

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Лидер»
городского округа Самара**

Программа принята
на основании решения
педагогического совета
Протокол № 4
от «11» января 2024г.

«Утверждаю»
Директор МБУ ДО
«ЦДОД «Лидер» г. о. Самара
_____ М.В. Родина
Приказ от «01» февраля 2024 г. №029-уд

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«РИТМИКА»**

Художественная направленность
Возраст обучающихся: 4-6 лет

Срок реализации: 4 месяца

Разработчик программы:
педагог дополнительного образования
Сергеева Дарья Алексеевна
год создания: 2024

САМАРА, 2024

Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Закон Российской Федерации «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ. Принят Государственной Думой 22 июля 2020 г. Одобрен Советом Федерации 24 июля 2020 г.
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
5. Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2023 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441)
6. Приказ Министерства просвещения России от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
8. Указ Президента РФ от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»
9. Национальные проекты. Направление «Человеческий капитал» (утв. Советом при президенте РФ по стратегическому развитию и нац. проектам 03.09.2018. пр. № 3 правительственной комиссии от 05.09.2018) - Образование (1 января 2019 — 31 декабря 2024)

- Культура (1 января 2019 — 31 декабря 2024)

10. Федеральные проекты, входящие в национальный проект:
 - Успех каждого ребенка
 - Цифровая образовательная среда
 - Новые возможности для каждого
 - Социальная активность
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 (с изменениями и дополнениями) «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
12. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 05 августа 2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»
13. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
14. План мероприятий по реализации в 2021 – 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11 2020 г. № 2945-р)
15. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»
16. «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (новая редакция -

приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»)

17. Устав МБУ ДО «ЦДОД «Лидер» г.о. Самара
18. Локальные акты МБУ ДО «ЦДОД «Лидер» г.о. Самара (положения, правила, должностные инструкции).
19. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ № 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования», с изменениями на 08.11.2022 г.).

Пояснительная записка

Программа «Ритмика» является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой художественной направленности. Ритмике - как учебно-воспитательной дисциплине должно отводиться значительное место в системе общего музыкального образования.

Ритмика - специальный предмет, музыкально-педагогическая дисциплина, которая имеет целью активизировать музыкальное восприятие детей через движение, привить им навык осознанного отношения к музыке, помочь выявить их музыкальные и творческие способности. Научить ребёнка передавать характер музыкального произведения, его образное содержание через пластику движений под музыку - именно на это направлены занятия ритмикой, которые необходимо систематически проводить с детьми уже с самого раннего возраста.

Настоящая программа по ритмике рассчитана на 4 месяца обучения детей от 4 до 6 лет.

Направленность программы

Реализация творческого потенциала ребенка, способствует развитию целого комплекса умений, совершенствованию танцевальных навыков, помогает реализовать потребность в общении.

Актуальность программы

Реализация программы предусматривает перспективное развитие навыков танцевального мастерства, подчинение основному образовательному принципу - от простого к сложному, от знаний к творчеству, к увлекательным делам и концертам.

Следует учитывать, что азбука танца, его выразительные средства требуют определенного уровня физической подготовленности. Поэтому в работе с детьми можно использовать только те движения и образы, которые способны заложить основы красоты, здоровья и доброты, и не помешают естественному развитию растущего организма.

Данная программа предназначена для детей дошкольного возраста. Этот период в жизнедеятельности ребенка не предполагает глубокого проникновения в школу танца. Ему лишь закладываются основы музыкальности, культуры движения и исполнительской выразительности.

В основу обучения детей необходимо положить игровое начало. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе. Поэтому нужно тщательно подбирать репертуар для учащихся младшего возраста, постоянно его обновлять, внося с учетом времени и особенностей обучаемых детей определенные коррективы.

У детей дошкольного возраста восприятие и мышление носят, в основном, конкретно-образный характер. Ребенок еще не в состоянии со всей полнотой воспринимать выразительные средства каждого из видов искусства. Поэтому на первых порах танец должен быть связан для него не только с музыкой, но и со словами, рисунком, пантомимой.

Например, ритм и темп в музыке рисунок связывает с движением и через него легче их постигает; для выражения своих музыкальных впечатлений он пользуется рисунком; содержание рисунка передает через движение.

Таким образом, один вид искусства помогает постижению другого, а их синтез дает необходимую полноту восприятия. Эту особенность детского мышления учитывает педагогика искусства.

Цель программы – содействие интенсивному, разностороннему развитию личности обучающегося средствами хореографического искусства.

Программа направлена на решение следующих **задач**:

Обучающие:

- Освоить базовые позы и движения танца
- Улучшать координацию движений и гибкости тела

Развивающие:

- Развивать музыкальность и ритмическое чувство
- Развивать танцевальную выразительность и эмоциональную интерпретацию музыки
- Улучшать физическую форму и выносливость
- Развивать умение работать в команде и уважать мнение других участников коллектива

Воспитательные:

- Освоить навыки работы в коллективе
- Развить эстетическое восприятие музыки
- Осуществлять воспитание эстетического вкуса обучающихся
- Развитие умения выражать свои эмоции и чувства через танец

За период обучения педагог должен:

1. Научить ребенка самостоятельно, грамотно разучивать и выразительно исполнять предлагаемый хореографический текст;

2. Давать определенный программный объем знаний, умений и навыков;

3. Способствовать формированию музыкально-эстетических чувств ребенка.

Преподавателю необходимо правильно распределить учебную нагрузку и грамотно спланировать формы работы на уроке, учитывая индивидуальные возможности каждого ребенка. Пути развития ребенка определяются в процессе занятий.

Возраст детей

Данная программа рассчитана на детей в возрасте от 4 до 6 лет.

Сроки реализации

Программа подразумевает 4 месяца обучения. Объем учебной нагрузки составляет 66 часов. Недельный объем учебной нагрузки – 4 часа. Деятельность в объединении строится согласно расписанию. В группах продолжительность одного занятия – 25-30 минут. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – 10 минут.

Ожидаемые результаты

Примерный объём навыков и умений к концу года обучения:

1. Знать простейшие музыкальные понятия.
2. Соблюдать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.
3. Знать простейшие шаги, прыжки, бег.
4. Уметь создать заданный образ в танцевальных движениях.
5. Знать простейшие массовые танцы (народные, балльные, современные).
6. Уметь ориентироваться в пространстве (шеренга, колонна, круг, врассыпную).
7. Освоить музыкально-танцевальные игры, тренирующие внимание, быстроту, реакцию и воображение.

Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога-хореографа - воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

Одним из важных факторов работы на начальном этапе обучения - использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетания, а также правильная постановка корпуса, ног, рук, головы, развитие физических данных, выработка элементарной координации движений.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку детей, не допуская перенапряжения, а также учить их правильно дышать при выполнении упражнений и танцев.

Дети возраста трёх-шести лет имеют достаточно разнообразный арсенал выразительных средств, хорошо ориентируются в музыкальных жанрах, имеют хорошую координацию движений, владеют навыками пространственной ориентации. У них появляется уверенная и твёрдая поступь. Движения их становятся более осознанными. Всё это даёт возможность усложнять предлагаемые упражнения и приучать детей к самостоятельному выполнению заданий.

В процессе занятий по ритмике и танцу формируется способность воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному образу (описанию), повышается технический уровень исполнения танцевальных движений, создаются танцы с сюжетно-ролевой основой, с активным привлечением самих детей к творческому процессу.

К семи годам дети почти полностью могут управлять своим телом и способны координировать движения. Чтобы заинтересовать их занятиями ритмикой и танцем, способствуя тем самым их дальнейшему физическому

и эстетическому развитию, необходимо подбирать более сложные движения и построения, рассчитанные на быструю смену ориентиров.

Чем старше становятся дети, тем больше педагог может обращаться к их собственной фантазии и воображению с просьбой представить себе и показать какое-то движение в «образе». Причем, свой вариант движений могут показать несколько детей, а остальные дают оценочное высказывание - чей вариант исполнения оказался лучше. Педагог также делает выбор лучшего варианта и предлагает (на свое усмотрение) либо повторить предлагаемые ребенком движения, либо показывает свой вариант. Подобные показы в ответ на задания педагога всегда самостоятельны и уже носят в себе элементы творчества.

Программа дает возможность раскрыть методику ознакомления дошкольников с историей возникновения и развития танца, вводит в большой и удивительный мир хореографического искусства, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями хореографии. Поможет дошкольникам влиться в громадный мир музыки от классики до современных стилей и попытаться проявить себя посредством пластики, близкой детям младшего возраста. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Методические рекомендации

1. Основная установка работы с детьми - не стремиться к высоким исполнительским достижениям, как самоцели, а использовать навыки, знания и умения, полученные на занятиях по ритмике и танцу для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребенка в атмосфере доброжелательности, любви и уважения к своим воспитанникам и профессиональному делу.

2. Основными методами в работе с дошкольниками являются показ и словесно-образное объяснение, базирующееся на взаимодействии и органическом слиянии музыки и движения.

3. Основными принципами планирования, организации и проведения занятий по ритмике и танцу являются: систематичность, последовательность, доступность, перспективность, повторяемость, заинтересованность.

При проведении танцевальных занятий нужно разумно дозировать нагрузку на организм школьников. В большинстве случаев физическая и эмоциональная нагрузка соответствует времени звучания, темпу и характеру музыкального сопровождения. Быстрые по темпу и эмоциональные по характеру музыкальные произведения нужно чередовать с более спокойными.

На каждом уроке необходимо умело сочетать материал из всех трёх разделов программы. Все эти разделы должны чередоваться не механически, а соединяться органично, быть пронизаны единым педагогическим замыслом урока.

Учебно-тематический план.

№ п\п	Наименование темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Вводное занятие	2	---	2
2	Работа над постановкой корпуса	2	9	11
3	Работа над развитием чувства ритма	2	10	12
4	Работа над умением ориентироваться в пространстве	2	5	7
5	Танцевальные элементы	2	9	11
6	Par terre	3	4	7
7	Постановочная работа	4	12	16
	Всего:	17	49	66

Содержание программы обучения

Тема 1. Вводное занятие.

1.1. Теория. Знакомство обучающихся группы с педагогом и между собой, с программой и традициями коллектива. Краткая характеристика, цель и задачи дисциплины. Правила гигиены, техники безопасности, культуры общения на занятиях. Влияние режима дня, питания, физических нагрузок на повышение физической и интеллектуальной работоспособности. Меры безопасности и правила поведения на занятиях. История развития хореографического искусства.

Тема 2. Работа над постановкой корпуса.

2.1. Теория. Беседа об основных понятиях и их разъяснение: музыкальный размер, направления движения. Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце.

2.2. Практика.

Изучение позиций ног: VI, I, II.

Изучение положений рук: на поясе, варианты простых *por de bras* с вытянутыми руками. Постановка спины:

а) упражнения на ассоциациях («солдатик», «столбик» и т.д.); б) работа с предметами (палка, скакалка).

Упражнения на натянутость ног и постановку спины: а) *vattmant tendu* вперёд по VI позиции;

б) ходьба с носочка на п/п, на пятках, шаг с высоким подъёмом ног с сокращением стопы в воздухе.

Тема 3. Работа над развитием чувства ритма.

3.1. Теория. Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Различие танцев по характеру, темпу, размеру: вальс, полонез, польку. Беседа о жанре, характере и музыкально-выразительных средствах помогает

развивать логическое мышление ребенка и поднимать уровень его общего культурного развития.

3.2. Практика.

Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз: а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе

под музыку;

б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы.

Тема 4. Работа над умением ориентироваться в пространстве.

4.1. Теория. Виды музыкальных размеров танцев. Беседа об основных понятиях и их разъяснение: музыкальный размер, направления движения, степени поворота.

4.2. Практика.

а) деление зала по точкам;

б) умение держать линию, колонну;

в) соблюдать интервалы, строить круг;

г) соблюдать интервалы во время движения; д) знать своё место в зале.

Тема 5. Танцевальные элементы.

5.1 Теория. Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Названия основных видов шагов, прыжков, понятие маленьких и больших прыжков; по разным длительностям.

5.2. Практика.

а) бег;

б) прыжки по VI позиции; в) приставной шаг;

г) приставной шаг с plie;

д) вынос ноги на каблук в сторону; е) притоп;

ж) подскоки на месте и в продвижении; д) галоп.

Тема 6. Par terre.

6.1 Теория. Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Основные принципы дыхания. Выделение различных групп мышц. Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце. Понятие о мышечном тоне. Разнонаправленное растяжение.

6.2 Практика.

- а) постановка спины (работа с палочками);
- б) работа стоп;
- в) упражнения на натянутость ног;
- г) растяжка;
- д) упражнения на гибкость;
- е) профилактика сколиоза (упражнения на растягивание позвоночника).

Тема 7. Постановочная работа.

7.1. Теория. Изучение истории танцев, основных движений.

7.2. Практика. Разучиваются простые танцевально-ритмические комбинации и танцевальные этюды на основе пройденных движений. Музыкальное сопровождение должно соответствовать детской тематике.

Формы контроля и критерии оценивания детей

В подготовительных и старших группах детского сада применяется безоценочная система, так как главная цель обучения - способствовать развитию творческих и коммуникативных способностей ребёнка.

Основной критерий оценки качества выполненной работы - выразительное, согласованное исполнение детьми упражнений и танцев,

которые в таком законченном варианте могут быть исполнены на вечерах развлечений, праздниках, концертах.

Перечень программно-методического обеспечения:

1. Просторный кабинет с высокими потолком и зеркальными стенами.
2. Видео и аудиоаппаратура.

Список литературы

1. Чибрикова-Луговская, А.Е. Ритмика [Текст]/ А.Е. Чибрикова-Луговская. - Л., 2015 г.
2. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать [Текст]/ Т.В. Пуртова.- М.,2015 г.
3. Михайлова, М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения [Текст]/ М.А. Михайлова. - Я., 2016 г.
4. Франио Г. Методическое пособие по ритмике [Текст]/ Г. Франио.- М., 2015 г.
5. Горшкова, Е.В. От жеста к танцу. [Текст]/ Е.В. Горшкова.- М., 2016 г.
6. Бурмистрова, И. Школа танцев для юных. [Текст]/ И. Бурмистрова.- М., 2017 г.
7. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. [Текст]/ Г.П. Гусев. - М., 2016 г.