в перед двумя ногами и на одной).

Теория

Полезьа и значение гимнастических упражнений. Правила и техника их выполнения.
Техника безопасности.

Практика

- упражнения на растяжку (подготовка к шпагатам)
- подготовка к упражнению «Мост» (опора на руки и ноги из позиции лежа на спине)
- подготовка к упражнению «Колесо» (перенос веса на руки из позиции на корточках; перепрыгивание коврика с упором на руки)
- развитие баланса («Ласточка», «Цапля», «Цветок»)
- прыжки (в высоту с прямыми и подогнутыми ногами, вперед двумя ногами и одной, разножка)

Ритмика

Теория

Понятие вступительной и финальной части музыкального произведения. Понятие такта и его сильной доли. Особенности народной музыки. Основные музыкальные инструменты.

Практика

- начало танцевального движения после вступления
- окончание танца с финальным аккордом
- отработка танцевальных движений под счет 2/4 и 4/4
- соединение счета и музыки
- хлопки и шаги на каждый такт, через такт, синкопы
- подбор соответствующих музыке движений (игры «Учитель»; «Эхо»)

Танцевальная культура

Теория

Продолжение формирования понятий прошлого года. Углубление их понимания по средствам диалога с учениками (опираясь на уже имеющийся у них опыт).

По окончании 2-го года обучения учащиеся должны

Знать и уметь:

- выполнять поклон «книксен» (девочки)
- уверенно двигаться по залу и выполнять различные построения
- выполнять без учителя Demi и grand plie по 1-й позиции; Battement tendu из 1-й позиции в сторону и вперед и назад; Battement tendu jete в сторону и вперед; Releve по 1-й позиции; первое port de bras
- выполнять с учителем второе port de bras
- исполнять элементы Русского Лирического, Кадрили и Русской плясовой
- исполнять элементы Детского танца (выпады, противоходы, твист, вращение на подскоках, поворот на четырех шагах, боковой галоп, шаг польки)
- исполнять без учителя все танцы репертуара
- выполнять один из шпагатов, мостик из позиции лежа на спине
- основы музыкальной грамоты (темп, ритм, характер, жанр музыки; основные музыкальные инструменты)
- самостоятельно подбирать соответствующие музыке движения
- уметь рассказать основные правила танцевальной культуры и т.п.)

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

Данная образовательная программа допускает изменения и дополнения по ходу учебного процесса, как в методиках, так и в содержании занятий в зависимости от индивидуальных особенностей занимающихся, развития танцевальных тенденций и других факторов.

Возраст детей, участвующих в реализации программы:

Данная программа рассчитана на 4 года обучения: содержит в себе четыре курса:

Первый год – группа ритмики и детского танца для дошкольников 3-4 лет.

Второй год – группа ритмики и детского танца для детей 4-5 лет.

Третий год - группа ритмики и детского танца для детей 5-6 лет

Четвертый год – группа ритмики и танца для детей 6-7 лет.

Сроки реализации программы:

Продолжительность учебного года. Учебный процесс проходит в течение 8 месяцев (32 учебные недели, 64 занятия).

Режим занятий:

Программа построена с учетом возрастных особенностей детей. В связи с действующим СанПином для каждой возрастной группы отводится определенное количество часов.:

Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста:

- 4-го года жизни – не более 15 минут,
- 5-го года жизни – не более 20 минут,
- 6-го года жизни – не более 25 минут,
- 7-го года жизни – не более 30 минут.

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

Формы занятий:

Основная форма занятий – групповая.

Способы проверки результатов:

- наблюдение
- диагностика
- анализ успеваемости
- контрольный урок

Ожидаемые результаты:

- личностные;
- развиты навыки культуры общения и поведения в социуме

Способы подведения итогов реализации программы:

- открытый урок для родителей
- концерт

Критерии оценки результатов обучения

В конце каждого полугодия (декабрь, май) проводятся открытые занятия, на которых демонстрируются знания, умения и навыки, приобретенные за данный период обучения в присутствии родителей, т.к. это дает эмоциональный заряд к выступлению детей.

(апрель, май) В процессе и по окончании курса обучения проводятся различные формы мониторинга и контроля, где педагоги и родители могут оценить успехи и результаты работы детей. Это – открытое занятие; выступление; концерт.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «РИТМОПЛАСТИКА С ЭЛЕМЕНТАМИ ИГРОВОГО СТРЕТЧИНГА»

- } Практические занятия проводятся в групповых помещениях
 - } Используется наглядная форма работы, показ педагогам физических упражнений, подражания, имитация известным детям движений в игровой форме.
 - } Используется индивидуальный подход к детям с учётом особенностей возраста, психомоторного развития.
 - } Показ упражнений условными жестами, мимикой, словесные указания.
 - } «Провокации», т. е. специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей, чтобы они заметили и исправили ошибку.
 - } Слушания музыки и беседы о ней, словесные описания музыкальных образов.
 - } Подбор сказок помогающих интерпретировать музыкальный образ.
 - } Пластические импровизации детей, «пробы» без показа педагога.
 - } Показ вариантов движений педагогом – детям предлагается выбрать наиболее удачный.
 - } Показ педагогом даётся в «зеркальном» отражении, поскольку дети повторяют все движения автоматически.
 - } Использование интенсивных методов обучения – выполнение большого объёма двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребёнка.
 - } Проведение мышечной и эмоциональной релаксации под соответствующую.
- Дидактический материал к программе
- } Специальная литература.
 - } Компакт – диски с музыкальными произведениями к сказкам.
 - } Компакт – диски современных композиторов, эстрадные мелодии, классические произведения.

Методы и приемы:

- объяснение;
- беседа;
- демонстрация;
- упражнения;
- повторение;
- игровой момент;
- стимулирование занимательным содержанием;
- постановка системы перспектив;
- создание ситуации успеха;
- разъяснение личной значимости учения;
- приучение к выполнению требований;
- творческие задания;
- дискуссия;
- метод совместного нахождения лучшего решения.

Материально-техническое обеспечение:

- групповые ;
 - коврики для партерных занятий
 - магнитофон;
 - набор музыкального материала на флеш- носителях;
 - видео материалы;
 - тематические предметы для сюжетных танцев (бубны, ленты, зонтики, мячики
- Импровизации под различный музыкальный материал

Техническое обеспечение программы:

Стол	1
Шкаф	1
Стеллаж	1
Пианино	1
Музыкальный центр	2
Магнитофон	3
шведская стенка	4
костюмы (наборы для различных танцев- юбки, сарафаны, маечки)	15
кубики	
флаги	20
Скакалка	20
хопы	20
Гимнастические палки	20
погремушки	25
Мячи большие и маленькие	25
бусы	10
Султанчики	25
искусственные цветы	26
Флаги	20
ленты разные	30

Навыки, полученные на дополнительных образовательных занятиях «Ритмопластикой», воспитатели с детьми с успехом используют при подготовках к утренникам, праздникам по различным тематикам, в развлечениях. Традиционные сценарии утренников воспитатели ставят с драматизированными сценками или целыми спектаклями-драматизациями (например сказки в Новый год, или летние развлечения, используя полученные детьми умения на дополнительных занятиях по «Ритмопластике».

Список использованной литературы:

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000
2. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика». СПб 1997 год.
- 3 Березова Г.А. Классический танец в детских хореографических коллективах., Киев, 1979
- 4 Воронина И.А. Историко-бытовой танец., М.; 1980
- 5 Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе., Л.; 1983
- 6 Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец., СПб.; 1993
- 7 Современный балетный танец., М.; МГИК, 1991
- 8 Гваттерини. Маринелла. Азбука балета., М.; 2001
- 9 Галиченко. И.Г. и. Михайлова М.А. Танцуем, играем, всех приглашаем. Академия развития, 2006