«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Детский сад №10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.Ю. Ганюшина

Пр.№ 132 от 16.08.2016

Программа

дополнительной образовательной услуги

«Ритмика»

для детей младшего и старшего дошкольного возраста

на 2016 – 2017 учебный год

педагога дополнительного образования

Павлиновой Зои Ефимовны

Педагог дополнительного образования:

Павлинова З.Е

Пояснительная записка.

Программа «Ритмика и танец» является дополнительной программой художественно-эстетической направленности в образовательной области музыкальное искусство. Ритмике и танцу - 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 и танцем, которые необходимо систематически проводить с детьми уже с самого раннего возраста. Настоящая программа по ритмике и танцу предназначена для старших и подготовительных групп детского сада. Цель программы - приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыв перед ними его многообразие и красоту, воспитать эмоциональную отзывчивость, привить основные навыки в умении слушать музыку и передавать её образное содержание.

Задачи программы.

1 *.Образовательные:*

-развитие физических данных;

- развитие понимания языка музыки и выражение его в танце;

-формирование навыков самостоятельной работы.

*2.Воспитательные:*

-формирование общей культуры личности ребёнка, способной адаптироваться в современном обществе.

-формирование уверенности в своих силах; -воспитание культуры движения.

3. *Развивающие:*

-формирование навыков самостоятельного выражения движений под музыку;

-развитие творческих способностей, выдумки, фантазии.

-развитие образного мышления.

Все эти задачи взаимосвязаны и решаются в комплексе

Отличительной особенностью данной программы является -организация поиска новых познавательных ориентиров (организация творческой деятельности, самостоятельного добывания знаний.) Путём танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение формировать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике. Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал ребенка, способствует развитию целого комплекса умений, совершенствованию танцевальных навыков, помогает реализовать потребность в общении.

Актуальность программы связана с ростом числа детских танцевальных коллективов, расширением их концертно-исполнительской деятельности, постановками концертных номеров для детей дошкольного возраста. Реализация программы предусматривает перспективное развитие навыков танцевального мастерства, подчинение основному образовательному принципу - от простого к сложному, от знаний к творчеству, к увлекательным делам и танцевальным 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. Поэтому и занятия называются «Ритмика и танец».

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.

Обучение в старшей и подготовительных группах позволяет своевременно выявить танцевальные способности учащихся, при этом наиболее одаренные дети должны получить возможность продолжить хореографического образование в специализированных учебных заведениях.

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.

На занятии учащимся должна предоставляться возможность самостоятельного творчества. Немаловажное значение имеет детское сочинительство, составление детьми учебных, танцевальных комбинаций, простейших композиций, этюдов. Навыки, которые развиваются в процессе таких занятий, способствуют формированию творчески активной личности.

Учебными задачами являются: овладение основами правильной постановки корпуса (при этом нужно обращать внимание на природные недостатки сложения учеников); общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата (особенно поясницы и брюшного пресса). При этом важно дифференцировать работу различных групп мышц.

Начиная формировать движенческие навыки, необходимо научить ребенка устойчивости, особое внимание следует уделить у детей прыгучести. Учащиеся должны уметь ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс и позу.

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 сочетании, 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 исполнении 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.

При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения - результат не механического «натаскивания», а систематической работы, когда педагог от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях и музыкальных играх, постепенно переходит к более сложным, связанным с передачей стиля, манеры, характера в народных, бальных и современных танцев. Это, в свою очередь, связано с выработкой чувства позы и ракурса, сценического пространства, ансамбля.

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.

Основной формой учебной и воспитательной работы в старшей и подготовительной группе является групповое занятие педагога с детьми.

Курс обучения составляет 56 часов в год. Занятия проводятся 2 раза в неделю от 15- 25 минут (в соответствии с нормами СанПин).

**Структура программы**

Программа состоит из трёх разделов, соответствующих возрастным группам детей, учитывающим особенности и динамику развития годичного цикла ребёнка. В каждом основном разделе выделены темы:

1 .Основные понятия предмета.

2.Танцевальные ритмические упражнения.

3.Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа. Танцы-импровизации.

4.Танцы и пляски.

5.Музыкально-танцевальные игры. Первые два раздела преследуют обучающую цель, а один последний -развитие творческих способностей.

*Ожидаемые результаты:*

*Примерный объём навыков и умений к концу 1 года обучения*:

Знать простейшие музыкальные понятия.

Соблюдать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Знать простейшие шаги, прыжки, бег.

Уметь создать заданный образ в танцевальных движениях.

Знать простейшие массовые танцы (народные, бальные, современные).

*Примерный объем навыков и умений к концу 2 года обучения:*

Уметь ориентироваться в пространстве (шеренга, колонна, круг, врассыпную).

Исполнять танцы-импровизации (изображение предметов, животных, растений, явлений природы).

Уметь выразительно исполнять танцевальные комбинации и танцы (в паре  
и соло).

4. Освоить музыкально-танцевальные игры, тренирующие внимание,  
быстроту, реакцию и воображение.

5. Уметь образно, актерски выразительно исполнить танец на празднике, концерте, тематическом занятии.

Итогом работы является создание творческих программ, праздников, уроков-концертов, тематических занятий, где дети используют не только полученные двигательные навыки, но демонстрируют способность исполнить движение, танец образно, эмоционально, выразительно в соответствии как с темпом, характером, так и стилем музыкального и танцевального произведения.

*Методические рекомендации:*

1. Основная установка работы с детьми - не стремиться к высоким исполнительским достижением, 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

**Задачи программы:**

**3 – 4 года**

**Приоритетные задачи:** воспитание интереса, потребности движения под музыку; развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки; обогащение сушательского и двигательного опыта, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом.

**1. Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке в процессе совместных игр, движения под музыку со сверстниками, педагогами и родителями;

- обогащение слушательского опыта – узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен и выражение это в эмоциях, движениях;

- развитие умения передавать в движении характер музыки и ее настроение (контрастное: веселое – грустное, шаловливое – спокойное и т.д.);

- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп ( умеренно-быстрый – умеренно-медленный ), динамику ( громко – тихо ), регистр ( высоко – низко ), ритм (сильную долю – как акцент, ритмическую пульсацию мелодии), различать 2-3-частную форму произведения (с контрастными по характеру частями).

**2. Развитие двигательных и умений**

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя пе­речисленные ниже виды движений.

*Основные:*

- ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках;

- бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ ("бабочки", "птички", "ручейки" и т.д.);

- прыжковые движения - на двух ногах на месте, с продвижением вперед,

прямой галоп - "лошадки", подскоки (4-й год жизни);

*общеразвивающие упражнения:* на различные группы мышц и различный ха­рактер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружин­ность), которые даются, как правило, на основе игрового образа; *имитационные движения* - разнообразные образно-игровые движения, рас­крывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый или трусливый зайчик, хитрая лиса, усталая старушка и т.д.);

*плясовые движения* - простейшие элементы народных плясок, доступных по координации, например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой, "выбрасывание" ног и др.

**3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:**

**самостоятельно** находить свобод­ное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом.

**4. Развитие творческих способностей:**

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;

- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку;

- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные дви­жения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и свер­стниками.

**5. Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие умения начинать и заканчивать движение вместе с музыкой - разви­тие слухового внимания, способности координировать слуховые представле­ния и двигательную реакцию;

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике - радость, грусть, страх, и Т.д., Т.е. контрастные по характеру настроения, например: "Зайчик испугался", "Мишка радуется меду" и др.;

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов - умение изменять движения в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и умеренно медленным), формой (двухчастной) и ритмом музыки;

- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления - умение выпол­нять упражнения 1-го уровня сложности (см. прил. 2) от начала до конца, не отвлекаясь - по показу взрослого или старшего ребенка.

**6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения чувствовать настроение музыки, понимать состояние об­раза, переданное в музыкальном произведении, и выражать это в пластике (контрастные эмоции, например, "грустный Чебурашка" - "веселый Чебу­рашка" и др.);

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место.

**Рекомендуемый репертуар** (из "Ритмической мозаики" - дополнительно к дру­гим ритмическим упражнениям и пляскам под инструментальное сопровождение):

l-е полугодие: "Плюшевый медвежонок", "Веселые путешественники", "Рыбачок", "Чебурашка", "Маленький танец", игра "Птички и Ворона".

2-е полугодие: "Неваляшки", "Едем к бабушке в деревню", "Кузнечик", "Разноцветная игра", "Лошадки", "Белочка".

**Показатели развития.** Важнейшим показателем уровня музыкально-ритмического развития ребенка в этом возрасте является интерес к самому процессу дви­жения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике ха­рактер музыки, игровой образ. При недостаточной координации, ловкости и точности движений (что в этом возрасте встречается довольно часто) выразительность плас­тики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность.

Разнообразие выполняемых движений, соответствие их темпу, ритму, форме музыкального произведения свидетельствуют о высоком уровне музыкального и дви­гательного развития ребенка.

**4 - 5 лет**

**Приоритетные задачи:** развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

**1. Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движе­нии под музыку в свободных играх;

- обогащение слушательского опыта - включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некото­рых доступных произведений изобразительного характера композиторов-клас­сиков, (например, из "Детского альбома" П.Чайковского: "Баба Яга", "Новая кукла", "Марш деревянных солдатиков" или из "Бирюлек" М.Майкапара: "Мотьшек", "В садике" и др.);

- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, раз­личные оттенки настроения (веселое – грустное, шаловливое – спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);

- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый - умеренно медленный, быстрый); динамику (гром­ко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высо­кий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-З-частную форму про­изведения, вариации с контрастными по характеру частями;

- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

**2. Развитие двигательных качеств и умений**

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя пе­речисленные ниже виды движений.

*Основные:*

- ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим ша­гом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

- бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ ("бабочки", "птички", "ручейки" и т.д.), широкий ("волк"), острый (бежим по "го­рячему песку");

- прыжковые движения - на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп - "лошадки", легкие поскоки;

*общеразвивающие упражнения* на различные группы мышц и различный ха­рактер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружин­ность); упражнения на гибкость, плавность движений;

*имитационные движения* - разнообразные образно-игровые движения, рас­крывающие понятный детям образ, настроение или состояние ("веселый" или "трусливый зайчик", "хитрая лиса", "усталая старушка", "бравый сол­дат" и т.д.). Уметь передавать динамику настроения, например, "обида ­прошение - радость";

*плясовые движения* - элементы народных плясок, доступных по координации - например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной ногой, "выбрасывание" ног, полуприседания и полуприсядка для мальчиков и др. Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонап­равленные и симметричные).

**3. Развитие 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.

**4. Развитие творческих способностей:**

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;

- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;

- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои,

оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пла­стический образ.

**5. Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие умения **самостоятельно** начинать и заканчивать движение вместе с музыкой

- развитие слухового внимания, способность координировать слу­ховое представление и двигательную реакцию;

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике - радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: "Кошка обиделась", "Девочка удивляется" и др.;

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движе­ния в различных темпах и ритмах;

- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слу­ховой, зрительной, двигательной), мышления, речи - в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании.

**6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;

- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помеще­нии, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);

- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрос­лыми, привычки выполнять необходимые правила **самостоятельно:** пропускать стар­ших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем прово­дить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

**Рекомендуемый репертуар** (из "Ритмической мозаики"):

1-е полугодие - повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций: "Марш", "Кораблики", "Красная шапочка", "Кот Леопольд", "Поросята" .

2-е полугодие: "Антошка", "Волшебный цветок", "Мячик", "Кошка и девочка", "Веселая пастушка", "Песенка о лете" и др. (а также повторение всех ранее разученных композиций).

**Показателем уровня развития** является не только выразительность и непос­редственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запомина­нию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

( дети 3-5лет)

Музыкально- ритмическая деятельность - 30

Танцы и пляски - 16

Творческая деятельность - 10

Общее количество занятий - 56

**Содержание программы (3-5)**

**Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»**

**Тема № 1 Знакомство с основными понятиями предмета.**

Тема включает в себя понятия: линия танца, интервал, дистанция. Знакомство с точками класса. Знакомство с темпами музыки: медленный, умеренный, быстрый, а также, с характерами музыкальных произведений и динамических оттенков.

**Тема №2 Подготовительные упражнения**

Комплекс подготовительных упражнений, направленных на работу правильной постановки корпуса, знакомство с исходными положениями ног, позициями рук, также порядковых упражнений.

1. Подготовительные упражнения для постановки корпуса

основное положение, стоя в свободной позиции

«Вдох-выдох»

«Деревянные и тряпочные куклы»

-упражнение «ронять корпус» (расслабление и напряжение мышц корпуса)

2. Подготовительные упражнения для изучения позиций рук (свободная,  
подготовительная и 1)

-«Большие крылья»

«Поющие руки»

«Бабочка»

-упражнение «Твердые и мягкие руки» -упражнение «Мельница» (круговые движения рук) -круговые движения кистями рук

3. Подготовительные упражнения для изучения позиций ног (свободная и *6)*-упражнение «твердые и мягкие ноги»

(напряжение и расслабление тазобедренных и голеностопных мышц) -«Круговые движения стопами» -полуприседания («напряженное» и «пружинное»)

**Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения**

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально- двигательный образ.

Упражнение №1

- танцевальный шаг с носка

-шаг с подскоком

-приставной шаг

-шаг с притопом

Упражнение№2

-ходьба под музыку

-ходьба с хлопками

-ходьба с движением рук

-ходьба со сменой мест

-хлопковая комбинация

Упражнение№3

-бег легкий и энергичный

-бег по кругу

-бег на месте с хлопками

-бег со сменой мест

**Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа.** Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается: 1 .Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.

2.Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся

3.Танцы- импровизации. «Тихий и громкий танец», «Медленный и быстрый», «Большой и маленький»

***Раздел « Танцы и пляски»***

**Тема№5 Изучение танца «Полька»**

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки. **«Полька»** (музыкальный размер 2/4) -упражнение с хлопками на сильный удар музыки -подскоки в сочетании с хлопками -галоп по кругу

-галоп со сменой мест (вправо, влево) -подскоки на месте с хлопками

-выставление ноги на носок в сочетании с приседаниями

**«Парная полька»**

-положение в паре лицом друг к другу «лодочка»

-комбинация притопов

-галоп со сменой мест

-хлопковые комбинации

Тема №6 Изучение танца «Пляска с притопом»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом(платком). -бег по кругу; -притопы;

-повороты вокруг себя.

**Тема № 7Изучение диско -танцев:**

-«Весёлая стирка», «Весёлая зарядка», «Мама-Мария», «Солнечные зайчики». **Тема№8 Изучение танца «Хлопушки»»**

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, развивающую координацию движений и умение ориентироваться в пространстве. **«Хлопушки»** (музыкальный размер 2/4) -бег по кругу; -хлопки и притопы; -сужать и расширять круг.

**Тема №9 Музыкально-танцевальные игры.** Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1 Музыкальные игры с элементами хореографии

«Лучше и быстрее», «Попрыгунчики», «Проверь товарища и помоги»

«Хлопки», «Переноска мяча», «Круг и кружки», «Передача мяча по кругу»

2.Имитационные игры

«Создай свой образ», «Говорящие руки», «Статуи»

**5 – 7 лет**

**Приоритетные задачи:** развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

**1. Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и

новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;

- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музы­кальными сочинениями;

- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, пере­давая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;

- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высо­кий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-З-частную форму произведения (с малоконтрастными по характе­ру частями), а также вариации, рондо;

- развитие способности различать жанр произведения - плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях.

**2. Развитие двигательных качеств и умений**

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя пе­речисленные ниже виды движений.

*Основные:*

- ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пру­жинящим, топающим шагом, "с каблучка", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, "гусиным" шагом, с ускорением и замедлением;

- бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высо­кий, широкий, острый, пружинящий бег;

- прыжковые движения - на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок "легкий" и "сильный" и др.;

*общеразвиающие упражнения* - на различные группы мышц и различный ха­рактер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкос­ти движений, координации рук и ног;

*имитационные движения* - различные образно-игровые движения, раскрыва­ющие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настрое­ний, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды - " вводе", "в воздухе" и т.д.);

*плясовые движения* - элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асим­метрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные дви­жения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, пере­менный шаг, шаг с притопом и др.

**3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:**

самостоятельно находить свобод­ное место в зале, перестраиваться в круг, несколько кругов, становиться в пары и друг за другом, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций ("змейка", "воротики", "спираль" и др.).

**4. Развитие творческих способностей:**

- развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;

- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно созда­вая пластический образ;

- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные дви­жения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие

проявления и давать оценку другим детям.

**5. Развитие и тренировка психических процессов:**

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов - умение изме­нять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музы­кального произведения - **по фразам;**

- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления - на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звуча­ния музыки, разнообразия сочетаний упражнений и Т.Д.);

- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: "Рыбки легко и свободно резвятся в воде", "Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной" и др.

**6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и живот­ным, игровым персонажам (например, радоваться успеху других детей и переживать, если кто-то упал или уронил предмет, головной убор во время движения);

- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;

- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр – например, если кто-то отдыхает или работает, не танцевать, не проявлять бурно радость, если у кого-то горе и т.д.);

- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее, на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

**Рекомендуемый репертуар** (из "Ритмической мозаики"):

l-е полугодие: повторение репертуара, разученного в младших группах; новый репертуар - по выбору педагога (2-й и 3-й уровни сложности):

"Упражнения с осенними листьями", "Кремена", "Три поросенка",

"Кукляндия", "Упражнение с обручами", "Светит месяц", "Танцуй

сидя", "Крокодил Гена" и др.

2-е полугодие: "Красный сарафан", "Полкис", "Месяц и звезды", "Два Барана "Птичка польку танцевала", "Птичий двор", "Цирковые лошадки",

"Голубая вода", "Мельница" и др.

Сюжетные танцы: "Домисолька", "Богатыри", "Танец Тролле,

Старинные бальные танцы: "Полонез, "Менуэт", "Старинная полька" и др.

**Показатели уровня развития детей:**

- выразительность исполнения движений под музыку;

- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкаль­ной выразительности;

- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов дви­жений;

умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с дру­гими детьми;

- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообраз­ных движений;

- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастичес­ких композициях.

**Содержание программы (5-7)**

**Раздел «Музыкально ритмическая деятельность»**

**Тема№1 Танцевальные, ритмические упражнения для ориентации в пространстве и развития координации движений**

Комплекс упражнений и танцевальных комбинаций включающий в себя элементы разминки и ранее изученных движений. Развивает умение ориентироваться в пространстве, координировать сочетание движений рук, ног, головы.

*Упражнения*

-прыжки по точкам класса

-подскоки с движением рук

-упражнение «Твист»

-упражнения головы (наклоны, повороты, круги)

-плечи (прямые направления, круги и полукруги, «восьмерка»)

-танцевальный шаг с носка

-ходьба под музыку

-бег легкий и энергичный

Танцевальные комбинации

-танцевальные комбинации со сменой мест и с движениями рук

-танцевальная комбинация «Найди свое место»

**Тема № 2 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа.** Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться. Возможно использование предметов (веер, платок, зонт и др.**)**

По данной теме учащимся предлагается:

1.Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом

музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может

варьироваться.

2.Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных

комбинациях учащихся

3.Танцы- импровизации. Изображение предметов, животных, растений.

Раздел «Танцы и пляски».

**Тема №3 Изучение танца: «Вальс»**

Танцевальная комбинация, сочетающая в себе плавные мягкие движения.

танцевальный шаг «вальсовая дорожка»

покачивание «качели»

положение в паре «лодочка»

свободные вращения

**Тема №4 Изучение танца «Чунга-чанга»**

Танцевальная комбинация, сочетающая в себе быстрые, ритмические движения. Движения исполняется в умеренном и быстром темпе.

подскоки

положение рук наверх

повороты

перестроения

хлопки

**Тема №5 Изучение танца «Ах вы сени»**

Танцевальная комбинация, сочетающая в себе чередование элементарных движений руками, ногами, корпусом, головой.

«ковырялочка»

повороты

положение в паре

приставные шаги

**Тема №6 Изучение танца «Веселый танец»**

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, развивающую координацию движений, умение ориентироваться в пространстве, а также умение передавать в движении веселый, олшвленныи характер украинской музыки.

легкий бег

кружения в парах

подскоки

воротца

ковырялочка

**Тема №7 Изучение танца «Танец птиц»»**

Тема включает в себя танцевальную комбинацию в паре. Танец исполняется энергично, весело.

шаг галопа и притоп

повороты в паре

подскоки

**Тема№8 Изучение танца «Аннушка»**

Тема включает в себя танцевальную комбинацию в паре развивающую координацию и передачу в движении ритмического рисунка.

хлопки

6 шагов в повороте

прыжки.

**Тема №9 Изучение танца «Танец снежинок»**

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, сочетающую в себе лёгкий полётный бег, движения руками с лентами, умение двигаться легко и ритмично.

лёгкий бег

взмахи руками

кружение в звёздочках

перестроение в цепочку

**Тема №10 Музыкально-танцевальные игры.**

Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту и воображение.

музыкальные игры с элементами хореографии: «Круг и кружочки», «Цапля», «Передача мяча по кругу», «Проверь товарища и помоги», «Попрыгунчики».

имитационные игры: «Создай свой образ», «Говорящие руки», «Статуи».

**За период обучения педагог должен:**

• научить учащегося самостоятельно, грамотно разучивать и выразительно исполнять предлагаемый хореографический текст;

давать определенный программный объем знаний, умений и навыков;

способствовать формированию музыкально-эстетических чувств учащихся;

Преподавателю необходимо правильно распределить учебную нагрузку и грамотно спланировать формы работы на уроке,

учитывая индивидуальные возможности каждого ученика. Пути развития ребенка определяются в процессе занятий. Применяя дифференцированные методы обучения, можно варьировать программные требования по усмотрению преподавателя.

**Методическое обеспечение**

Прохождение программы должно опираться на следующие *основные* ***принципы:***

постепенность в развитии природных данных учеников;

строгая последовательность в овладении танцевальной лексикой и техническими приемами;

систематичность и регулярность занятий;

целенаправленность учебного процесса.

Для эффективности занятий следует постоянно ориентироваться на основные принципы дидактики (сочетания сознательного и эмоционального, теоретического и практического, последовательности, наглядности, творческого подхода к изучаемому материалу). Хореография дает широкий простор для использования в процессе занятий всех названных принципов обучения и воспитания, и чем гармоничнее они увязаны в материале и разнообразной деятельности учащихся, тем эффективнее будет результат работы с учащимися.

Сочетание эмоционального и логического является непременным условием ведения уроков. Например, разучивание движений закрепляется легче в том случае, когда они от непроизвольного рефлекса подражания проходят стадии прочувствования и осознания, закрепляясь, таким образом и в мышечном ощущении («отпечатываясь» в качестве стереотипа в коре головного мозга). Выученные таким образом движения надолго остаются в памяти и значительно легче поддаются интерпретации в различном танцевальном образе.

Процесс обучения музыкально- ритмическим движениям можно разделить на 3 этапа:

1.Начальное обучение музыкально ритмическим движениям.

2.Углублённое разучивание движений и усвоение навыков для его качественного исполнения.

3 Повторение и закрепление навыков движения.

(дети 5-7 лет)

Наименование разделов

Музыкально-ритмическая деятельность - 30

Танцы и пляски - 20

Творческая деятельность - 6

Общее количество занятий - 56

Список литературы:

1.А.Е.Чибрикова-Луговская. Ритмика.-Л.,2003 г.

Т.В.Пуртова. Учите детей танцевать.-М.,2003 г.

М.А.Михайлова. Танцы, игры, упражнения для красивого движения.-Я., 2001г.

Г.Франио. Методическое пособие по ритмике.- М., 1995 г.

Е.В.Горшкова. От жеста к танцу. М., 2002 г.

И.Бурмистрова. Школа танцев для юных.- М., 2003 г.

Г.П.Гусев. Методика преподавания народного танца.- М., 2004