

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 321 комбинированного вида с татарским языком
воспитания и обучения» Кировского района города Казани

Принято
на педагогическом совете ДОУ
« 29 » 08 20 22 г.
Протокол № 1

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ «Детский сад №321»
Н.Н.Камалиева
Приказ № 34 от 31.08.2022 г.



Дополнительная образовательная программа
«Ритмика для малышей»

Возраст детей: 2 - 4 лет.
Срок реализации программы – 8 месяцев

Автор: Муратова М.М.,
педагог дополнительного
образования

Казань, 2022 г

СОДЕРЖАНИЕ.

Пояснительная записка.....	3
Цель программы.....	3
Задачи программы.....	3
Учебно-тематический план.....	4
Содержание программы.....	4
Перспективный план занятий по программе «Ритмика для малышей».....	5
Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.....	6
Список литературы.....	7

Пояснительная записка.

Ритмика – это ритмические движения под музыку, и именно она является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Занятия ритмикой и танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

Программа «Ритмика для малышей» ориентирована на детей дошкольного возраста от 2-х до 3-ёх лет. В качестве основной формы реализации программы выступает организация танцевального кружка. Занятия проводятся в музыкальном зале.

Цель программы: - обучение детей творческому исполнению танцевальных движений и передаче образов через движения, формирование социально значимых личностных качеств и развитие творческих способностей посредством ритмики и танца.

Задачи программы:

Развитие музыкальности:

- развитие способности чувствовать настроение и характер музыки;
- развитие чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

- развитие точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- привитие основных навыков в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание;
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации;

Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- развитие восприятия, внимания, памяти;

Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- Воспитание таких качеств, как внимание, целеустремлённость, собранность, работоспособность, коллективизм;
- воспитание умения сопереживать другому;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения;
- воспитание чувства такта.

Укрепление здоровья детей:

Укрепления иммунитета за счет физических упражнений и двигательной активности

В работе с дошкольниками обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения пройденный материал подается на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

В подходе к каждой конкретной группе детей проявляется определенная гибкость, учитывается при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Учебно-тематический план.

Программа разделена для детей от 2 до 4 лет:

Младшая группа – дети 2-4, занятия 2 раз в неделю по 20 мин.

Количество детей в группе: 10-15 человек.

Форма занятий: групповая.

Младшая группа. Дети 2-4 лет. Первый год обучения.

Возрастные особенности. Детям 2-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. Дети этого возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе, не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений. Движения этих детей не достаточно согласованы, им трудно выполнять танцевальные композиции, но они могут стараться выполнять движения по показу. В этом возрасте нужно больше давать ритмических упражнений и игр и использовать различные образы в показе упражнений.

Содержание программы.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

- Мы идем в зоопарк
- Мы гуляем в лесу
- Морское путешествие

Партерная гимнастика.

- упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик»;
- упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)
- упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение;

Танцевальные движения.

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере
- шаги на полупальцах и пятках
- различные хлопки
- хороводы

Сюжетно-образные танцы.

Ритмические и образные танцы по показу: «Раз ладошка, два ладошка», «Шоколадки», «Цыпленок Пи», «Цыплята».

Музыкальные игры.

Игры по ориентации в пространстве: построение в круг, построение в линию, построение в две линии, «Море волнуется», «Кошки-мышки», «Зайцы-волки», «Зоопарк», «Птицы», «Машинки», «Самолеты», «Вперед 4 шага».

Итоговое занятие.

Показ пройденного материала на открытом занятии в конце первого и второго полугодия.

Перспективный план занятий по программе «Ритмика для малышей».

		Младшая группа от 2 до 3 лет
Сентябрь – Октябрь - Ноябрь	Диагностика	Беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения
	Танцевальная разминка	Мы идем в зоопарк
	Партерная гимнастика	Вытягивание носочков, кручение; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка»
	Танцевальные движения	Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки хороводы
	Сюжетно-образные танцы	Ритмические и образные танцы по показу «Раз ладошка , два ладошка», «Цыпленок Пи»
	Музыкальные игры	Построение в линию, «Море волнуется», «Листики», «Зайцы-волки»
Декабрь – Январь – Февраль	Танцевальная разминка	Мы гуляем в лесу
	Партерная гимнастика	Вытягивание носочков, кручение; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка», «полумостик»
	Танцевальные движения	Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере Шаги на полупальцах и пятках Различные хлопки; Хороводы
	Сюжетно-образные танцы	Пройденный танцы и новый танцы по показу: «Цыплята», «Шоколадки»
	Музыкальные игры	Пройденные по желанию и новые - построение в круг, «Птицы», «Снежинки», «Кошки-мышки», «Машина», «Самолеты»
Март – Апрель - Май	Танцевальная разминка	Морское путешествие
	Партерная гимнастика	Упражнения для стоп; упражнения для развития гибкости: «сундучок», «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко»
	Танцевальные движения	ходьба: простой шаг в разном темпе и характере Различные хлопки Хороводы
	Сюжетно-образные танцы	Пройденные танцы и новые танцы по показу: «Цыпленок Пи», «Раз ладошка, два ладошка»
	Музыкальные игры	Пройденные по желанию и новые - построение в две линии, «Зоопарк», «Вперед 4 шага»
	Отчетный концерт	Сценарий по пройденному материалу

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

Методы обучения, используемые в программе.

Логоритмика.

Движения выполняются под стихи. Логоритмика используется в подготовительной части занятия, в партерной гимнастике, в разучивании танцевальных элементов, в образных танцах и в играх.

Музыкальная разминка.

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

Ритмическая гимнастика.

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

Партерная гимнастика.

Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия и выполняются с использованием логоритмики.

Танцевальные движения.

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

Сюжетно-образные танцы.

Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются как правило изученные танцевальные движения.

Музыкальные игры. Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

Примерный план организации занятия танцевального кружка.

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- партерная гимнастика
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.

- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

- музыкальная игра
- построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

Мониторинг танцевально-ритмической деятельности.

Для эффективного развития ребенка в танцевально-ритмической деятельности необходимо отслеживать влияние занятий в кружке «Ритмика для малышей». Результаты исследования позволяют педагогу грамотно развивать ребенка в соответствии с его индивидуальными возможностями, видеть результат своей деятельности и вносить коррективы в перспективное планирование.

Это исследование проводится в три этапа:

- в начале учебного года с использованием таких методов как беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения;
- в конце первого полугодия в виде открытого урока;
- в конце учебного года проводится отчетный концерт.

Ожидаемые результаты:

- овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;
- овладение выразительностью и красотой движения;
- овладение чувством ритма;
- возросший интерес к занятиям танцевально-ритмической деятельностью;
- укрепление иммунной системы организма;
- укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
- развитие правильной осанки.

Список литературы.

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.
3. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003
4. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов -на – Дону «Феникс» 2003г.
5. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
6. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
8. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
9. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.