

Управление образования администрации Губкинского городского округа
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дворец детского (юношеского) творчества «Юный губкинец»
города Губкина Белгородской области

Принята на заседании
педагогического совета
от 30 августа 2018 г.

Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «Дворец детского
(юношеского) творчества «Юный
губкинец»

С.В. Козачок
С.В. Козачок
Приказ от «31» августа 2018 г.
№ 136



**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа
«Ритмопластика»**

Возраст учащихся – 4-7 лет
Срок реализации – 3 года

Автор-составитель:
Кривохижа Марина Александровна
педагог дополнительного
образования

Губкин, 2018 г.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмопластика», эвристического уровня, художественной направленности.

Автор-составитель программы: Кривохижа М.А., педагог дополнительного образования муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дворец детского (юношеского) творчества «Юный губкинец».

Год разработки дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы – 2016

Программа рассмотрена на заседании методического совета от «28» августа 2018 г., протокол № 5.

Программа рассмотрена на заседании педагогического совета от «30» августа 2018 г., протокол № 5.

Председатель педагогического совета  С.В. Козачок

Содержание

1. Введение	4
2. Пояснительная записка	5
3. Учебный план	13
4. Учебно-тематический план первого года обучения	14
5. Содержание программы первого года обучения	15
6. Учебно-тематический план второго года обучения	17
7. Содержание программы второго года обучения	18
8. Учебно-тематический план третьего года обучения	22
9. Содержание программы третьего года обучения	23
10. Методическое обеспечение программы	27
11. Список литературы	30

ВВЕДЕНИЕ

Вторая половина двадцатого века и настоящее время характеризуется активизацией процесса формирования системы воспитания и развития детей средствами искусства. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография. Хореография – искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей. Формирование осанки, культуры движений, мимики, развитие музыкального вкуса повышают уверенность ребёнка в себе. Совершенствование координации движений способствует повышению коммуникативной активности ребёнка.

Высокая выразительность и эмоциональность занятий оказывают положительное влияние на психическое самочувствие дошкольников.

«Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». И именно занятия хореографией помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет, мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребёнка»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмопластика» создана на основе образовательных программ «Чудо ритмика» Пахновой Е.И. для детей 4.5-5.5 лет и «Веселая ритмика» для детей с 3.5 до 18 лет.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмопластика» является частью образовательной системы Дворца детского творчества, которая разработана с учетом комплексного развития личности учащихся на основе следующих документов: - Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепции развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008;

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей";

- Письма Министерства образования и науки России 11 декабря 2006 Г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки Российской Федерации (от 18.11.2015 г. № 09 – 3242);
- Образовательной программы учреждения;
- Учебного плана учреждения;
- Положения о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе;
- Положения о рабочей дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе;
- Постановления Правительства Белгородской обл. от 28.10.2013 N 431-пп «Стратегия развития дошкольного, общего и дополнительного образования Белгородской области на 2013 – 2020 годы».

Особенностью данной программы является более быстрому развитию творческой активности детей раннего и младшего дошкольного возраста, развитию чувства ритма, координации, музыкального восприятия и понимания изучаемого материала.

Новизна рабочей программы

Учебный материал концентрируется вокруг блоков, каждый из которых включает в себя доступный и интересный по своему содержанию материал. В программу включены танцы: бальные, классические, современные, игровые-шуточные. Программный материал составлен с учетом возрастных особенностей детей и уровня первоначальной подготовки.

Актуальность: Младший дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы

закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка формируется личность человека. Ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период

Педагогическая целесообразность

В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально-ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность - в её разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям младших дошкольников

Цели и задачи программы:

Цели программы: укрепление физического и психического здоровья дошкольников, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

Задачи:

Образовательные:

- Развивать двигательную активность и координацию движений.
- Формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре и танце.

Развивающие:

- Развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма).

- Развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец.

Воспитательные:

- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.
- Поощрять исполнительское творчество: участие в праздниках, спектаклях, концертах.

Срок реализации программы:

Программа «Ритмопластика» предназначена для обучения детей 4 – 7 лет и рассчитана на три учебных года. Этот период можно определить как первый этап в освоении азов ритмики, азбуки классического, русского и бального танцев.

Занятия проводятся один раз в неделю, во второй половине дня. Количество учебных часов в год - 36 часа. Наполняемость группы составляет 15 человек.

Обязательными условиями проведения занятий в хореографическом зале являются:

- соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам;
- наличие формы;
- наполняемость групп не более 15 человек

Формы организации деятельности на занятии:

- индивидуальная;
- групповая;

Успешное решение поставленных задач на занятиях танцами с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Принципы:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учетом возможностей ребенка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Учебные компетенции:

- Извлекать пользу из образовательного опыта.

Сотрудничество:

- Устанавливать и поддерживать контакты.
- Справляться с разнообразием мнений и конфликтами.
- Сотрудничать и работать в команде.

Личностно-адаптивные компетенции:

- Использовать новую информацию.
- Придумывать новые решения.
- Быть упорным и стойким перед трудностями.
- Быть подготовленным к самообразованию и самоорганизации.

Методы обучения по источнику знаний:

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 головного мозга ребенка, его 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.

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

2. **Метод использования слова,** с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

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

4. 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.

Прогнозируемые результаты

- По окончании **первого года** обучения, обучающиеся должны знать: правила техники безопасности при выполнении физических упражнений, виды танцевальных фигур.

Уметь: выделять сильные и слабые доли, воспроизводить заданный педагогом ритмический рисунок;

- По окончании **второго года** обучения, обучающиеся должны

Знать: анализировать музыкальное произведение, определять музыкальный жанр;

Уметь: уметь выделить такт (объяснить понятие), умение ориентироваться в пространстве (перестроения в рисунки, равнение, интервалы);

- По окончании **третьего года** обучения, обучающиеся должны

Знать: определять музыкальный жанр, самостоятельно начинать движения после вступления, менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;

Уметь: самостоятельно, без показа педагога, выполнять элементы, танцевальные этюды, танцы.

Формы подведения итогов реализации программы

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.

Диагностика

Диагностика проводится в форме открытых занятий в конце учебного года. Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка.

Критериями оценки усвоения программы являются следующие;

- восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать);
- элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок, строение музыкального произведения);
- развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, выворотность, шаг, стопа, баллон, апломб, вестибулярный аппарат);
- знание элементарных танцевальных понятий;
- степень усвоения танцевального репертуара.

Учебный план

№ пп	Модули программы	Количество часов		
		1 год	2 год	3 год
I	Введение в программу.	3	5	2
II	Ее величество-музыка	3	5	3
III	Играя, танцуем	9		
IV	Игровой стретчинг	5		
V	Азбука танца	4		
VI	Рисунок танца	5	6	
VII	Танцевальная мозаика	3		
VIII	Волшебное знакомство		2	
IX	Весёлая разминка		2	
X	Азбука классического танца		2	
XI	Русский танец		3	
XII	Бальный танец		4	
XIII	Танцевальные этюды и танцы		3	
XIV	Характер музыки, средствами музыкальной выразительности			4
XV	Музыкальная форма			5
XVI	Комплексы ритмической гимнастики			8
XVII	Танцевальные композиции, игры, упражнения с предметами			5
XIII	Историко-бытовой танец, парные композиции.			5
X IX	Итоговое занятие	4	4	4
	Всего часов:	36	36	36

Учебно – тематический план 1 – го года обучения.

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов	В том числе	
			теоретических	практических
I	Введение в программу. Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями	2	2	-
II	Ее величество-музыка	3	1	2
1.	Характер музыкального произведения.	1	0,25	0,75
2.	Темпы музыкальных произведений	1	0,25	0,75
3.	Динамические оттенки (громко, тихо, умеренно).	1	0,5	0,5
III	Играя, танцуем	9	-	9
1.	Комплекс игровой ритмики «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес».	2	-	2
2.	Движения рук («Путаница», «Догонялочки», «Жадина»).	3	-	3
3.	Игра «Зверушки – наострите ушки».	2	-	2
4.	Игры на внимание «Учительница», «Сделай этак, сделай так», «Вправо – влево».	2	-	2
IV	Игровой стретчинг	5	-	5
1.	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Книжка», «Горка», «Страус», «Черепашка», «Веточка».	1	-	1
2.	Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Орешек», «Лисичка».	1	-	1
3.	Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед». Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Гусеница».	1	-	1

4.	Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница».	1	-	1
5.	Упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка».	1	-	1
V	Азбука танца	5	1	4
1.	Шаги: бытовой, танцевальный легкий шаг с носка, на полупальцах легкий бег, шаг с подскоком, боковой подскок – галоп бег легкий с оттягиванием носков;	2	0,25	1,75
2.	Постановка корпуса Позиции ног: I-я, VI-я Подготовка к изучению позиций рук этюд «Воздушный шар»	0,5	0,25	0,25
3.	Танцевальные положения рук: на поясе, за юбочку, за спиной, на поясе в кулачках	0,5	0,25	0,25
4.	Полуприсядания (demi plie) по VI позиции, I позиции Выдвижение ноги (battement - tendu): вперед по VI позиции, в сторону по I позиции. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции То же в сочетании с п/присяданиями Прыжки (allegro) saute по VI позиции	2	0,25	1,75
VI	Рисунок танца	5	1	4

1.	• Рисунок танца «Круг»: • движения по линии танца. Игра «Часы»; • движение в круг, из круга. Игра «Надувала кошка шар».	2	0,25	1,75
2.	• Рисунок танца «Линия». • Рисунок танца «Колонна». • Рисунок танца «Змейка»: • Игра «Змейка»; • Танец «Мышиная история» (выход на танец «змейкой»).	2	0,5	1,75
3.	• Рисунок танца «Спираль» • Игра «Клубочек». • Свободное размещение в зале. • Игра «Горошины».	1	0,25	0,5
VI	Танцевальная мозаика	3	-	3
1.	Постановка танца.	3	-	3
VIII	Итоговые занятия	4	-	4
1.	Выступление на закрытии творческого сезона.	4	-	4
	Итого:	36	5	31

Содержание программного материала первого года обучения

Введение в программу.

ТЕМА «Ее величество Музыка!»

(Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями)

Теория:

- Воспитывать у детей умение слушать музыку.
- Учить воспринимать и оценивать музыку.
- Развивать умение организовать свои действия под музыку.

Практика:

- Характер музыкального произведения.
- Слушая музыку, определить ее характер (веселая, грустная, тревожная).
- Творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную.
- Создание заданного образа: кукла новая, кукла заболела; воробей весело перелетает с ветки на ветку, раненый воробей.
- Игра «Жуки и бабочки»
- Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный, умеренный).
- Слушая музыку, определить ее темп (устно).
- Игра «Зайцы и охотник».
- Творческое задание: изобразить черепаху, мышку.
- Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами
- Динамические оттенки (громко, тихо, умеренно).
- Слушая музыку, определить динамические оттенки (устно).
- Творческое задание: изобразить хлопками дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо).

- Игра «Тихо и громко».
- Ритмический рисунок.
- Воспроизведение хлопками и притопыванием ритмического рисунка.
- Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.
- Строение музыкального произведения (вступление, часть).
- Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.
- Игра «Ку-чи-чи».
- На примере изучаемых танцевальных этюдов учить самостоятельно начинать движение после вступления.

ТЕМА «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)

Теория:

- Развивать внимание.
- Развивать координацию движений.
- Развивать зрительную и слуховую память.
- Подготовить детей к исполнению более сложных элементов.

Практика:

- Комплекс игровой ритмики «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес».
- Движения рук («Путаница», «Догонялочки», «Жадина»).
- Игра «Зверушки – наострите ушки».
- Игры на внимание «Учительница», «Сделай этак, сделай так», «Вправо – влево».

ТЕМА «Игровой стретчинг»

Теория:

- Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат.
- Улучшать эластичность мышц и связок.

- Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат.

Практика:

- Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка», «Качели», «Кораблик», «Кузнечик».

- Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Книжка», «Горка», «Страус», «Черепашка», «Веточка».

- Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Орешек», «Лисичка».

- Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед».

- Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Гусеница».

- Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница».

- Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка».

- Дополнительные упражнения: «Березка», «Гребцы».

ТЕМА «Азбука танца»

Теория:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев.

Практика:

1. Шаги:

- бытовой,
- танцевальный легкий шаг с носка,

- на полупальцах
- легкий бег,
- шаг с подскоком,
- боковой подскок – галоп
- бег легкий с оттягиванием носков;

2. Постановка корпуса

Позиции ног: I-я, VI-я

Подготовка к изучению позиций рук

- этюд «Воздушный шар»
- Танцевальные положения рук:

на поясе,

за юбочку,

за спиной,

на поясе в кулачках

- Полуприседания (*demie plie*) по VI позиции, I позиции

Выдвижение ноги (*battement - tendu*):

вперед по VI позиции,

в сторону по I позиции.

Подъем на полупальцы (*releve*) по VI позиции

То же в сочетании с п/приседаниями

Прыжки (*allegro*) saute по VI позиции

ТЕМА «Рисунок танца»

Теория:

- Научить детей ориентироваться в пространстве.
- Научить детей держать равнение в рисунке и соблюдать интервалы.

Практика:

- Рисунок танца «Круг»:
- движения по линии танца. Игра «Часы»;

- движение в круг, из круга. Игра «Надувала кошка шар».
- Рисунок танца «Линия».
- Рисунок танца «Колонна».
- Рисунок танца «Змейка»:
 - Игра «Змейка»;
 - Танец «Мышиная история» (выход на танец «змейкой»).
- Рисунок танца «Спираль»
- Игра «Клубочек».
- Свободное размещение в зале.
- Игра «Горошины».

ТЕМА «Танцевальная мозаика» (Этюды и танцы)

Задачи:

- Научить детей двигаться в соответствии с музыкой.
- Развивать память, актерское мастерство.
- Готовить к концертной деятельности.

Итоговое занятие. Выступление на закрытии творческого сезона.

Учебно – тематический план 2 – го года обучения.

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов	В том числе	
			теоретических	практических
I	Введение в программу. Волшебное знакомство	5	3	2
II	Ее величество-музыка	5	2	3
1.	Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, строение)..	1	0,25	0,75
2.	Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка). Такт.	1	0,25	0,75
3.	Творческая задача: поочередное	1	0,5	0,5

	вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт. • Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо». Музыкальный жанр.			
4.	Музыкальный жанр. • Полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр) • Игра: «Марш – полька – вальс»	2	1	1
III	Игровой стретчинг» (партерная гимнастика)	2	0,5	1,5
1.	•Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра», «Колечко», «Ящерица», «Мостик», «Лодка», «Собачка», «Рыбка». •Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».	1	0,25	0,5
2.	•Упражнения на Укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», Медвежонок». •Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы». •Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».	1	0,25	1
IV	Веселая разминка	2	-	2
1.	Комплекс движений разминки. • Танцевальный этюд на современном материале.	2	-	2
V	Азбука классического танца	2	0.5	1,5
1.	Шаги: танцевальный шаг с носка, марш, на полупальцах, подскоки, галоп, шаг польки. •Бег: мелкий на полупальцах, с высоко поднятыми коленями, с откидыванием ног назад	1	0,25	0,75

2.	Экзерсис у станка: постановка корпуса (ноги в свободном положении) понятия рабочая нога и опорная нога; позиции ног (I-я, II-я, III-я, при относительной выворотности ног); постановка корпуса в I – II – III позиции; demi - plie в I – II – III позиции; battement tendu во всех направлениях (I-я позиция); releve на полупальцы (в невыворотных позициях); перегиб корпуса вперед и в сторону. 4. Экзерсис на середине зала: точки зала (по методике А.Я.Вагановой); положение en face; позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я; перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма); повороты головы на 1/2; 1/4. 5. Allegro (у станка): temps leve sauté (лицом к палке, по мере усвоения – без опоры) – I позиция.	1	0,25	0,75
V	Рисунок танца.	6	2	4
1.	Движение по линии танца. Рисунок танца "Круг" (рассказ из истории): •замкнутый круг; •раскрытый круг (полукруг); •круг в круге; •сплетенный круг (корзиночка); • лицом в круг, лицом из круга; круг парами. Научить перестраиваться из одного вида в другой	2	0,5	1
2.	Рисунок танца «Колонна», «Линия»: •перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план); •перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).	2	0,5	1
3.	Понятие «Диагональ»:	1	0,5	1

	•перестроение из круга в диагональ; •перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).			
4.	Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца». Игра – танец «Бесконечный».	1	0,5	1
VI	Русский танец	3	1	2
1.	Постановка корпуса; Изучение основ русского народного танца: •работа рук в русском танце; •навыки работы с платочком; •русский поклон; •развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка; ходы: простой, на полупальцах, боковой, приставной, боковой ход «припадание» по VI позиции, □ беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.	1,5	0,5	1
2.	•подготовка к «дробям»: •притопы, •удары полупальцами, •удары каблуком; •хлопки и хлопушки для мальчиков; •одинарные по бедру и голенищу Экзерсис у станка (лицом к палке): •demi-plie (плавное) по невыворотным позициям, •battement tendu с переходом ноги с носка на каблук, •каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.	1,5	0,5	1
VII	Бальный танец.	4	1	3

1.	•Изучение основ танца «Полька»: Подскоки, шаг Польки, галоп; Комбинирование изученных элементов; Положения в паре: «лодочка», Руки «крест-накрест», Мальчик держит девочку за талию ,девочка кладёт руки мальчику на плечи.	2	0,5	1,5
2.	Изучение основ танца «Вальс»: Основные элементы: «Качели», «Квадрат», «Ромб», «Вальсовая дорожка», «Перемена»; •Работа в паре: Положение рук в паре, «Ромб» в паре, Вращение «Звёздочка»; Простые танцевальные комбинации	2	0,5	1,5
VIII	Танцевальные этюды и танцы.	3	-	3
1	Постановка и отработка танцев.	3	-	3
IX	Итоговые занятия	4	1	3
1	Выступление на закрытии творческого сезона.	4	-	4
	Итого:	36	11	25

Содержание программного материала второго года обучения

ТЕМА «Волшебное знакомство» (Вводное занятие)

Теория:

- Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.
- Рассказать о пользе занятий танцами.

ТЕМА «Ее величество Музыка»

Теория:

- Закрепить знания, навыки, полученные на первом году обучения.
- Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Практика:

- Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, строение).
- Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка).
- Такт.
- Творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4.

Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.

- Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо». 4. Музыкальный жанр.
- Полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)
- Игра: «Марш – полька – вальс»

ТЕМА «Игровой стретчинг» (партерная гимнастика)

Теория:

- Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
- Развивать природные данные детей.
- Исправлять дефекты осанки.

- Укреплять физическое и психическое здоровье.

Практика:

- Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра», «Колечко», «Ящерица», «Мостик», «Лодка», «Собачка», «Рыбка».
- Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».
- Упражнения на Укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».
- Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
- Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».

ТЕМА «Веселая разминка»

Теория:

- Развивать внимание, память, координацию движений.
- Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

Практика:

- Комплекс движений разминки.
- Танцевальный этюд на современном материале.

ТЕМА «Азбука классического танца»

Теория:

- Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
- Формировать правильную осанку и координацию движений.
- Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Практика:

- Шаги:

танцевальный шаг с носка,
марш,
на полупальцах,
подскоки,
галоп,
шаг польки.

•Бег:

мелкий на полупальцах,
с высоко поднятыми коленями,
с откидыванием ног назад

• Экзерсис у станка:

постановка корпуса (ноги в свободном положении)
понятия рабочая нога и опорная нога;
позиции ног (I-я, II-я, III-я, при относительной выворотности ног);
постановка корпуса в I – II – III позиции;
demi - plie в I – II – III позиции;
battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
releve на полупальцы (в невыворотных позициях);
перегиб корпуса вперед и в сторону. 4. Экзерсис на середине зала:

точки зала (по методике А.Я.Вагановой);

положение en face;

позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;

перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

повороты головы на 1/2; 1/4. 5. Allegro (у станка):

temps leve sauté (лицом к палке, по мере усвоения – без опоры) – I
позиция.

ТЕМА "Рисунок танца"

Теория:

Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Практика:

Движение по линии танца.

Рисунок танца "Круг" (рассказ из истории):

- замкнутый круг;
- раскрытый круг (полукруг);
- круг в круге;
- сплетенный круг (корзиночка);
- лицом в круг, лицом из круга;
- круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

Понятие «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;
- перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

Рисунок танца «Змейка»:

горизонтальная;

вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца».

Игра – танец «Бесконечный».

ТЕМА «Русский танец»

Теория:

Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.

Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.

Научить основам русского танца.

Практика:

Введение в предмет «Русский танец»;

Постановка корпуса;

Изучение основ русского народного танца:

- работа рук в русском танце;
- навыки работы с платочком;
- русский поклон;
- развитие подвижности стоп на основе элементов

«елочка»,

«гармошка», ковырялочка; ходы:

простой, на полупальцах,

боковой, приставной,

боковой ход «припадание» по VI позиции, □ беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

- подготовка к «дробям»:
- притопы,
- удары полупальцами,
- удары каблуком;
- хлопки и хлопушки для мальчиков:
- одинарные по бедру и голенищу

Экзерсис у станка (лицом к палке):

- demi-plie (плавное) по невыворотным позициям,
- battement tendu с переходом ноги с носка на каблук,
- каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.

•

Тема «Бальный танец»

Теория:

- Познакомить детей с историей бального танца
- Научить основам танца «Полька»
- Разучить основные элементы танца «Вальс»

Практика:

- Изучение основ танца «Полька»:

Подскоки, шаг Польки, галоп;

Комбинирование изученных элементов;

Положения в паре:

«лодочка»,

Руки «крест-накрест»,

Мальчик держит девочку за талию ,девочка кладёт руки мальчику на плечи.

- Изучение основ танца «Вальс»:

Основные элементы:

«Качели»,

«Квадрат»,

«Ромб»,

«Вальсовая дорожка»,

«Перемена»;

- Работа в паре:

Положение рук в паре,

«Ромб» в паре,

Вращение «Звёздочка»;

Простые танцевальные комбинации.

ТЕМА «Танцевальные этюды и танцы»

Практика:

- Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
- Подготовить к показательным выступлениям.

Итоговое занятие. Выступление на закрытии творческого сезона.

Учебно – тематический план

Третий год обучения

№ п/п	Название раздела/тем	Количество часов		
		всего	теоретических	практических
1	Вводное занятие. Диагностика. ТБ.	2	1	1
2	Ее величество Музыка	3	-	3
2.1	Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка). • Такт.	1	-	1
2.2	• Задание на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, строение).	1	-	1
2.3	• Игра: «эхо», «сова». • Музыкальный жанр • «Полька», Марш, Вальс, Полонез, Галоп (устно определить жанр) • Игра: «танцуй по очереди».	1	-	1
3	Характер музыки, средствами музыкальной выразительности	3	1	2
3.1	• Совершенствование навыков основных движений, выполняемых на музыку различных размеров: 2/4, 3/4, 4/4, 3/8, 6/8, 12/8.	1	-	1

3.2	•Игра: «Нам весело» муз. М. Броннера , «Кружочки и цепочки», муз С. Затеplinского. •Музыкальный жанр. •Полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр) •Игра: «Танцуй по очереди»	2	-	2
4	Музыкальная форма	5	1	4
4.1	•Самостоятельное решение задачи пространственного ориентирования в танцах, играх, упражнениях.	3	1	2
4.2	•Игра: «Весёлый слонёнок» муз. В. Комарова. •Музыкальный жанр. •Игра: «Сова»	2	-	2
5.	Комплексы ритмической гимнастики	8	1	7
5.1	•Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям. •Укреплять физическое и психическое здоровье.	2		2
5.2	•Учить детей передавать движения в упражнениях не только характер музыки, но и форму, а самое главное, музыкальный образ.	3	1	2
5.3	•Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».	3	-	3
6.	Танцевальные композиции, игры, упражнения с предметами	5	-	5
6.1	•Учить детей полнее раскрывать характер музыкального произведения, ритмично двигаться с предметами в соответствии с характером музыки.	3	-	3
6.2	•«Танец с кубками» муз. П. Чайковского. Танцевальный этюд на современном материале.	2	-	2
7.	Историко-бытовой танец,	5	-	5

	парные композиции			
7.1	- Шаги: танцевальный шаг с носка, марш, на полупальцах, подскоки, галоп, шаг польки. - Бег: мелкий на полупальцах, с высоко поднятыми коленями, с откидыванием ног назад.	1	-	1
7.2	Экзерсис у станка: постановка корпуса (ноги в свободном положении); понятия рабочая нога и опорная нога; позиции ног (1-я, II-я, III-я, при относительной выворотности ног); постановка корпуса в I - II - III позиции; demi - plie в I - II - III позиции; battement tendu во всех направлениях (1-я позиция); releve на полупальцы (в невыворотных позициях); перегиб корпуса вперед и в сторону.	2	-	2
7.3	- Экзерсис на середине зала: точки зала (по методике А.Я.Вагановой); положение en face; позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я; перевод рук из позиции в позицию (port de bras -1 форма); повороты головы на 1/2; 1/4. - Allegro (у станка): temps leve saute (лицом к палке, по мере усвоения - без опоры) - I позиция.	2	-	2
8.	Выступления на различных мероприятиях	4	-	4
9.	Итоговое занятие.	1	-	1

	Всего:	36	4	32
--	--------	----	---	----

Содержание программного материала третьего года обучения

Вводное занятие

Тема «Ее величество Музыка»

Теория:

- Закрепить знания, навыки. Получены на первом и втором году обучения.

- Уметь самостоятельно анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Практика:

- Задание на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, строение).

- Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка).

- Такт.

- Творческая задача: отработка по очередного выступления (каноном) на 2/4, $\frac{3}{4}$ и 4/4.

Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.

- Игра: «эхо», «сова».

- Музыкальный жанр

- «Полька», Марш, Вальс, Полонез, Галоп (устно определить жанр)

- Игра: «танцуй по очереди».

Тема «Характер музыки, средствами музыкальной выразительности»

Теория:

•Подвести детей к творчеству, умению выражать свои чувства в играх, вызванное музыкой, самостоятельными композиционными решениями в танцах и включая и основные, и образные ,и имитационные движения.

Практика:

- Совершенствование навыков основных движений, выполняемых на музыку различных размеров: 2/4,3/4, 4/4, 3/8, 6/8,12/8.
- Формировать восприятия детьми музыкального искусства через осознание его драматургии.
- самостоятельное решение задачи пространственного ориентирования в танцах, играх, упражнениях.
- Игра: «Нам весело» муз. М. Броннера , «Кружочки и цепочки», муз С. Затеplinского.
- Музыкальный жанр.
- Полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)
- Игра: «Танцуй по очереди»

ТЕМА «Музыкальная форма»

Теория:

Совершенствовать музыкальные формы: одно-, двух-, трёхчастную вариационную форму, канон.

«Хоровод выйду ль я на реченьку» рус, нар, мел..

Практика:

- Совершенствование навыков основных движений, выполняемых на музыку различных размеров: 2/4, 3/4, 4/4, 3/8, 6/8, 12/8.
- Самостоятельное решение задачи пространственного ориентирования в танцах, играх, упражнениях.
- Игра: «Весёлый слонёнок» муз. В. Комарова.
- Музыкальный жанр.
- Игра: «Сова»

ТЕМА «Комплексы ритмической гимнастики»

Теория:

- Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
- Укреплять физическое и психическое здоровье.

Практика:

- Учить детей передавать движения в упражнениях не только характер музыки, но и форму, а самое главное, музыкальный образ.
- Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».

ТЕМА «Танцевальные композиции, игры, упражнения с предметами»

Теория:

- Подвести детей к самостоятельному овладению предметами
- Выполнению сложных элементов.

Практика:

- Учить детей полнее раскрывать характер музыкального произведения, ритмично двигаться с предметами в соответствии с характером музыки.
- «Танец с кубками».муз. Муз. П. Чайковского.Танцевальный этюд на современном материале.

ТЕМА «Историко-бытовой танец, парные композиции»

Теория:

- Обучение композиционным решениям в танцах и играх.
- Формировать правильную осанку и координацию движений.
- Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Практика:

- Шаги:
танцевальный шаг с носка,
марш,
на полупальцах,
подскоки,
галоп,
шаг польки.

- Бег:

мелкий на полупальцах,
с высоко поднятыми коленями,
с откидыванием ног назад.

- Экзерсис у станка:

постановка корпуса (ноги в свободном положении);
понятия рабочая нога и опорная нога;
позиции ног (1-я, II-я, III-я, при относительной выворотности ног);
постановка корпуса в I - II - III позиции;
demi - plie в I - II - III позиции;
battement tendu во всех направлениях (1-я позиция);
releve на полупальцы (в невыворотных позициях);
перегиб корпуса вперед и в сторону.

- Экзерсис на середине зала:

точки зала (по методике А.Я.Вагановой); положение en face;
позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
перевод рук из позиции в позицию (port de bras -1 форма);
повороты головы на 1/2; 1/4.

Allegro (у станка):

temps leve saute (лицом к палке, по мере усвоения - без опоры) - I
позиция.

Итоговое занятие. Выступление на закрытии творческого сезона.

Методическое обеспечение программы

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал должен подбираться 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.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

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

Главный ожидаемый результат: овладение детьми основами танцевального искусства.

Организация проведения занятий

Дети организованно под музыку входят в зал, используя различные виды танцевального шага, перемещаясь по кругу.

Строятся в колонны по 4 человека или в «шахматном порядке» ориентируясь, чтобы не мешать друг другу. Проверяется равенство в колоннах и шеренгах, правильность осанки детей. Под музыку дети здороваются с преподавателем (общий поклон).

Занятие состоит из трех частей. В первой части (разминка) ставится задача подготовить организм ребенка к выполнению более сложных и интенсивных упражнений в последующей (основной) части занятия. В

содержание разминки входят упражнения игровой ритмики, танцевальные упражнения, упражнения на внимание, координацию движений.

Во второй (основной) части занятия дети обучаются новым движениям, элементам, закрепляют старые. Постепенно изученные движения объединяются в танец.

В третьей (заключительной) части занятия решаются задачи постепенного перехода организма ребенка к другим видам деятельности, проводятся игровые танцы под знакомую детям музыку. Выполнение простых танцевальных движений в игровой форме расширяет двигательные навыки детей, приучает их координировать свои движения согласно музыке, создает дополнительный положительный фон и настрой. Помимо игровых танцев проводятся танцевально-театральные игры, позволяющие активизировать действия детей, развивать их внимание, артистизм.

Заканчиваются занятия подведением итога стараний детей, путем выдачи поощрительных наклеек в индивидуальные тетради. После чего они прощаются с педагогом.

Методические рекомендации

Занятия ритмикой необходимо проводить в танцевальном зале, оборудованном станками, зеркалами.

Во время занятий педагогу следует периодически менять направление движения детей, с тем, чтобы, поворачиваясь то лицом, то спиной к зеркалу, они научились контролировать себя через ощущение. Постоянные занятия лицом к зеркалу не дадут возможности почувствовать свое тело и мышцы, а впоследствии затруднят ориентацию при выступлении на сцене.

Следует, как можно чаще менять построение детей в зале, менять в последовательном порядке линии, по которым выстроены дети. В противном случае, дети, постоянно находящиеся в последних линиях, привыкнув смотреть на ноги впереди стоящих, никогда не научатся мыслить и работать самостоятельно.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического

показа и словесных объяснений. Необходимо четко определять баланс в сочетании этих двух методов. Излишнее и подробное объяснение может привести к потере внимания. Ограничиваться только практическим показом нельзя, в этом случае дети воспринимают материал подражательно, неосознанно.

Для приобретения детьми навыков в системе классического танца и их закрепления требуется определенная повторяемость и последовательность. Исходя из этого, занятия надо составлять так, чтобы объем мышц нарастал пропорционально, не деформируя контуры ног и тела. Повторяемость движений должна быть умеренной и не слишком однообразной. Не следует требовать полной выворотности ног от детей дошкольного возраста, если только она не является природной особенностью ребенка.

В процессе преподавания необходим дифференцированный подход к детям, учитывая их возрастные особенности, творческие наклонности и физические данные, степень восприятия и усвоения материала.

Овладение двигательными навыками всегда должно сопровождаться положительным эмоциональным настроением. На занятиях можно использовать стихотворения, сказочные сюжеты, скороговорки, считалки. Это обогатит образную речь детей, разнообразит эмоциональный фон общения.

В работе с детьми дошкольного возраста важно не стремиться к высоким исполнительским достижениям, как самоцели, а использовать навыки, знания и умения, полученные на занятиях по ритмике для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребенка в атмосфере доброжелательности, любви и уважения к своим воспитанникам и профессиональному делу.

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 головного мозга ребенка, его 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.

Формы занятий:

1. Учебное тренировочное занятие с группой и индивидуально с учащимся;
2. Постановка и репетиция танцев;
3. Выступление на утренниках, концертах, конкурсах.

Педагогические технологии:

1. Технология разно уровня обучения;
2. Коррекционно - развивающие технологии;
3. Игровые технологии;
4. Информационно-коммуникационные технологии;
5. Здоровье сберегающие технологии (релаксация, изменение темпоритма движений на разных этапах занятия, занятия босиком, проветривание, облегченная одежда, поэтапность)

6. Коллективно-творческая деятельность.

Формы проведения итогов реализации программы.

Формы подведения итогов реализации программы могут быть различными:

- промежуточная аттестация в форме выступления, концерта;
- итоговое занятие по окончанию учебного года;

Список литературы:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - СПб: Просвещение, 1996.
2. Бриске И.Э. Мир танца для детей. - Челябинск, 2005.
3. <http://www.zavuch.info/methodlib/247/42357/> Авторская программа «Чудо ритмика» для детей 4.5-5.5 лет
4. http://www.zvetka.org/img/file/veselaya_ritmika.pdf
образовательная программа «Веселая ритмика» для детей с 3.5 до 18 лет.
5. Константинова А.И. Игровой стретчинг. - СПб.: Вита, 1993.
6. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. - СПб: Просвещение, 1994.
7. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. - СПб: Искусство, 1993.
8. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие - М.: Владос, 2003.
9. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка - Пресс, 2006.
10. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. - СПб. : «Детство - пресс», 2000.