

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 153»



**Дополнительная общеразвивающая программа
танцевальной студии «РИТМ»**

Реализует: Агеева Светлана
Николаевна, музыкальный
руководитель

ПРИНЯТО
Педагогическим советом ДОУ
протокол № 1
«30»августа 2018г.

Новокузнецкий городской округ, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	
Учебно-тематический план.....	
Содержание программы.....	
Методическое обеспечение программы.....	
Список литературы.....	

Пояснительная записка

Интонация, мелодия, лад, ритм, гармония отражают окружающую нас действительность-природу, мир человеческих чувств, историю, будущее человечества
В. Сухомлинский

Направленность программы: художественная

Вид: модифицированная (рабочая)

Ритмика - один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Программа по обучению танцевальной ритмике позволит:

- развивать эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне окружающей действительности;
- формировать эстетический вкус;
- развивать познавательное отношение к действительности.
- производить разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение;
- создать приподнятое настроение;
- развить активность, инициативу;
- развить координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Возраст 4 - 5 лет достаточно хорошо изучен психологами и физиологами, которые характеризуют этот период детства, как период неравномерного и волнообразного развития. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца.

К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия. Поэтому дети на занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию педагога от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

На разминке нужно переходить от простого к сложному, от спокойных к быстрым движениям, а также использовать прием контраста для развития быстрого переключения.

В этом возрасте развиваются коллективистские черты личности. Дети обычно очень общительны, любят совместные игры, находиться в группе сверстников. Они уже могут согласовывать свои действия с действиями других людей, способны к сопереживанию.

Танцы, входящие в данную программу, доставляют детям радость и удовольствие. Они доступны как по содержанию, так и по характеру движений. В программу танцевальной ритмики включены детские парные танцы, национальные танцы, танцы – импровизации.

Детский танец всегда имеет ясно выраженную тему и идею - он всегда содержателен. В танце существуют драматургическая основа и сюжет, в нем есть и обобщенные и конкретные художественные образы, которые создаются посредством разнообразных пластических движений и пространственных рисунков - построений.

Особенно полезны народные пляски и танцы, т. к. приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, создают положительные эмоции. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой.

В обучении используются хороводы, общие (массовые) пляски. В них дети учатся внимательно относиться друг к другу, находить общий ритм движения с партнером, терпеливо обращаться к тем детям, у которых имеются какие - либо индивидуальные затруднения.

Каждая игра (пляска, упражнения) имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого педагог направляет внимание детей на музыку, учит ребенка правильно исполнять движение.

В обучении музыкально - ритмическим движениям ярко прослеживается взаимосвязь всех педагогических методов обучения (наглядный, словесный, практический), а игровая форма заданий, занимательность помогают без особых затруднений усвоить многие достаточно сложные движения.

При разучивании новых движений не следует добиваться, чтобы дети овладели ими на одной игре, пляске. Надо те же движения повторять в разных плясках, соединять с разной музыкой, чтобы движение совершенствовалось постепенно и чтобы дети учились относиться к нему, как к средству выразить различные образы, чувства, действия.

Актуальность программы:

Систематические занятия детей танцевальной ритмикой дошкольного возраста очень полезны для физического развития, улучшается осанка, укрепляются мышцы и связки, совершенствуются движения. Дети легче и грациознее двигаются, становятся раскованными, приобретают свободу, координацию, выразительность движений. Программа по обучению танцевальной ритмике позволяет удовлетворить потребность в эстетических переживаниях и впечатлениях детей посредством движения под музыку.

Цель программы:

- формирование социально значимых качеств, свойств личности и развитие творческих способностей средствами хореографического искусства.

Задачи программы:

- развивать основы музыкальной культуры;
- привить детям любовь к танцу;
- соразмерно сформировать их танцевальные способности;
- развивать чувство ритма;
- эмоциональную отзывчивость на музыку;
- танцевальную выразительность;
- координацию движения;
- ориентировку в пространстве;
- воспитывать художественный вкус;
- развивать умение полноценно воспринимать произведения танцевального искусства.

Отличительной особенностью данной образовательной программы является то, что практические задания способствуют развитию у детей творческих способностей, умению создавать авторские модели.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы: дети дошкольного возраста. Младшая подгруппа - дети второй младшей и средней группы. Старшая подгруппа – дети старшей и подготовительной к школе группы. Для детей старшей группы задания даются с усложнением

Сроки реализации дополнительной образовательной программы: программа рассчитана на 1 год обучения (сентябрь-май). Разделена на тематические блоки, указанные в содержании программы.

Формы режим занятий: занятия проводятся с подгруппой детей в игровой форме, во вторую половину дня, 1 раз в неделю по 45 минут.

Ожидаемые результаты и способы определения результативности:

К концу первого года обучения дети должны знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;

- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;

- выполнять элементы партерной гимнастики;

К концу второго года обучения дети должны знать:

- начало и конец музыкального вступления.

- названия новых танцевальных элементов и движений.

- правила исполнения движений в паре.

уметь:

- откликаться на динамические оттенки в музыке,

- выполнять простейшие ритмические рисунки;

- реагировать на музыкальное вступление;

- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;

- давать характеристику музыкальному произведению;

- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

- исполнять движения в парах, в группах;

- держаться правильно на сценической площадке.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

В процессе занятия происходит обсуждение качества выполнения танцевальных и ритмических упражнений, музыкальность исполнения.

В конце года готовится большой творческий концерт, в котором участвуют все воспитанники, занимающиеся по программе.

Средства, необходимые для реализации программы:

Требования по одежде и обуви для занятий:

Для девочек:

Гимнастический купальник (белый). Юбочка шифоновая (в тон цвету купальника). Балетки белого цвета, носки или лосины. Волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков:

Футболка белого цвета. Шорты темного цвета. Балетки белого или черного цвета.

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

Пособия: нотный материал, иллюстрации, фонограммы, мультимедийная система, CD, DVD диски, кассеты.

Музыкальные инструменты и игрушки: ложки, колокольчики, бубен, погремушки, самодельные и шумовые инструменты, детские музыкальные инструменты.

Атрибуты: платочки цветные, ленты (по две на каждого ребёнка), флажки, палочки - «шумелки», обручи, мячи, «новогодний дождик», мишура, листочки.

Учебно-тематический план

№№ занятий	Наименование разделов и тем	Кол-во часов, Календарн ые сроки изучения тем	Репертуар
Младшая подгруппа			
Раздел 1.	Азбука музыкального движения. Элементы русской пляски.	16	
1 2 3	Тема 1.1. Ориентировка в пространстве. Исходные положения. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий) Музыкальные размеры 2/4, 4/4. Понятие о такте и затакте.	3 сентябрь	«Марш» Л.Шульгин, «Этюд» Т. Ломова, Ритмические упражнения с шумовыми инструментами.
4 5	Тема 1.2. Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный). Определение музыкального размера. Восприятие сильной и слабой доли на слух, выполнение акцента в движениях.	2 сентябрь - октябрь	«Нетерпеливые бегуны» С.Руднева, игра «В лесу», «Море волнуется», «Хлопай, топай», прохлопывание ритмических рисунков знакомых песен.
6 7	Тема 1.3. Элементы русской пляски Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	2 октябрь	Игра «Угадай мелодию», «Поезд» Филиппенко,
8 9 10	Тема 1.4. Контрастные темпы. Происхождение и особенности русского хоровода. Положение рук в русской пляске. Построения и перестроения, орнаментальные хороводы. Хороводные шаги: переменный, тройной шаг.	3 ноябрь	«Вейся, вейся, капуста» р.н.п. Хороводная игра «Здравствуй, Осень» Витлин,
11 12 13	Тема 1.5. Хороводные шаги: топающий (топотушки, перетопы), дробный шаг. Движение по линии танца, против хода, в колонне по диагонали, в шеренге взявшись за руки. Движение с ускорением, замедлением темп	2 ноябрь	«Карусель», «Новогодние хороводы», «Певучий хоровод» Т.Ломова, «Танцуем сидя».

14 15 16	Тема 1.6. Хороводные шаги: приставной шаг, шаг с притопом. Перепляс. Танцевальные комбинации русских танцев.	2 декабрь	Упр: «Ручеёк», «Вертушка», «Волна», перепляс «Стенка на стенку»,
17 18	Тема 1.7. Танцевальные импровизации. Выступление на Новогоднем утреннике.	2 декабрь	Р.н.п., игра «Плетень», «Как у наших у ворот» р.н.м., «Затейники» (пляска-импровизация).
Раздел 2.	Элементы ритмической гимнастики. Танцевальные движения.	16	
1 2 3	Тема 2.1 Выставление ноги на носок, на пятку с полуприседанием. Полуприсядка, «ковырялочка». Движение приставными шагами с носка, ходьба на полупальцах в колонне.	3 февраль	«Калинка», «Ах, вы, сени», «Из-под дуба», «Полянка» р.н.п.
4 5	Тема 2.2. Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180* и обратно.	2 март	Упр. «Твёрдые и мягкие руки», «Мельница», «Поющие руки» П.Чайковский «Шарманщик поёт»
6 7 8	Тема 2.3. Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.	2 март	Упр. «Кошка», «Собака», «Лебедь», «Пружина», «Скобка», «Ветер», «Лошадки» С.Руднева.
9 10 11	Тема 2.4. Характерные движения. Упражнения на координацию движений: повороты головы с шагами, движение рук и головы с шагами и др.	2 апрель	Игра «Отгадайте-ка ребята, кто пришёл к нам поиграть?», танец «Котов и кошечек», танец «Кукол и солдатиков»
12 13 14 15 16	Тема 2.5. Парные пляски. Положения а парах. Кадрили. Упражнения на равновесие.	2 апрель	«Русская пляска» (парами), игра «Смени пару», кадрили «Цветики-лютики», упр. «Ласточка», «Журавль», «Попрыгунчики» англ.н.п.
17 18	Тема 2.6. Построения и перестроения группы: «Воротца», «Звёздочки», «Карусели». Упражнения: наклоны к ногам, упражнения на подвижность стопы и эластичность голеностопного сустава. Упражнения для выворотности ног.	3 май	Хоровод «Змейка с воротцами» С.Руднева, упр. «Бабочка», «Лягушка», «Собака», «Березка», «Мост» «Рыбка», «Кораблик»

	Тема 2.7. Повторение и подведение итогов. Конкурс танцоров. Выступление на «Дне защиты детей»	2 май	Упражнения: «Зеркало», «Кто лучше спляшет?», игра «Пляши, да не зевай» Е.Трестман,
	Итого	32	
Старшая подгруппа			
Раздел 3.	Элементы классического танца.	12	
1	Тема 3.1.	4	«Мелодия» Т.Ломова, «Прекрасный замок» обр. Ш.Видора, «Мари» обр. Ж.Векерлена.
2	Основные позиции ног и рук в классическом танце.	сентябрь	
3			
4			
5	Тема 3.2.	4	Вальс «Раз, два, три на носочки», «Снежинки» С.Руднева, «Менуэт»
6	Музыкальный размер 3\4.	октябрь	
7	Вальс, кружение «лодочкой». Менуэт, шаг менуэта.		
8	Перестроения в танце. Постановка корпуса, осанка.		
9	Тема 3.3.		2
10	Полонез. Шаг полонеза. Характерные перестроения.	ноябрь	
11	Упражнения для выработки осанки, выворотности, эластичности и крепости коленного и тазобедренного суставов.		
12	Тема 3.4.		2
13	Перестроения в колонны по два, по четыре.	ноябрь	
14			
Раздел 4.	Танцевальные движения и современные танцы.	20	
1	Тема 4.1.	4	«Каждая пара пляшет по своему» Л.Генералова, «Финский танец». «Танго», Самбарита»
2	Первоначальные сведения по историческому танцу, происхождение и особенности эстрадных танцев.	декабрь	
3	Движение в парах.		
4	Финский танец. Танго. Выступление на Новогоднем утреннике.		
5	Тема 4.2.		2
6	Шаги польки.	январь	
7	Галоп (прямой и боковой) в кругу по линии танца, в парах, лицом друг к другу.		
8	Поскоки на месте, кружение поскаками.		
9			
10	Тема 4.3.	2	«Лирический танец» Карамышев,
11	Лирические танцы.	февраль	
12	Построение двух концентрических кругов.		
13	Тема 4.4.	4	«Флик - фляк», «Буги – вуги»
14	Музыкально – пространственные композиции.	март	
15	Сужение и расширение круга.		
16	Тема 4.5.	3	Тренаж «Раз, два, три», танец «Бабка – Ёжка»
17	Современные танцы.		

18	Перестроения группы: из круга в рассыпную.	апрель	
19	Тема 4.6. Эстрадный танец. Танцевальные комбинации и перестроения в эстрадных танцах.	3	«Школьная кадриль»
20		май	
21	Тема 4.7. Повторение и подведение итогов. Выступление на «Выпускном» утреннике.	2	Торжественное шествие, Полька «Математика»
22		май	
	Итого	32	

Содержание программы

Раздел 1. Азбука музыкального движения. Элементы русской пляски. (18 ч.)

Раздел 2. Элементы ритмической гимнастики. Танцевальные движения. (18 ч.)

Раздел 3. Элементы классического танца. (14 ч.)

Раздел 4. Танцевальные движения и современные танцы. (22 ч.)

Список используемой литературы:

1. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
3. Ерохина О.В Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов – на – Дону «Феникс» 2003г.
4. Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2007г.
5. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
6. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
7. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
8. Ветлугина Н.А Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967г.
9. Волкова Г.А Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение, 1985г.

10. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – Санкт-Петербург, 2000г.