МБОУ Есаульская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа - интернат для детей-сирот и детей,

оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья

(нарушение интеллекта)

СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДАЮ:

Зам. директора по УВР Директор МБОУ

Есаульская СКШИ

\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.П. Елисеева \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В. Синицына

« » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 г. « » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 г.

**Рабочая программа танцевального кружка**

**«Звездочки» для детей в возрасте от 3-17 лет.**

Составитель рабочей программы:

Руководитель танцевального кружка

Чувакова Е. Г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Программа по хореографии способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость. Занятия по хореографии влияют на воспитание внимания, трудолюбия, собранности. Благодаря систематическому образованию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства.

Доказано, что двигательные упражнения развивают мозг, позволяют выразить эмоции, реализовать энергию. Занятия хореографией развивают творческие способности, координацию движений, чувство ритма, воспитывает вкус. Развивается умение ориентироваться в пространстве, формируется правильная осанка и красивая походка.

В тоже время происходит развитие психических процессов: восприятия,внимания, воли, памяти, мышления и общее оздоровление. Пленителен мир танца. Он богат разнообразием стилей, каждый из которого находит либо своего танцора, либо зрителя, но никак не равнодушного к этому искусству человека.

Занятия хореографией способствуют гармоничному развитию детей, учат их красоте и выразительности движений, развивают физическую силу, выносливость, ловкость.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Двигательные упражнения развивают мозг, позволяют выразить эмоции, реализовать энергию. Занятия хореографией развивают творческие способности, воспитывают вкус, улучшают координацию движений, развивают чувство ритма. Развивается умение ориентироваться в пространстве, формируется правильная осанка и красивая походка. В тоже время происходит развитие психических процессов: восприятия, внимания, воли, памяти, мышления, и общее оздоровление.

Программа является основой занятий. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение.

Обучение танцам в школах 8 вида целесообразно начинать с занятий по ритмике, эти занятия служат преддверием для занятий хореографией. На уроках по ритмике развивается внимание, чувство ритма, музыкальная память, умение двигаться под музыку. Поэтому при танцевальном кружке есть группы: музыкально-подвижные игры для детей дошкольников, веселая аэробика для младших школьников, шейпинг для средних и старших школьников.

В программу введены разделы «классический танец», « народно-сценический», «эстрадный танец».

Для первого класса основой считается ритмика. Здесь дети учатся двигаться под музыку, слушать ее, через простые танцевальные движения приходит понимание, как правильно связать движения. Игра помогает более доступно и интересно донести до детей понятия ритма, темпа, поэтому большое внимание уделяется этому виду деятельности на уроке.

Занятия партерной гимнастикой на первом году обучения ведут к развитию гибкости, правильной осанки, выворотности и растяжки, но при этом необходимо учитывать индивидуальные способности ученика.

Исполняя танцевальные этюды, учащийся учится общаться в коллективе посредством движений, вниманию, дисциплине. Нельзя забывать и о том , что ребенок открывается творчески, развивается артистизм, выразительность, умение показывать себя, свободно чувствовать на сцене.

Исходя, из этого была составлена программа по предмету хореография на 3 года обучения.

**Цель программы:** формирование духовно – нравственной личности ребёнка средствами хореографического искусства, на основе традиционных ценностей отечественной культуры.

                  В соответствии с данной целью выдвинуты следующие **задачи:**

1. Воспитывать бережное отношение, уважение к традициям русской культуры, к русскому танцу, костюму.
2. Сформировать систему ценностей традиционной  отечественной культуры:

                          ▪  Ценность семьи и традиционных семейных отношений.

                          ▪  Ценность родной земли,  Родины.

                          ▪  Ценность трудолюбия и труда.

                          ▪  Ценность здорового образа жизни.

1. Формировать первоначальные образные, эмоционально – окрашенные
2. Формировать первоначальные представления о танце как части целостного  и многообразного мира искусства.
3. Осваивать с детьми доступные им средства и способы выразительности танцевального искусства.
4. Развивать психические и физические качества детей (в том числе внимание, память, воображение, пластичность, гибкость мышц, координацию движений).
5. Выявлять и развивать творческие способности каждого ребёнка.
6. Осуществлять психофизическое оздоровление детей, психологическую коррекцию и адаптацию детей в процессе различных видов хореографической деятельности.
7. Знакомить детей с шедеврами танцевального искусства.

Привить детям любовь к танцу, сформировать их танцевальные способности с учетом индивидуальных возможностей, развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус.

**Направления работы:**

▪  Знакомство с русскими народными танцами, современными танцами.

▪  Самостоятельное исполнение танцевальных миниатюр, композиций и

    инсценировок.

▪  Развитие творческих способностей.

**Принципы:**

▪  Творческой направленности.

▪  Игрового познания.

▪  Максимальной самореализации с учётом индивидуальных способностей ребёнка

**Актуальность и новизна** данного образовательного курса заключается в том, у учащихся школы 8 вида ярко выражен интерес к танцевальному искусству, и мы, взрослые, должны сделать всё, чтобы приобщить детей к творческой деятельности. Вместе с детьми создаём ритмические импровизации, танцевальные композиции, несложные игровые миниатюры, инсценировки, а также народные костюмы. Коллективные творческие проекты дети демонстрируют на народных праздниках, концертах, фестивалях танца.

Данная программа построена на изучении русского народного танца. Потребность в такой программе очень большая. В отличие от существующих программ  по хореографии, в которых главное внимание уделяется технике движения, создание образа сопровождает высоко технически исполненная композиция, в данной программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона народного танца. Целью данной программы является не танец, а ребёнок, в котором формируется система ценностей, основанная на традиционной русской культуре.

**Основной формой** работы в кружке «Звездочки» является групповое занятие по расписанию, младшая группа – 7-10 лет, средняя группа – 10-13 лет, старшая группа 10-17 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю в младшей группе , 2 раза в неделю в средней группе, 2 раза в неделю в старшей группе. Продолжительность занятий 40 – 45 минут: младшая группа  - 35-40 минут, средняя группа– 40-45 минут, старшая группа – 40-45 минут. Расширяя кругозор детей, знания о русском фольклоре и в целом о русской народной и классической культуре использую такие формы:

▪   демонстрация техники исполнения основных движений танца;

▪   демонстрация вариаций;

▪   отработка движений;

▪  постановка танца;

▪   репетиции;

▪   знакомство с русским народным костюмом;

▪  просмотр видеоматериала и прослушивание аудиокассет;

▪  экскурсии;

▪  изготовление русских народных костюмов.

**Содержание работы:**

Учебный материал, предусмотренный программой, распределён в определённой последовательности с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Постепенно, от занятия к занятию, усложняется учебный материал: движения, ритмика, пластика и т.д. Поначалу необходимо заинтересовать ребёнка, развить желание заниматься в коллективе и только потом переходить к целенаправленному формированию исполнительских умений и навыков. Для выработки ритмичных танцевальных упражнений, в  овладении основами техники танца, рекомендую использовать на занятиях:

▪  коллективные танцевальные игры («Собачья полька», «Буги-вуги» и

   т.д.);

▪  массовые танцы («Арива»);

▪  ритмические упражнения;

▪   народный фольклор (потешки, попевки, прибаутки, песенки, частушки);

▪   соревнования между ребятами;

▪   создание собственных танцевальных элементов.

**Структура программы:**

Весь образовательный цикл делится на две ступени исполнительского мастерства:

1 ступень – младшая группа коллектива.

Цель: приобретение начального танцевального опыта. Знакомство с простейшими танцевальными элементами, развитие музыкального слуха и чувства ритма, координации движений.

Дети знакомятся с народной культурой, осваивают технику русского народного танца.

2 ступень – средняя группа, старшая группа коллектива.

Цель: закрепление материала, пройденного на 1 ступени. Знакомство с более сложными танцевальными элементами, развитие музыкального слуха и чувства ритма, координации движений. Продолжить изучение традиций народной культуры. Проявление творческой инициативы.

Данная образовательная программа построена на основе изучения трёх видов русского танца. Предложенная программа является вариативной, комплексной, т.е. при возникновении необходимости допускается корректировка содержания и форм занятий, времени прохождения материала.

Программа рассчитана на 3 года: младшая группа – 7-10 лет, средняя группа – 10-13 лет, старшая группа 10-17 лет.

с музыкально – слуховыми способностями, хорошим чувством ритма и является попыткой обновления содержания танцевального восприятия .**Первый год** обучения - дети познают окружающий мир с помощью хореографической пластики. Педагог преподносит основу танца и на основе пройденного материала создаёт небольшие танцевальные композиции. Импровизируя, дети раскрывают свой внутренний мир, воплощая свои фантазии в маленьких хореографических зарисовках.

**Второго года** обучения - хореографический материал на древнейших видах русских народных танцев: пляски – игры, отображающие трудовые процессы, хороводы. Хороводы своими рисунками олицетворяют солнце, землю, воду, воздух, поэтому их можно отнести к танцам культового происхождения. На основе этого материала дети создают хореографические композиции, этюды.

**Третий год** обучения - хореографический материал базируется на русских народных танцах и танцах разных народов: массовых и сольных. К массовым танцам относятся хороводы, всевозможные виды кадрилей. К сольным танцам  относится перепляс и парные пляски. На уроках дети знакомятся с парным танцем. Сочиняют композиции и этюды развёрнутого вида.

В задачи этого года входит знакомство детей с танцами народов мира. Изучается более трудный технически хореографический материал. Дети творят на базе всего пройденного материала.

Занятия по хореографии развивают у ребёнка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

**Методы работы:**

▪ Объяснительно – иллюстративный

  (показ элементов, объяснение, использование фольклора).

▪ Репродуктивный

  (разучивание, закрепление материала).

▪ Исследовательский

  (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).

▪ Метод побуждения к сопереживанию

  (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).

▪ Метод поисковых ситуаций

  (побуждение детей к творческой и практической деятельности).

В работе с коллективом использую ТСО (технические средства обучения).

(музыкальный центр, телевизор, видеомагнитофон, видеокамеру)

▪  для отработки элементов танца;

▪  в ритмической тренировке;

▪  при знакомстве с музыкальным репертуаром;

▪  для самооценки (дети просматривают собственное исполнение, делают выводы,

   анализируют);

▪  на праздничных выступлениях, концертах, фестивалях.

**Ожидаемый результат:**

▪  танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные

   фразы;

▪  уметь воспринимать и передавать в движении образ;

▪  уметь импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе

   освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные

   оригинальные «па»;

▪  ритмично двигаться, соблюдая колорит и удаль русской души

▪  понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в

   коллективе.

**Критерии определения результативности программы:**

1. *Музыкальность* – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.
2. *Эмоциональность* – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания хореографической композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, печаль и т.д.)
3. *Гибкость, пластичность* – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнить несложные акробатические упражнения («рыбка», «полушпагат», «лодочка», «мостик» и т.д.).
4. *Координация, ловкость движений* – точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.
5. *Творческие способности* – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».
6. *Внимание* – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения (выполнять композиции самостоятельно, без подсказок).
7. *Память* – способность запоминать музыку и движения.

**Способы определения результативности программы:**

   На каждой ступени изучаются три вида русского народного танца, с каждым годом на более глубоком, серьёзном уровне:

▪  хоровод;

▪  кадриль;

▪  плясовая.

1. Сольное и коллективное исполнение русских народных танцев (младшая и старшая группы);
2. Выступления танцевального коллектива «Звездочки» на школьных, и районных праздниках, участие в конкурсных программах.

**Формой подведения итогов** реализации данной дополнительной образовательной программы являются:

▪  конкурсы на лучшее исполнение сольного и коллективного танца;

▪  праздничные выступления («День знаний», «Новый год», «8 марта», и  т.д.);

▪  областные фестивали «Ты не один», «Искорки надежды»;

▪  развлечения и досуги «Именинники»;

▪  отчётные концерты и смотры художественной самодеятельности;

▪  участие в смотрах, конкурсах, фольклорных фестивалях.

**Тематическое планирование для младшей группы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ТЕМА занятия. | Кол-во часов. | ДАТА. |
| 1 | Знакомство. Поклон. Ритмические движения на середине зала. | 2 |  |
| 2 | Счет в танце. Понятие о сильной доле. | 2 |  |
| 3 | Коллективно порядковые упражнения:  Построение в колонну, шеренгу, круг. | 2 |  |
| 4 | Движения по диагонали. | 2 |  |
| 5 | Фигурная маршировка: ходьба парами, четвёрками и несложные перестроения. | 2 |  |
| 6 | Галоп по кругу. Подскоки по кругу. | 2 |  |
| 7 | Шаг с носка, на полу пальцах, свысоким подъёмом колена. | 2 |  |
| 8 | Упражнения для головы и корпуса:  1.Повороты головы, наклоны.  2.Наклоны корпуса вперед, назад, в стороны, круговые движения корпуса. | 2 |  |
| 9 | Позиции рук в народном танце. | 2 |  |
| 10 | Основные позы ног в народном танце. | 2 |  |
| 11 | Танец «Зимний танец»(построение и перестроение по рисунку в танце) | 2 |  |
| 13 | Исполнение танцевального шага в танце «Зимний танец». | 2 |  |
| 14 | Позиции рук классического танца. | 2 |  |
| 15 | Позиции ног классического танца. | 2 |  |
| 16 | «Детская полька». Основные движения. | 2 |  |
| 17 | Отработка и соединение движений «польки» | 2 |  |
| 18 | Постановка танца «Детская полька» | 6 |  |
| 19 | Шпагат, колесо. | 2 |  |
| 20 | Русский народный танец. Позиции рук и ног. | 2 |  |
| 21 | «Ковырялка», дробь по 6 позиции, притопы | 2 |  |
| 22 | «Ковырялка», дробь по 6 позиции. | 2 |  |
| 23 | Русский шаг с открытием рук. | 2 |  |
| 24 | Усложнение дроби по 6 позиции. | 2 |  |
| 25 | «Галоп», подскоки по кругу, по диагонали. | 2 |  |
| 26 | Соединение движений русского народного танца. | 2 |  |
| 27 | Образ и разучивание в танце «Детская полька». | 2 |  |
| 28 | Партерная гимнастика. | 2 |  |
| 29 | Изучение поворотов по точкам. | 2 |  |
| 30 | Разучивание и отработка танца «Ду-вай-да». | 2 |  |
| 31 | Разучивание танца «Детская полька». | 4 |  |
| 32 | Отработка движений«Шотландская полька». | 4 |  |
| 33 | «Детская полька» -работа в парах, «ДО-ЗА-ДО», повороты. | 4 |  |
| 34 | Прыжки, кружения на месте, приставные шаги. | 2 |  |
| 35 | Изучение трюковых элементов (по усмотрению) колесо, мостик, лягушка, стойка на руках. | 4 |  |
| 36 | Закрепление пройденного материала, отработка танцев:  «Детская полька» | 4 |  |

**Тематическое планирование для средней группы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ТЕМА занятия. | Кол-во часов. | ДАТА |
| 1 | Знакомство. Поклон. Постановка Корпуса. | 2 |  |
| 2 | Разучивание движений для разминки. | 2 |  |
| 3 | Ходы русского танца: простой, переменный, шаг с каблука. | 4 |  |
| 4 | Элементы русского танца: приставные шаги, вынос ноги на каблук вперед, в сторону, | 2 |  |
| 5 | Элементы русского танца: гармошечка, ёлочка, простые дроби. | 4 |  |
| 6 | Движения на месте и в продвижении. | 2 |  |
| 7 | Движения по кругу, по диагонали. | 2 |  |
| 8 | Понятие: центр зала, интервалы, Танцевальный рисунок. Повороты по точкам. | 4 |  |
| 9 | Присядка для мальчиков: простая по 4 поз., присядка с выносом ног по – очереди, с выносом на пятки по 2 поз. | 4 |  |
| 10 | Разучивание этюда –« Русский хоровод». | 4 |  |
| 11 | Прыжки по позициям. Позиции рук – «пордебра». | 2 |  |
| 12 | Подготовка к веревочке, изучение веревочки. | 4 |  |
| 13 | Веревочка в комбинациях, с переступанием, с выносом на каблук. | 2 |  |
| 14 | Каблучные дроби, маятник ногами. | 4 |  |
| 15 | Наклоны, движение на гибкость, растяжка, гранд батман. | 2 |  |
| 16 | Вращения по диагонали в беге, в шаге.  Постановка танца «Варенька». | 2 |  |
| 17 | «Ковырялочка» простая и в комбинации с притопом. | 4 |  |
| 18 | Постановка танца «Варенька». | 6 |  |
| 19 | Движения русского народного танца на  середине зала: «ковырялочка», «соскоки», Дробь по 6 позиции на месте и в продвижении. | 2 |  |
| 20 | Прыжки с поджатыми ногами.  Отработка танца «Варенька». | 2 |  |
| 21 | Комбинации движений  русского народного танца и исполнение. | 2 |  |
| 22 | Партерная гимнастика. | 2 |  |
| 23 | Хоровод. Переходы из рисунка в рисунок. | 4 |  |
| 24 | Исполнение хоровода. | 2 |  |
| 25 | Изучение цыганских движений: скользящий шаг, шаг с уколом, широкий шаг, движение плечами, прыжки с двух ног на колено. | 4 |  |
| 26 | Постановка танца «Круче всех». | 2 |  |
| 27 | «Колесо», шпагаты. | 2 |  |
| 28 | Движения на координацию, на смену ритма. | 4 |  |
| 29 | Растяжка на полу, гранд батман в комбинации. | 4 |  |
| 30 | Изучение поворотов, вращений на месте и в продвижении. | 2 |  |
| 31 | Соединение прыжка и поворота.  Отработка танца «Круче всех» | 2 |  |
| 32 | Рисунки на ориентацию в пространстве: до-за-до, круг, полукруг, колонна, переливы. | 2 |  |
| 33 | Закрепление пройденного материала. | 2 |  |
| 34 | Исполнение разных комбинаций под музыку. | 2 |  |
| 35 | Отработка танца «Круче всех» | 6 |  |
| 36 | Закрепление пройденного материал | 4 |  |

**Тематическое планирование для старшей группы.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | ТЕМА занятия | | Кол-во часов. | ДАТА | |
| 1 | | Знакомство. Поклон. Постановка корпуса. | | 2 |  | |
| 2 | | Движения разминки | | 2 |  | |
| 3 | | Эстрадный танец. Соединение движений. | | 2 |  | |
| 4 | | Исполнение движений выученных ранее. | | 2 |  | |
| 5 | | Основные танцевальные рисунки. | | 2 |  | |
| 6 | | Повторение и отработкатанца  «Па-американо» | | 6 |  | |
| 7 | | Движения по диагонали. | | 2 |  | |
| 8 | Образ в танце. Повторение и отработкатанца «Па-американо» | | | 2 |  | |
| 9 | Игра на воображение. | | | 2 |  | |
| 10 | Движения на координацию. | | | 2 |  | |
| 11 | 8 танцевальных точек зала. | | | 2 |  | |
| 12 | Постановка танца «Две подружки». Основные положения рук, ног. | | | 8 |  | |
| 13 | Переменный шаг, шаг с каблука. | | | 2 |  | |
| 14 | «Ковырялка», «молоточки».  Постановка танца «Две подружки». | | | 2 |  | |
| 15 | | | Дроби по 6 позиции на месте и в Продвижении. | 2 | |  |
| 16 | | | Дробь с поворотом, в продвижении. | 2 | |  |
| 17 | | | «Хлопушки» мальчикам. Работа с платочками девочки. | 6 | |  |
| 18 | | | танец «Моя Марусечка». Разучивание движения. | 4 | |  |
| 19 | | | Отработка танца «Две подружки». | 4 | |  |
| 20 | | | Отработка танца «Две подружки». | 6 | |  |
| 21 | | | Исполнение поворота на месте и в  продвижении. | 2 | |  |
| 22 | | | Партерная гимнастика. | 2 | |  |
| 23 | | | Колесо, шпагаты. | 2 | |  |
| 24 | | | Постановка танца «Круче всех», акробатические упражнения. Основные позиции рук и ног. | 6 | |  |
| 25 | | | Прыжки на месте, в продвижении.  Танец «Круче всех» | 2 | |  |
| 26 | | | Повороты с уходом в партер. | 2 | |  |
| 27 | | | Батманы на 45 и 90, растяжка на полу. | 2 | |  |
| 28 | | | Исполнение батманов. | 2 | |  |
| 29 | | | Соединение бросков с поворотами. | 2 | |  |
| 30 | | | Соединение бросков с прыжками. | 2 | |  |
| 31 | | | Связка движений «джаз-модерна». | 2 | |  |
| 32 | | | Исполнение соединенных движений. | 2 | |  |
| 33 | | | Закрепление пройденного материала. | 2 | |  |
| 34 | | | Образная хореография. Развитие воображения. | 2 | |  |
| 35 | | | Отработка танца «Две подружки», | 6 | |  |
| 36 | | | Отработка танца «Круче всех», «Па-американо» | 6 | |  |

**Ожидаемые результаты по программе:**

**1 год обучения**

-умеют прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;

-знают подготовительные танцевальные движения и рисунки;

- знают основные позиции рук и ног классического танца;

- знают основные позиции рук и ног русского сценического танца, движения по возрасту;

-умеют исполнять простые танцевальные номера;

- проявляют творческие способности и способность к самоорганизации, самостоятельности.

**2 год обучения**

-умеют прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;

-знают основные подготовительные танцевальные рисунки и движения;

-знают основы классического танца;

-знают основы русского сценического танца;

-умеют соединять движения ;

-умеют исполнять образные танцевальные номера, основанные на простых движениях;

-проявляют творческие способности.

**3 год обучения**

-свободно двигаются под музыку, соединяя сложные движения, координированы;

- знают танцевальные рисунки, ориентируются в пространстве;

- знают основы классического танца, русского сценического, современного.

-исполняют танцевальные этюды различных направлений в хореографии.

- раскрепощены, артистичны;

- имеют представление о сюжетной линии танца, о правильности соединения движений;

- знают основы классического, русского сценического, современного танцев, их особенности, манеру исполнения;

- свободно исполняют танцевальные композиции.

**Использованная литература**

1. Голейзовский К. Образы русской хореографии. М.,1964.

2. Климов А. Основы русского народного танцев. М.,1981.

3. Стуколкина Н. Четыре экзерсиза. М.,1972.

Характеристика рабочей программы

«Веселая ритмика» для детей 3-10 лет.

**Пояснительная записка**

Данная программа ориентирована на детей среднего дошкольного возраста. С целью укрепления здоровья, развития музыкальных и творческих способностей психических процессов, нравственно-коммуникативных качеств личности. Для работы за основу выбрана программа по танцевально-игровой гимнастике для детей «Са-фи-дансе» Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Так, в танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Разделы игрогимнастика и игротанец был объединен в раздел танцевально-ритмическая гимнастика. Так как считаю, что танцевально-ритмическая гимнастика включает в себя общеразвивающие упражнения, предполагаемые игрогимнастикой и танцевальные движения, входящие в игротанец. Раздел – танцевально-ритмическая гимнастика был дополнен из программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика» и Т. Суворовой «Танцевальная ритмика для детей».

Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Игру-путешествие (сюжетное занятие) предлагаю взять за основу построения занятия, так как она включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Игропластику дополнила элементами йоги из авторской программы «Творим здоровье души и тела» Л. Латохина, Т. Андрус.

Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания.

Программу по ритмике дополнила такими разделами, как: элементы хореографии (С.Л. Слуцкая «Танцевальная мозаика») и образно-игровые движения или по-другому упражнения с превращениями (М.А. Михайлова, Н.В. Воронина «Танцы, игры, упражнения для красивого движения»).

На основе современных диагностик («Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка» А.И. Буренина, «Тесты для определения специальных хореографических данных» С.Л. Слуцкая, «Обследование уровня развития физических качеств» Н.В. Полтавцева) разработала диагностику музыкально-двигательного развития детей дошкольников и младшего школьного возраста.Созданы две группы: группа музыкально-подвижные игры для дошкольников, группа веселая ритмика для младших школьников. Режим проведения учебных занятий 1 раз в неделю по20 мин. для дошкольников , 2 раза в неделю по 40 минут для младших школьников.

**Цели и задачи рабочей программы**

Цель программы «Веселая ритмика» – содействие гармоничному развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики,

На занятиях по ритмике работа с детьми ведется по следующим направлениям, которые решают следующие задачи:

Развитие музыкальности.

Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;

Развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);

Развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

Развитие ловкости, точности, координации движений;

Развитие гибкости и пластичности;

Формирование правильной осанки, красивой походки;

Воспитание выносливости, развитие силы;

Развитие умения ориентироваться в пространстве;

Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

Развитие творческого воображения и фантазии;

Развитие способности к импровизации в движении.

Развитие и тренировка психических процессов:

Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;

Тренировка подвижности нервных процессов;

Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности:

Воспитание умения сопереживать другим людям и животным;

Воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Учебно-тематический план.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Практические упражнения | Количество часов |
| I | Элементы хореографии | комбинации хореографических упражнений. |  |
| 1.  2.  3. | танцевальные позиции ног: I, II, III;  танцевальные позиции рук (подг., I, II, III);  выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях;  полуприседы; | «Рисуем солнышко на песке»,  «Цветочек»,  «Лебеди»,  «Совы»,  «Ветер и деревья»,  «Пружинка»,  поклон «Приветствие». |  |
| II | Образно-игровые упражнения |  |  |
| 1  2.  3.  . | ходьба: бодрая, спокойная, на носках, на пятках, вперед и назад спиной, высокий шаг в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;  бег – легкий, широкий (волк), острый;  прыжковые движения с продвижением вперед, прямой галоп, поскоки | «Медведи и медвежата»,  «Пингвины»,  «Раки» (спиной назад),  «Гуси и гусеницы»,  «Слоны»,  «Бежим по горячему песку» (острый бег),  «Зайцы»,  «Белки» (прыжки и поскоки),  «Лягушата»,  «Лошадки» (прямой галоп). |  |
| III | Строевые упражнения |  |  |
| 1.  2.  3. | построение в шеренгу и в колонну;  перестроение в круг;  бег по кругу и по ориентирам «змейкой»;  перестроение из одной шеренги в несколько | перестроение «расческа». «Солдаты»,  «Матрешки на полке»,  «Звери в клетках»,  «Хоровод»,  «Хитрая лиса»,  «У каждого свой домик»,  «Поздороваемся»,  «Поменяемся местами». |  |
| 1. III | Танцевально- ритмическая гимнастика танцевальные движения |  |  |
| 1. | «Чебурашка»  «Я на солнышке лежу»,  «Петрушки»,  «Куклы»,  «Тик-так « |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Игропластика группировка в положении лежа и сидя; |  |  |
| 1.  2.  3. | перекаты вперед-назад;  сед ноги врозь широко;  растяжка ног;  упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях. | «Камушки»,  «Кочки»,  «Улитка»,  «Побежали пальчики»,  «Яблочко»,  «Бревнышко»,  «Бабочка».  «Верблюд»,  «Корзинка»,  «Змеи»,  «Пантеры»,  «Рыбка»,  «Бегемоты». |  |
|  | Музыкально-подвижные игры |  |  |
| 1.  2.  3.  4. | игры на определение динамики музыкального произведения;  игры для развития ритма и музыкального слуха;  подвижные игры;  игры-превращения; | «Карлики и великаны»,  «Круг, колонна, шеренга»,  «Автомобили»,  «Воробьи и журавли»,  «Поздороваемся»,  «Собачка в конуре»,  «Ракета»;  «Соседи»;  «Шапочка». |  |
|  | Дыхательная гимнастика |  |  |
| 1.  2.  3. | дыхание с задержкой;  грудное дыхание;  брюшное дыхание;  смешанное дыхание; | Ветер»;  «Воздушный шар»;  «Насос»;  «Подышите одной ноздрей»;  «Паровоз»;  «Гуси шипят»;  «Волны шипят»;  «Ныряние»;  «Подуем»; |  |
|  | Пальчиковая гимнастика упражнения для развития: |  |  |
| 1.  2.  3. | ручной умелости;  мелкой моторики;  координации движений рук; | Мыртышки»;  «Бабушка кисель варила»;  «Жук»;  «Паучок»;  «Чашка»;  «Червячок» |  |
|  | Игровой самомассаж |  |  |
| 1.  2.  3. | поглаживание рук и ног в образно-игровой форме;  поглаживание отдельных частей тела в определённом порядке в образно-игровой форме; | Лепим лицо»; Упругий живот»;  «Ушки»;  «Ладошки»;  «Красивые руки»; «Быстрые ноги»; |  |
|  | Игроритмика |  |  |
| 1.  2.  3.  4.  5. | хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет;  только на 1-ый счет;  выполнение движений руками в различном темпе;  различие динамики звука «громко-тихо». | ». «Хлопушки»,  «Топотушки»,  «Лошадки бьют копытом»,  «Ловим комаров»,  «Пушистые снежинки» |  |
|  | Креативная гимнастика |  |  |
|  | упражнения, направленные на развитие выдумки; воображения творческой инициативы. | «Море волнуется раз»;  «Зеркало»;  «Угадай кто я»;  «Раз, два, три замри»,  «Ледяные фигуры» |  |

**Содержание программы**

Содержание программы по ритмике определяют следующие разделы:

1.игроритмика;

2.танцевально-ритмическая гимнастика;

3.игропластика (игровой стретчинг и элементы йоги);

4.пальчиковая гимнастика;

5.строевые упражнения;

6.игровой самомассаж;

7.музыкально-подвижные игры;

8.креативная гимнастика;

9.элементы хореографии;

10.образно-игровые движения (упражнения с превращениями);

«Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры (Приложение 6).

«Танцевально – ритмическая гимнастика». Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов (Приложение 7).

«Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений (йога и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме).

Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. Все упражнения для занятий подобранны с учетом их корригирующего значения (Приложение 4).

Cтретчинг – это система естественных статических растяжек мышц тела и суставно - связочного аппарата рук, ног, способствующая укреплению позвоночника и позволяющая предотвратить нарушения осанки и исправить ее. Так же растяжка способствует развитию гибкости, раскрепощенности и уверенности в себе.

Йога – это тренировка тела и духа. Цель йоги - формировать правильную осанку; сохранять и развивать гибкость и эластичность позвоночника, подвижность суставов; учить детей чувствовать свое тело во время движений; развивать умение быть организованными, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Нехитрые упражнения позволят ускорить развитие детской моторики, укрепят уверенность малышей в себе и своих силах, сделают маленьких непосед уравновешенными и научат их добиваться цели. А самое главное поднимут настроение.

«Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают мир внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Очень важным фактором, необходимым для развития речи, является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами.

Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются.

«Строевые упражнения» являются средством организации занимающихся и целесообразного их размещения в зале. Строевые упражнения способствуют развитию умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов (Приложение 12).

«Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления (Приложение 9).

Музыкально-подвижные игры» содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике.

«Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы.

Благодаря этим играм создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

«Элементы хореографии». Они используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища. Все хореографические упражнения являются прекрасным средством формирования осанки и культуры движений (Приложение 11).

«Образно-игровые упражнения» представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д. Для детей среднего дошкольного возраста предлагается следующая последовательность использования образов:

знакомые детям животные и птицы;

интересные предметы;

растения и явления природы;

люди, профессии.

**Методы и формы образовательной деятельности**

Целостный процесс обучения танцевально-ритмическим движениям можно условно разделить на 3 этапа:

начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению).

этап углубленного разучивания упражнения.

этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение.

Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создают условия для формирования его образа, активирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким и понятным, желательно в зеркальном изображении.

Основной метод музыкально-ритмического воспитания детей – «вовлекающий показ» (С.Д. Руднева) двигательных упражнений. Учитывая способность детей к подражанию, их желание двигаться вместе со взрослым и, вместе с тем, неспособность действовать по словесной инструкции, так как от этого напрямую зависит и качество движений детей.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть кратким и образным, с использованием гимнастической терминологии. При обучении сложным движениям педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения.

Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе.

Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. Его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на 2, 4, 8 и большое количество счетов. Для начального обучения

упражнения используются ограничители, ориентиры. Педагог, проводя урок, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям.

Так, образные сравнения помогают детям правильно осваивать движение, так как создают у детей особое настроение. Похвала ребенка активизирует работу его сердца, нервную систему.

Этап углубленного разучиванияупражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Процесс разучивания существенно ускоряется, если удается обеспечить занимающихся срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам можно отнести: упражнения перед зеркалом, использование звуковых ориентиров (хлопков, ударов в бубен). Повышению активности детей способствует изменение условий выполнения упражнений, постановка двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение.

Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления - "идеомоторной тренировки". В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом - соревновательный и игровой. Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

**Техническое оснащение занятий**

Используемый в танцевально-ритмической гимнастике инвентарь должен быть не только удобным, но и радовать глаз, развивать вкус детей, содействовать их эстетическому воспитанию.

Флажки 3 – 4 -х цветов по числу детей в группе.

Ленты разных цветов по 2 на ребенка.

Платочки разных цветов (размер 20-25 см).

Погремушки по числу детей в группе.

Цветы небольшие нежных оттенков.

Обручи легкие пластмассовые.

Шнур яркий длиной 3-4 метра.

Мячи среднего размера по числу детей в группе.

Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).

Гимнастические палки большие и маленькие.

Куклы и мягкие игрушки.

Скакалки.

Фитболы.

Предлагаемый материал дает возможность проводить занятия в интересной, увлекательной форме.

Движение и игра – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, они всегда готовы двигаться и играть – это ведущий мотив их существования, поэтому занятия по ритмике начинаю со слов: «Мы сейчас будем играть…», «Мы сейчас превратимся…», «Мы сейчас отправимся в путешествие…» и т.п.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий и творческих способностей ребенка. Занятия предлагаю проводить в форме игр-путешествий (или сюжетные занятия).

Данные занятия помогают сплотить ребят, дают возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь. Например, дети отправляются на прогулку в лес. В лесу встречают зайца, лису, волка, медведя (образно-игровые движения), затем дети заблудились, ищут дорогу (строевые упражнения). Пришли на лесную поляну, весело хорошо в лесу (комплекс ритмопластики «Зверобика»). По дороге домой встретили волка, сову, лису (подвижная игра). Вот мы и дома, давайте вспомним, кого мы видели (упражнения в партере на гибкость: элементы йоги, стретчинга). (Приложение 5)

Занятия по ритмике имеют свою специфику. Каждое из них – это определенная «оздоровительная доза» (в виде движений физической нагрузки), направленная на укрепление здоровья ребенка, его правильное физическое развитие и физическую подготовленность. Это и активный отдых. Где движение, физическая нагрузка воспринимаются организмом как «мышечная радость». На занятиях по ритмике ребенок учится определять меру своих сил и возможностей, развивает осторожность, подготавливает себя для успешного овладения сложными двигательными навыками. Крепнут мышцы пальцев, кистей, плеч, спины и брюшного пресса, ребенок становится гибким, ловким, находчивым, здоровым и сильным, уверенным в себе. Физически развитому малышу хочется двигаться все больше и больше, и надо эту потребность в движении развивать дальше, предоставляя ребенку возможность для выполнения все более сложных гимнастических упражнений. Именно поэтому необходимо включать ритмику в проведение занятий с детьми, удовлетворяющую специфическим потребностям детей в разнообразных движениях.

Кроме того, занятия дают ребенку возможность общения со сверстниками и педагогом, то есть социальный комфорт, а освоение двигательных умений – возможность самовыражения.

Детям дошкольного возраста легче выразить свои чувства и эмоции через пластику своего тела.

Подражательные или имитационные образно-игровые упражнения имеют большое значение в развитии и обучении детей дошкольного возраста разнообразным видам основных танцевально – ритмических движений. С подражания образу начинается познание ребёнком техники движений и танцевальных упражнений, игр, театрализованной деятельности. Эффективность подражательных движений заключается в том, что через образы можно осуществлять частую смену двигательной активности из разных исходных положений и с большим разнообразием видов движений: ходьбы, бега, прыжков, ползаний и т.д., что даёт хорошую физическую нагрузку на все группы мышц (Приложение 3). С помощью подражательных движений дети удовлетворяют свои двигательные потребности, раскрывают свои природные способности. В средних группах при создании музыкальных образов у детей происходит простейшая имитация движений (воробушек машет крыльями, зайчик скачет, медведь топчется). Вместе с детьми оцениваю действия исполнителей. Всегда стараюсь не пропустить, отметить удачно найденное ребенком новое движение в игровом образе.

Дошкольников как можно раньше следует побуждать к выполнению творческих заданий, необходимо динамично связывать обучение и творчество, т.к. творчество – один из методов освоения предлагаемого для изучения материала. Поэтому в занятия по ритмике необходимо включать креативную гимнастику (Приложение 13). Возбудителем творческой фантазии является музыка, она направляет творческую активность. Полученные от музыки впечатления помогают выражать в движениях личные эмоциональные переживания, создавать оригинальные двигательные образы.

Мною собрана фонотека с записями зарубежной, современной и мультипликационной музыки. Музыкальное сопровождение на занятиях по ритмике способствует развитию чувства ритма, позволяет целенаправленно развивать умение детей совмещать свои движения с музыкой.

Осуществлен подбор упражнений и заданий развивающего характера. Занятия по ритмике стараюсь наполнить интересным и современным содержанием.

Основной акцент в своей педагогической деятельности делаю на то, чтобы дети осмысленно выполняли упражнения, пытаясь их словесно опосредовать, проанализировать, осуществляя регуляцию темпа, ритма, координации движений и других двигательных характеристик. Формирую у детей способы контроля и самоконтроля за движениями, используя мотивационные факторы в достижении целей и задач физического воспитания.

Использую системный подход к применению разнообразных форм, средств, методов физического воспитания, которые имеют единую целевую направленность.

2.6. Ожидаемые результаты и критерии их оценки.

К концу учебного года ребенок средней группы должен уметь:

Передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;

Передавать основные средства музыкальной выразительности;

Различать жанр произведения и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове;

Передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений;

Ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов;

Исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;

Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки;

Передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;

Выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании;

Выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры;

Находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами;

Дети пятого года жизни, прошедшие обучение по данной программе, должны знать:

Назначение спортивного зала и правила поведения в нём;

Правила подвижных игр.

Основные танцевальные позиции рук и ног;

Понятия: круг, шеренга, колонна.

Заключение

Опыт работы в течение 4 лет по развитию детей среднего дошкольного возраста средствами танцевально-ритмической гимнастики в МДОУ № 97 г. Рыбинска позволяет сделать следующие выводы:

1. Сущность танцевально-ритмической гимнастики заключается в восприятии детьми музыки через движения, с целью укрепления здоровья, развития музыкально-эстетических чувств, двигательных качеств и умений, познавательного интереса, творческого воображения, психических процессов.

2. Современные методики к организации занятий танцевально-ритмической гимнастикой с дошкольниками предполагают:

Включение в занятия по ритмике нетрадиционных средств физического воспитания;

Использование интенсивных методов обучения – выполнения большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка;

Обеспечение психологического комфорта детей в процессе выполнения движений под музыку;

Выбор оптимальной системы занятий;

3. Образовательная работа по программе «Ритмика» позволяет добиваться следующих результатов:

Укрепления здоровья;

Развития музыкальности;

Развития двигательных качеств и умений;

Развития творческих и созидательных способностей;

Развития и тренировки психических процессов;

Развития нравственно-коммуникативных качеств личности;

По итогам начального контроля знаний, умений и навыков, который проводился с целью – определить уровень развития детей, с которым они пришли на занятия по данному профилю деятельности, можно сделать следующий вывод: 60% детей имели низкий уровень, 30% средний уровень (Приложение 2).

Параметры контроля были следующими:

Музыкальность

Координация движений

Эмоциональность

Творческие проявления

Развитие чувства ритма

Гибкость

Также хочется отметить то, что в начале учебного года на занятиях по ритмике 60% детей повторяли несложные упражнения, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдалась некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражали характер музыки и не совпадали с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика детей была бедная, движения невыразительные. У большинства детей присутствовало чувство стеснения при выполнении упражнений, танцевальных элементов в коллективе. Особую сложность составляли подскоки, прыжки на одной ноге, приставной шаг, галоп.

Благодаря последовательным и систематическим занятиям по ритмике к концу учебного года 40% детей имели средний уровень, а 60% высокий уровень. Дети стали более уверенными, самостоятельными в выполнении упражнений, в исполнении танцевально-ритмических композиций. Стали двигаться с удовольствием, забывая про усталость. Их движения более точные, координированные. Дети научились ориентироваться в зале, строиться в шеренгу, колонну, круг, парами, врассыпную.

Они внимательно слушают музыку, начинают и заканчивают движения в соответствии с продолжительностью ее звучания. Уверенно ходят, легко бегают, ритмично двигаются, а также выразительно передают движением музыкально – игровой образ.

На занятиях по ритмике дети научились в движении выражать ритмическую пульсацию мелодии, а при четком акцентированном ритме отмечать сильную долю, умеют менять темп и характер движения в соответствии с изменением темпа и характера звучания музыки.

Показателем уровня развития детей по ритмике в средней группе является выразительность движения под музыку, а также умение точно координировать движения, способность запоминать и самостоятельно исполнять ритмические композиции и другие виды движений.

Таким образом, на основе проделанной работы я увидела, что у детей возрос интерес к занятиям по ритмике. Они стали творчески всматриваться в окружающий мир, находить свои оригинальные движения, подбирать слова.

Движения детей стали более выразительными. Дети обрели уверенность в себе, стали более общительными, робкие и застенчивые преодолели страх и научились управлять собой, своим поведением, голосом, телодвижениями.

Чтобы выяснить результаты проделанной работы проверила уровень умений и знаний детей. Результаты отразила в диаграмме (Приложение 2).

Положительные сдвиги в уровне музыкально-двигательного развития отражают влияние целенаправленного педагогического воздействия, о чём свидетельствуют изменения показателей у детей в начале года и в конце года.

**Список литературы**

Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.

Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.

Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно–методическое пособие. –М.: Аркти, 2005. – 108 с.

Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.

Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007. - 112 с.

Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. -240 с.

Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.

Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок. Веста. 2005 – 64 с.

Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.

Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.

Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.

Савчук О. Школа танцев для детей -Спб.: Ленинградское издательство, 2009.-224с.

Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально–ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.-120 с.

Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.

Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006. – 44с.

Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.

Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.

Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007-384с.

Федорова Г.П. Весенний бал. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.

Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.

**Тематическое планирование для младшей группы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ТЕМА занятия. | Кол-во часов. | ДАТА. |
| 1 | Знакомство. Поклон. Ритмические движения на середине зала. | 2 |  |
| 2 | Счет в танце. Понятие о сильной доле. | 2 |  |
| 3 | Коллективно порядковые упражнения:  Построение в колонну, шеренгу, круг. | 2 |  |
| 4 | Движения по диагонали. | 2 |  |
| 5 | Фигурная маршировка: ходьба парами, четвёрками и несложные перестроения. | 2 |  |
| 6 | Галоп по кругу. Подскоки по кругу. | 2 |  |
| 7 | Шаг с носка, на полу пальцах, с высоким подъёмом колена. | 2 |  |
| 8 | Упражнения для головы и корпуса:  1.Повороты головы, наклоны.  2.Наклоны корпуса вперед, назад, в стороны, круговые движения корпуса. | 2 |  |
| 9 | Позиции рук в народном танце. | 2 |  |
| 10 | Основные позы ног в народном танце. | 2 |  |
| 11 | Танец «Детская полька» (изучение движений) | 2 |  |
| 13 | Исполнение танцевального шага в танце «Украинская пляска». | 2 |  |
| 14 | Позиции рук классического танца. | 2 |  |
| 15 | Позиции ног классического танца. | 2 |  |
| 16 | «Полька». Основные движения. | 2 |  |
| 17 | Отработка и соединение движений «польки» | 2 |  |
| 18 | Постановка танца «Детская полька» | 6 |  |
| 19 | Шпагат, колесо. | 2 |  |
| 20 | Русский народный танец. Позиции рук и ног. | 2 |  |
| 21 | «Ковырялочка», дробь по 6 позиции, притопы | 2 |  |
| 22 | «Ковырялочка», дробь по 6 позиции. | 2 |  |
| 23 | Русский шаг с открытием рук. | 2 |  |
| 24 | Усложнение дроби по 6 позиции. | 2 |  |
| 25 | «Галоп», подскоки по кругу, по диагонали. | 2 |  |
| 26 | Соединение движений русского народного танца. | 2 |  |
| 27 | Образ и разучивание в танце «Зимний танец». | 2 |  |
| 28 | Партерная гимнастика. | 2 |  |
| 29 | Изучение поворотов по точкам. | 2 |  |
| 30 | Разучивание и отработка танца «Зимний танец». | 2 |  |
| 31 | Разучивание танца «Детская полька». | 4 |  |
| 32 | Отработка движений «Детская полька». | 4 |  |
| 33 | «Замечательный сосед» -работа в парах, «ДО-ЗА-ДО», повороты. | 4 |  |
| 34 | Прыжки, кружения на месте, приставные шаги. | 2 |  |
| 35 | Изучение трюковых элементов (по усмотрению) колесо, мостик, лягушка, стойка на руках. | 4 |  |
| 36 | Закрепление пройденного материала, отработка танцев: «Украинская пляска»  «Замечательный сосед», «Куклы»,«Озорные лучики». | 4 |  |

**Тематическое планирование для средней группы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ТЕМА занятия. | Кол-во часов. | ДАТА |
| 1 | Знакомство. Поклон. Постановка Корпуса. | 2 |  |
| 2 | Разучивание движений для разминки. | 2 |  |
| 3 | Ходы русского танца: простой, переменный, шаг с каблука. | 4 |  |
| 4 | Элементы русского танца: приставные шаги, вынос ноги на каблук вперед, в сторону, | 2 |  |
| 5 | Элементы русского танца: гармошечка, ёлочка, простые дроби. | 4 |  |
| 6 | Движения на месте и в продвижении. | 2 |  |
| 7 | Движения по кругу, по диагонали. | 2 |  |
| 8 | Понятие: центр зала, интервалы, Танцевальный рисунок. Повороты по точкам. | 4 |  |
| 9 | Присядка для мальчиков: простая по 4 поз., присядка с выносом ног по – очереди, с выносом на пятки по 2 поз. | 4 |  |
| 10 | Разучивание этюда – « Русский хоровод». | 4 |  |
| 11 | Прыжки по позициям. Позиции рук – «пордебра». | 2 |  |
| 12 | Подготовка к веревочке, изучение веревочки. | 4 |  |
| 13 | Веревочка в комбинациях, с переступанием, с выносом на каблук. | 2 |  |
| 14 | Каблучные дроби, маятник ногами.Танец «Улочки московские» (движения) | 4 |  |
| 15 | Наклоны, движение на гибкость, растяжка, гранд батман. | 2 |  |
| 16 | Вращения по диагонали в беге, в шаге. | 2 |  |
| 17 | «Ковырялочка» простая и в комбинации с притопом. | 4 |  |
| 18 | Постановка танца«Улочки московские». | 6 |  |
| 19 | Движения русского народного танца на  середине зала: «ковырялочка», «соскоки», Дробь по 6 позиции на месте и в продвижении. | 2 |  |
| 20 | Прыжки с поджатыми ногами. | 2 |  |
| 21 | Комбинации движений  русского народного танца и исполнение. | 2 |  |
| 22 | Партерная гимнастика. | 2 |  |
| 23 | Хоровод. Переходы из рисунка в рисунок. | 4 |  |
| 24 | Исполнение хоровода. Танец «Улочки московские» | 2 |  |
| 25 | Изучение цыганских движений: скользящий шаг, шаг с уколом, широкий шаг, движение плечами, прыжки с двух ног на колено. | 4 |  |
| 26 | Постановка цыганского этюда. | 2 |  |
| 27 | «Колесо», шпагаты. Танец «Озорные лучики» | 2 |  |
| 28 | Движения на координацию, на смену ритма. | 4 |  |
| 29 | Растяжка на полу, гранд батман в комбинации. | 4 |  |
| 30 | Изучение поворотов, вращений на месте и в продвижении. | 2 |  |
| 31 | Соединение прыжка и поворота. Танец «Ромашка цветок полевой» | 2 |  |
| 32 | Рисунки на ориентацию в пространстве: до-за-до, круг, полукруг, колонна, переливы. | 2 |  |
| 33 | Закрепление пройденного материала. | 2 |  |
| 34 | Исполнение разных комбинаций под музыку. | 2 |  |
| 35 | Отработка танца «Замечательный сосед» | 6 |  |
| 36 | Закрепление пройденного материала: Танец «Ромашка цветок полевой», «Замечательный сосед». | 4 |  |

**Тематическое планирование для старшей группы.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | ТЕМА занятия | | Кол-во часов. | ДАТА | | |
| 1 | | Знакомство. Поклон. Постановка корпуса. | | 2 |  | | |
| 2 | | Движения разминки | | 2 |  | | |
| 3 | | Эстрадный танец. Соединение движений. | | 2 |  | | |
| 4 | | Исполнение движений выученных ранее. | | 2 |  | | |
| 5 | | Основные танцевальные рисунки. | | 2 |  | | |
| 6 | | Разучивание танца «Кантри» | | 6 |  | | |
| 7 | | Движения по диагонали. | | 2 |  | | |
| 8 | Образ в танце. | | | 2 |  | | |
| 9 | Игра на воображение. | | | 2 |  | | |
| 10 | Движения на координацию. | | | 2 |  | | |
| 11 | 8 танцевальных точек зала. | | | 2 |  | | |
| 12 | Игровойтанец «Моя Марусечка». Основные положения рук, ног. | | | 8 |  | | |
| 13 | Переменный шаг, шаг с каблука. | | | 2 |  | | |
| 14 | «Ковырялка», «молоточки». | | | 2 |  | | |
| 15 | | | Дроби по 6 позиции на месте и в Продвижении. | 2 | |  |
| 16 | | | Дробь с поворотом, в продвижении. | 2 | |  |
| 17 | | | «Хлопушки» мальчикам. Работа с платочками девочки. | 6 | |  |
| 18 | | | Эстрадный танец «Озорные лучики». Разучивание движения. | 4 | |  |
| 19 | | | Исполнение и отработка танец «Озорные лучики». | 4 | |  |
| 20 | | | Постановка русского танца «Калинка» | 6 | |  |
| 21 | | | Исполнение поворота на месте и в  продвижении. | 2 | |  |
| 22 | | | Партерная гимнастика. | 2 | |  |
| 23 | | | Колесо, шпагаты. Танец «Моя Марусечка» | 2 | |  |
| 24 | | | Танец «джаз-модерн», акробатические упражнения. Основные позиции рук и ног. | 6 | |  |
| 25 | | | Прыжки на месте, в продвижении. | 2 | |  |
| 26 | | | Повороты с уходом в партер. Танец «Моя Марусечка» | 2 | |  |
| 27 | | | Батманы на 45 и 90, растяжка на полу. | 2 | |  |
| 28 | | | Исполнение батманов. | 2 | |  |
| 29 | | | Соединение бросков с поворотами. | 2 | |  |
| 30 | | | Соединение бросков с прыжками. | 2 | |  |
| 31 | | | Связка движений «джаз-модерна». | 2 | |  |
| 32 | | | Исполнение соединенных движений. | 2 | |  |
| 33 | | | Закрепление пройденного материала. | 2 | |  |
| 34 | | | Образная хореография. Развитие воображения. | 2 | |  |
| 35 | | | Отработка танца«Моя Марусечка» | 6 | |  |
| 36 | | | Отработка танца «Моя Марусечка» | 6 | |  |