

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №22»

ПРИНЯТО
На Педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад №22»
Протокол № 1 от 28.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №22»
_____ А.С. Щербакова
Приказ №36-ОД от 28.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА ПО РИТМИКЕ
«НЕПОСЕДЫ»**

СТАВРОПОЛЬСКИЙ КРАЙ

Шпаковский район

2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ГЛАВА 1. Методические основы развитие детей 3-7 лет средствами танцевально-ритмической гимнастики

1.1. Сущность ритмики

1.2. Современные методики занятий по ритмике с детьми дошкольного возраста

ГЛАВА 2. Характеристика образовательной программы «Ритмика» для детей 3-7 лет

2.1. Аннотация к программе

2.2. Цели и задачи рабочей программы

2.3. Учебно-тематический план

2.4. Содержание программы

2.5. Методы и формы образовательной деятельности

2.6. Ожидаемые результаты и критерии их оценки

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ПРИЛОЖЕНИЕ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Ритмика является одним из предметов, входящих в систему музыкального воспитания. В основе ритмики лежит изучение элементов музыкальной выразительности, которые наиболее естественно и логично могут быть отражены в движении.

Дети любят занятия по ритмике, так как подвижность свойственна их возрасту. Занимаясь ритмикой, дети активно участвуют в передаче характера музыки, ее темпа, динамики, ритма, формы. Эти занятия развивают чувство ритма, музыкальный слух и память. Так же ряд упражнений помогает выработке координации движений, способствует «мышечному раскрепощению», дети подвижны, эмоциональны, восприимчивы к музыке.

Данная программа по ритмике разработана для детей от 3-7 лет.

Цель программы «Ритмика» - формирование навыка свободного движения воспитанников в соответствии с метроритмическими особенностями музыки и умения согласовывать свои движения с музыкой.

Задачи программы «Ритмика»

1. Научить детей двигаться в характере музыки, передавая ее темповые, динамические, метроритмические особенности.

2. Формировать умение чувствовать эмоциональную наполненность музыки и ее в движении.

3. Формировать знания выразительных средств, которыми пользовался композитор для создания музыкального образа. Данная программа состоит из разделов:

1. Игроритмика

2. Игропластика (стретчинг, гимнастика)

3. Строевые упражнения

4. Музыкально-подвижные игры

5. Элементарные танцевальные движения 6. Танцевально-ритмические этюды, постановки.

Актуальность программы связана с использованием разнообразных средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей. Это позволяет насытить образовательный процесс положительными эмоциями, увеличить двигательную активность детей, которая является мощным фактором интеллектуального и

эмоционального развития ребенка. Здоровье ребенка – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, воли, дарований и природных способностей. Ритмика помогает творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувства ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка. Занятия по ритмике создают такие условия, при которых ребенок по мере своих возможностей выступает публично, преодолевает неуверенность, страх и учится управлять собой, своим поведением, голосом, телодвижениями.

Преподавателю ритмики необходимо очень серьезно подходить к подбору музыкального материала. Использовать на занятиях лишь ту музыку, которая имеет художественную ценность, имеет ясную форму, выразительна и доступна для детского восприятия. В музыкальном произведении должно быть ярко представлено то средство музыкальной выразительности, к которому преподаватель хочет привлечь внимание детей.

Движения должны вытекать из музыки, отражая ее общий характер и конкретные средства музыкальной выразительности. На уроках необходимо расширять музыкальный кругозор детей, воспитывать музыкальный вкус.

На занятиях по ритмике движения должны быть обязательно согласованы с музыкой. Характер и темп музыки, остановки в конце музыкальных фраз, динамические оттенки, акценты, кульминации в музыке отражаются в соответствующих движениях.

Прежде чем приступить к выполнению движений, дети должны прослушать музыку, под которую они будут делать упражнения. В соответствии с музыкой дети идут шагом, бегут, делают подскоки с ноги на ногу, различные средства музыкальной выразительности отражаются в соответствующих движениях.

Работая с детьми над ритмическими упражнениями, педагог должен добиваться точного выполнения движений, следить за правильной осанкой. Основные требования к осанке заключаются в следующем: плечи опущены и несколько отведены назад, голова приподнята, спина прямая, грудная клетка выступает вперед, живот подтянут.

Для того чтобы дети не уставали, необходимо чередовать подвижные занятия со спокойными – пением, слушанием музыки, беседами о музыке, анализом музыкальных произведений.

Начинать заниматься ритмикой рекомендуется с самого раннего возраста. Программа музыкально-ритмического воспитания дошкольников учитывает психо-физические особенности детей, их непосредственно-эмоциональную реакцию на музыку и определенные двигательные возможности. Основной формой деятельности на занятии остаются игры – сюжетно-ролевые, развивающие, тематические, образные, игры-превращения, игры-имитации.

На занятии создаются простые ситуации, понятные детям, развивается образное мышление на простых примерах, используются наглядные пособия, игрушки. Огромное воспитательное значение имеет народное творчество, такие как сказки, загадки, стихи, песни.

Дети 6-7 лет испытывают потребность в движении, им свойственна двигательная активность. Не случайно они ярче и эмоциональнее воспринимают музыку через движение.

Программа «Ритмика» предлагает следующие формы работы:

Основной формой кружка является групповое занятие (состав группы в среднем 8-10 человек). Во время проведения занятия возможна индивидуальная форма работы педагога с детьми.

Методами работы являются:

- наглядный – практический качественный показ;
- словесный – объяснение, желательно образное;
- игровой – учебный материал в игровой форме;
- творческий – самостоятельное создание воспитанниками музыкально-двигательных образов.

В процессе обучения используются следующие способы контроля:

1. Открытые занятия с участием родителей не реже 2 раз в год.

Групповые занятия по ритмикереализуются по образовательной программе

- в младшем дошкольном возрасте (2 занятие в неделю/ 64 занятия в год);
- в среднем дошкольном возрасте (2 занятие в неделю / 64 занятий в год);
- в старшем и подготовительном возрасте (2 в неделю / 64 занятий в год);

**Учебный план МБДОУ «Детский сад № 22» на 2018-2019 учебный год
по ритмике «Непоседы»:**

Групповые занятия по ритмике «Непоседы» с 3-7 лет

Вид образовательной услуги	Наименование образовательной услуги		Группа -								
			Группа № 1 (3-4 лет)			Группа № 2 (4-5 лет)			Группа № 3 (6-7 лет)		
Платная дополнительная образовательная услуга	Групповые занятия по ритмике	Длительность занятий	15 минут			20 минут			30 минут		
			недел я	месяц ц	год	недел я	месяц ц	год	недел я	месяц ц	год
			2	8	72	2	8	72	2	8	72

ГЛАВА 1. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ

1.1. Сущность ритмики

Ритмика - специальный раздел, который имеет целью активизировать восприятие детьми музыки через движение и помочь выявить их музыкальные способности. Основная задача занятий ритмикой в детских дошкольных учреждениях в развитии у воспитанников общей музыкальности и чувства ритма. Основоположником современной ритмики является швейцарский музыкант, педагог, композитор, музыковед Эмиль Жак – Далькроз (1865-1950). Один из основных принципов его системы – подчинения движения музыкальному ритму и передача звуковых периодов в длительностях пластического движения.

Каждое упражнение усложнялось лишь после того, как было доведено до автоматизма. Эта система стала известна во многих странах Европы и в России под названием «метода ритмической гимнастики». Современность и актуальность этой методики и по сей день не только в ее названии, столь широко используемом многими специалистами по физическому и музыкальному воспитанию.

По мнению Далькроза, «с первых лет жизни ребенка следовало бы начинать воспитание в нем «мышечного чувства», что в свою очередь, способствует «более живой и успешной работе мозга». При этом Далькроз считал важным и то, как организован сам процесс занятий с детьми, который должен «приносить детям радость, иначе он теряет половину своей цены». В современных детских садах музыкально-двигательное воспитание имеет устоявшиеся традиции: программу, методику.

А.И. Буренина рассматривает ритмику, как своеобразный «донотный период» в процессе музыкально-двигательного воспитания детей, который помогает «настроить инструмент» (тело), научить его слышать музыку и выражать свое «видение» музыкального произведения в пластической импровизации.

Известно, какое значение В.М. Бехтерев придавал музыке, который считал, что с ее помощью «можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, умерить слишком возбужденные темпераменты и растормозить заторможенных детей, урегулировать неправильные и лишние движения».

С первых занятий дети должны приобрести необходимые музыкально-двигательные навыки, научиться внимательно слушать музыку во время движения, начинать или оканчивать движение вместе с музыкой. Музыка и движение являются основными средствами ритмической тренировки. Передача в движении ритма сменяющихся разнохарактерных тем – ведущий метод ритмической тренировки. Движения на ритмических занятиях могут применяться самые разнообразные: и гимнастические, и бытовые, и танцевальные. Музыкальные произведения, подбираемые для занятий ритмикой, должны быть доступны для восприятия и соответствовать возрасту детей.

Характерная черта ритмических занятий – большое количество заданий для коллективного выполнения – помогает детям ориентироваться в пространстве.

С.Л. Слуцкая предлагает строить работу по музыкально-ритмическому обучению, имея в виду следующие направления:

- Темп движений.
- Устойчивость в темпе;

- Переключение с одного темпа на другой; • Постепенное ускорение или замедление темпа;
- Характер и динамика движений.
- Отражение в движении характера музыки;
- Отражение в движении динамических оттенков (форте, пиано), способа извлечения звука (легато, стаккато).
- Форма и фразировка.
- Не углубляясь в детальный анализ музыкальных форм, достаточно ограничиться различением и определением следующих элементов:
- Часть;
- Предложение;
- Фраза;
- Работа над музыкальной формой и фразировкой дает возможность планировать движения в пространстве. В заданиях фигурные построения могут наглядно передавать структуру музыкального отрывка.
- Метр.
- Движение, отмечающее начало такта – сильную долю;
- Вступление в движение на такт позднее своего соседа;
- Затактовое построение;
- Размеры и дирижерские жесты на 2/4, 3/4, 4/4;
- Дирижерские жесты, совмещенные с шагами.
- Ритмический рисунок.
- Целая нота;
- Половинная;
- Четверть;
- Восьмая, шестнадцатая; • Передача ритмического рисунка.
- Хлопками, шагами;
- Соблюдением пауз;
- Синкопированными движениями; • Ритмическим контрапунктом;

Занятия ритмикой способствуют физическому развитию детей: совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается

жизненный тонус, что создает у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии организма в целом. Под влиянием музыкально-ритмической деятельности развиваются музыкальноэстетические чувства, познавательный интерес, творческое воображение, память, устойчивость произвольного внимания. Все это возможно только при правильной организации этого процесса, умелом планировании и целесообразном выборе художественного, доступного и педагогически оправданного репертуара.

1.2.Современные методики занятий ритмикой с детьми дошкольного возраста

В последние годы заметно возросла потребность в эффективных методиках воспитания детей дошкольного возраста. По мнению Т. Сауко, явление это не случайное и связано с пониманием самоценности этого периода детства, значения развития в дошкольном возрасте для последующего становления личности ребенка. С 1998 года педагогам предоставляется право выбора образовательной программы. Существует несколько программ по танцевально-ритмической гимнастике.

К одной из таких методик относится программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной. Цель программы - развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. *Первая отличительная особенность* данной программы в выявлении индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы «на себя», «на взаимодействие с детьми».

Вторая особенность – это использование в качестве музыкального сопровождения целостных произведений – в записи и при непосредственном, «живом» исполнении.

Третья особенность данной программы – это акцентирование внимания педагогов на анализе внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку.

Еще одной современной программой является «Музыка с мамой» разработанная Сергеем и Екатериной Железновыми. Сюда входят серия компакт-дисков для общего и музыкального развития малышей от рождения

до школы. В названии программы заключена ее направленность. Выполняя упражнения с мамой ребенок испытывает положительные эмоции, на основе которых и возникают более глубокие чувства: радость, восхищение, восторг. «Топ-топ» - песенки – игры для общего развития и адаптации в группе для детей от 1 до 5 лет. Здесь представлены пальчиковые и подвижные игры, звукоподражания, ритмическая гимнастика под музыку и пение.

«Прыг-скок» - игровая гимнастика для детей от 3 до 5 лет под музыкальное сопровождение. В предлагаемые комплексы включены как физкультурные, так и сюжетно-образные движения.

«Пять поросят» - пальчиковая гимнастика. На данном компакт диске представлены пальчиковые игры под музыкальное сопровождение. Ритм, неизменный порядок слов, рифма являются для ребенка «заклинанием», чем-то магическим, утешающим и успокаивающим, а музыкальное сопровождение радует детей и позволяет проводить игровые занятия наиболее эффективно.

Еще одной современной программой является «Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворовой. Данная программа включает репертуар для занятий музыкально-ритмическими движениями с детьми дошкольного возраста. Парные и круговые пляски, игры, упражнения собраны автором из разных источников: творческих разработок музыкальных руководителей детских садов, а также сборников, изданных ранее. Предлагаемый репертуар отличается доступностью для исполнения детьми и яркостью игрового образа.

Изучив программы по ритмике, пришла к выводу, что в этих программах большое внимание уделяется младшему дошкольному возрасту и старшему дошкольному возрасту. Именно поэтому решила собрать методический материал и разработать программу по ритмике для детей раннего и дошкольного возраста.

Анализ научно-методической литературы позволяет сделать выводы:

1. Движение под музыку – универсальное средство целостного развития личности ребенка.
2. Ритмические задания могут решать несколько задач одновременно.
3. Движения на ритмических занятиях могут применяться самые разнообразные: гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные.

4. Музыкально-ритмические упражнения дают простор для фантазии педагога.
5. Необходимость внедрения занятий по ритмике с детьми дошкольного возраста, как вспомогательной дисциплины.
6. Ритмика способствует укреплению физического и психического здоровья, гармоничному развитию силы и духа.

ГЛАВА 2 ХАРАКТЕРИСТИКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ ПО РИТМИКЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3-7 ЛЕТ.

2.1. Аннотация к программе

Данная программа ориентирована на детей раннего и дошкольного возраста. С целью укрепления здоровья, развития музыкальных и творческих способностей психических процессов, нравственно-коммуникативных качеств личности.

Данная программа состоит из разделов:

1. Игроритмика
2. Игропластика (стретчинг, гимнастика)
3. Строевые упражнения
4. Музыкально-подвижные игры
5. Элементарные танцевальные движения
6. Танцевально-ритмические этюды, постановки.

Данная образовательная программа рассчитана на детей от 3-7 лет. Группы комплектуются по возрастному принципу. Численный состав групп 10 - 15 человек. Режим проведения занятий 1 раза в неделю 30 минут.

2.2. Цели и задачи образовательной программы

Цель программы – 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.

2.3 Содержание программы по ритмике определяют следующие разделы:

1. 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:

- Темп музыки
- Взаимосвязь темпа музыки и движений
- Устойчивость в темпе;
- Переключение с одного темпа на другой;
- Постепенное ускорение или замедление темпа;
- Влияние темпа музыки на ее характер динамика музыки
- Влияние динамики музыки на ее характер
- Способ исполнения
- Влияние способа исполнения на характер музыки
- Отражение в движении характера музыки;
- Строение музыкального произведения – вступление, начало, проигрыш, концовка, часть (законченный музыкальный образ), предложение, фраза (законченная музыкальная мысль)
- Форма – двухчастная, трехчастная, куплетная
- Метр – 4х дольный, 2х дольный, 3х дольный. Сильная, слабые доли. Такт. Затакт
- Ритмический рисунок. Длительности. Паузы

2. Игропластика (стретчинг, гимнастика) развитие мышечной силы и гибкости занимающихся, способствует укреплению позвоночника и позволяет предотвратить нарушения осанки и исправить ее.

- Шаг
- Хлопки
- Топ-топ,
- танцевальные позиции ног – 1,6; выворотность, положение коленей

- Вытянутая и сокращенная стопа
- позиции рук,
- позиция головы
- постановка корпуса стоя
- постановка корпуса сидя – «по-турецки», поза ученика, с вытянутыми ногами
- постановка корпуса лежа
- перекаты вперед-назад; •упражнения для развития мышечной силы и гибкости

3. 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

- Марш – на месте, с продвижением, со сменой направления
- Марш различными длительностями
- Соблюдение интервала
- Бег – колени вперед, стопы назад, на месте и с продвижением
- Прыжки – на месте, с продвижением, с вытянутыми ногами, с поджатыми ногами
- построение в шеренгу (линию) и в колонну;
- перестроение в круг;
- бег по кругу и по ориентирам «змейкой»;
- перестроение из одной шеренги в несколько, из одной колонны в несколько
- построение в шахматном порядке
- Движения в паре, ладушки.

4. 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

- игры на определение динамики музыкального произведения;
- игры для развития ритма и музыкального слуха;
- подвижные игры, с мячом, с погремушками, с муз. инструментами
- игры-превращения, подражания, образные сравнения
- ролевые игры
- имитация разнообразных действий
- имитацией поведения птиц, зверей

5. Элементарные танцевальные движения. Решается задача приобщения детей к искусству танца, формирования танцевальных знаний, умений и навыков. Позволяет не только постичь эстетику движения, но и способствует решению одной из важных проблем эстетического воспитания детей - приобщение их к богатству танцевального и музыкального народного творчества.

- Русский поклон, поклон с приставным шагом для девочек, поклон с приставным шагом для мальчиков
- Шаг хороводный, танцевальный. Топающие шаги
- Шаг приставной, приставной с полуприседанием
- Тройной шаг
- Шаг с припаданием
- Притоп, шаги с притопом, приставной шаг с притопом, тройной притоп, тройной поворот с поворотом
- Ковырялоча с притопом
Полуприседание (пружинка) с наклоном корпуса, полуприседание с поворотом корпуса
- Полуприседание с выставлением ноги на пятку.
- Подскоки.
- Перескоки.
- Боковой галоп, боковой галоп с поворотом
- Танцевальный бег

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 занятие, 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 разучивания упражнения 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.

1. Флажки 3-х цветов по числу детей в группе.
2. Ленты разных цветов по числу детей в группе.
3. Платочки разных цветов (размер 20-25 см).
4. Погремушки по числу детей в группе.
5. Цветы небольшие нежных оттенков.
6. Обручи легкие пластмассовые.
7. Шнур яркий длиной 3-4 метра.
8. Мячи среднего размера по числу детей в группе.
9. Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).
10. Гимнастические палки.
11. Куклы и мягкие игрушки.
12. Скакалки.
13. «Карусель» обруч с лентами.
14. Шарфы разных цветов.
15. Карнавальные детские костюмы: лиса, медведь, волк, заяц, белка, собака, тигр, поросенок, ежик, обезьянка и т.д.

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 необходимо начинать со слов: «Мы сейчас будем играть...», «Мы сейчас превратимся...», «Мы сейчас отправимся в путешествие...» и т.п.

Игровой метод придает воспитательно – образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий и творческих способностей ребенка. Занятия предлагается проводить в форме игрупутешествий (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 группах раннего и младшего возраста 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 выразить 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, пытаюсь 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.

2.5. Календарно-тематический план реализации программы.

Календарно-тематический план - вторая младшая группа

(3-4года)

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во занятий	Теория -	Практика
1.	« Плюшевый медвежонок»	2	1	1
2.	« Весёлые путешественники»	3	1	2
3.	« Птички и ворона»	3	1	2
4.	«Чебурашка»	3	1	2
5.	«Зимние забавы»	6	2	4
6.	«Веселые затейники»	5	2	3
7.	«Белочка»	7	2	5
8.	«Спортландия»	4	2	2
9.	«Воздушная кукуруза»	2	1	1
10.	«Лошадки»	2	1	1
11	« Велосипед»	2	1	1
12.	«Карусель»	2	1	1
13.	« К бабушке в деревню»	8	2	6
14.	« Веселые внучата»,	3	1	2
15.	« Разноцветная игра»	3	1	2
16.	« Едем к бабушке в деревню	4	2	2
17.	«Любимые персонажи из Мультфильмов»	4	2	2
18.	«.« Кот Леопольд»	4	2	2
19.	« Поросята»	5	1	4
20.	Итого	72	27	45

**Календарно-тематическое планирование –средняя группа
(4-5 лет)**

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во занятий	Теория	Практика
1.	« Играя танцуем»	4	1	3
2.	« Весёлая разминка»	4	-	4
3.	«В осеннем парке»	4	1	3
4.	«Гномики»	4	-	4
5.	«Разноцветная игра»	4	-	4
6.	«На птичьем дворе»	2	-	2
7.	«Весёлая карусель»	2	-	2
8.	«Танцуем парами»	4	1	3
9.	«Шагаем как физкультурники»	2	-	2
10.	«Мы собираемся на бал»	2	-	2
11.	« Белые кораблики»	4	-	4
12.	«Прогулка под зонтом»	4	-	4
13.	« Русский танец»	4	1	3
14.	« Мой любимый флажок»,	2	-	2
15.	« Волшебная лента»	2	-	2
16.	« Зоопарк»	2	-	2
17.	« Разминаем пальчики»	2	-	2
18.	« Путешествие в сказку»	4	1	3
19.	« Потанцуем вальс»	4	1	3
20.	«Топ-топ каблучок»	2	-	2
21.	«Хоровод заведём»	2	-	2
22.	«Танец королей»	2	-	2
23.	«Русский хоровод»	4	1	3
24.	«Навстречу к солнцу»	2	-	2
20.	Итого	72	7	65

**Календарно-тематическое планирование –старшая группа
(6-7 лет)**

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во занятий	Теория	Практика
1.	« Давайте познакомимся»	4	1	3
2.	« В гостях у сказки»	4	1	3
3.	«Мы с тобой танцуем вдвоем»	4	1	3
4.	«Мы уже так умеем»	4	1	3
5.	«Приглашаю танцевать»	4	-	4
6.	«Калинка моя»	4	1	3
7.	«Забавы зимушки зимы»	4	-	4
8.	«Я хочу танцевать»	4	-	4
9.	«Танцуй как я»	4	-	4
10.	«Вместе будем танцевать»	4	1	3
11	« Танцевальная прогулка»	4	-	4
12.	«В гостях у белоснежки»	4	-	4
13.	« Лесные приключения»	4	-	4
14.	« Во саду ли в огороде»,	4	-	4
15.	«Из бабушкиного сундучка»	8	1	7
16.	« Сказки венского леса»	8	1	7
20.	Итого	72	8	64

2.5 Ожидаемые результаты и критерии их оценки.

Задачи (возраст 3-4 лет)

1. Развитие музыкальности.
2. Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер, понимать содержание.
3. Развитие музыкального слуха, чувства ритма.
4. Развитие музыкальной памяти.

Предполагаемый результат

- умение самовыражения через танец.
- Развитые двигательные качества и умения координировать движения.
- Гибкости, ловкости, точности и пластичности. Воспитание выносливости, силы. Формирование правильности осанки, красивой походки.
- Умения ориентироваться в пространстве. Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Задачи (возраст 4-5 лет)

1. развивать ритмический слух, творческие способности, зрительное внимание;
2. развивать быстроту реакций, четкость и ловкость движений, выразительность пластики, мимики, музыкального восприятия;
3. формировать правильность осанки

Предполагаемый результат

- способность различать жанр музыкального произведения;
- стойкий интерес к новым музыкальным произведениям;
- умение сопереживать, воспринимая музыкальный образ
- развитая гибкость и ориентировка в пространстве
- Построения в 2,3 колонны.

Задачи (возраст 6-7 лет)

1. Знать основные танцевальные позиции рук и ног.
2. Владеть навыками ориентировки в пространстве и приобретать определенный «запас» движений в ритмических и танцевальных упражнениях.
3. Должны уметь передать характер музыкального произведения в движении.
4. Уметь точно и правильно исполнять танцевальные постановки.
5. Владеть основами хореографического искусства, уметь выражать в движении основные средства музыкальной выразительности.

Предполагаемый результат

- Дети должны уметь выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеть основами хореографических упражнений.
- Усвоить большой объем разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру.
- Должны уметь импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений, сочинять элементы для танцев.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Опыт работы по развитию детей дошкольного возраста средствами танцевально-ритмической гимнастики 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, в рассыпную.

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 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.

Сетка занятий кружка по ритмике «Непоседы»

Понедельник

**15.00 -15.25 – старшие группы
15.30 – 15.50 – средние группы**

Вторник

**15.00 -15.25 – старшие группы
15.30 – 15.50 – средние группы**

Среда

**15.00 – 15.15 – младшие группы
15.30 – 16.00 – подготовительная группа**

Четверг

**15.00 – 15.15 – младшие группы
15.30 – 16.00 – подготовительная группа**

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста 2-е изд., испр. и доп. СПб. ЛОИРО, 2000г.
2. Ветлугина Н.А. Методика музыкального образования в детском саду. Москва «Просвещение» 1989г.
3. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятие физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. Москва, 2005г.
4. Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. Москва 2006 г.
5. Зарецкая Н.В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста, Москва «Айрис-пресс» 2008г.
6. Зарецкая Н.В. Танцы для детей младшего дошкольного возраста, Москва «Айрис-пресс» 2007г.
7. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. Санкт-Петербург «Композитор» 2005г.
8. Михайлова М.А., Воронина н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль «Академия развития» 2000г.
9. Савчук О. Школа танцев для детей. Санкт-Петербург «Ленинградское издательство» 2009г.
10. Сауко Т.Н. Буренина А.И. Топ-хлоп, малыш! Санкт-Петербург, 2001г.
11. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду, Москва «Линка-пресс» 2006г.
12. Суворова Т.И. Программа «Танцуй, малыш» Выпуски 1,2 Издательство «Музыкальная палитра», Санкт-Петербург 2006г.

13. Суворова Т.И. Программа «Танцевальная ритмика» Выпуски 1-6
Издательство «Музыкальная палитра», Санкт-Петербург 2006г.
14. Суворова Т.И. Программа «Спортивные олимпийские танцы»
Выпуски 1,2 Издательство «Музыкальная палитра»,
СанктПетербург 2006г.
15. Суворова Т.И. Программа «Танцевальная ритмика. Новогодний
репертуар» Выпуски 1-6 Издательство «Музыкальная палитра»,
Санкт-Петербург 2006г.
16. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ».
Танцевальноигровая гимнастика для детей. Санкт-Петербург,
2001г.
17. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «ФИТНЕС-ДАНС».
Лечебнопрофилактический танец. Санкт-Петербург,
«Детствопресс»2010г.
18. Федорова Г.П. Поиграем, потанцуем. Игровые упражнения и
пляски для детей младшего и среднего дошкольного возраста.
Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2002г.
19. Федорова Г.П. На золотом крыльце сидели. Санкт-Петербург
«Детство-пресс» 2006г.
20. «Камертон» программа музыкального образования детей раннего
и дошкольного возраста / Э. П. Костина. ЛИНКА-ПРЕСС, 2008.г
21. Бекина С., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение, (34
года), Москва «Просвещение» 1981г.
22. Бекина С., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение, (56
лет), Москва «Просвещение» 1983г.
23. Бекина С., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение, (67
лет), Москва «Просвещение» 1984г.
24. Улащенко Н.Б. Музыка. Занятия с детьми
старшей и подготовительной группы. Волгоград
«Корифей» 2006г.

25. Арсеновская О.Н. Музыкальные занятия. Первая младшая группа. Волгоград 2013г.
26. Арсеновская О.Н. Музыкальные занятия. Вторая младшая группа. Волгоград 2013г.
27. Арсеновская О.Н. Музыкальные занятия. Средняя группа. Волгоград 2013г.
28. Арсеновская О.Н. Музыкальные занятия. Старшая группа. Волгоград 2013г.
29. Арсеновская О.Н. Музыкальные занятия. Подготовительная группа. Волгоград 2010г.
30. Улашенко Н.Б. Музыка. Разработка занятий, средняя группа. Волгоград «Корифей» 2007г.
31. Михайлова М.А. Поем, играем, танцуем дома и в саду. Ярославль 1997г.
32. Волкова Л. Играйте вместе с нами. Москва «Музыка» 1982г.
33. Вайнфельд О.А. Музыка, движение, фантазия. Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2000г.
34. Каплунова И., Новоскольцева И. Топ-топ, каблучок. Танцы в детском саду выпуск 1, 2 Санкт-Петербург «Композитор» 2007г.
35. Роот З. Танцы с нотами для детского сада, Москва «Айриспресс» 2007г.
36. Роот З. Танцы и песни для детского сада, Москва «Айрис-пресс» 2008г.
37. Бутенко Э.В. Музыкальные игры и развлечения для детей 2-3 лет, Москва «Сфера» 2011г.
38. Долманова Н.Н. Подвижные игры с песнями в детском саду. Хороводы, инсценировки, Москва «Сфера» 2002г.
39. Афанасенко Е.Х. Детский музыкальный театр, Волгоград «Учитель» 2009г.

40. Подшибякина С.Ю. Хоровод круглый год, Волгоград «Учитель» 2004г.
41. Дрожжина Е.Ю. Обучение дошкольников современным танцам, Москва Центр педагогического образования 2012г.
42. Гоголева М.Ю. Игры и развлечения, вып.2. Ярославль «Академия развития» 2006г.
43. Чаморова Н.В. Подвижные игры и забавы. Москва 2006г.
44. Агапова И., Давыдова М.А. Развивающие музыкальные игры. Москва 2007г.
45. Лялина Л.А. Народные игры в детском саду. Москва «Сфера» 2009г.
46. Орлова А.В. Русское народное творчество и обрядовые праздники в детском саду. Владимир 1995г.
47. Картушина М.Ю. Развлечения для самых маленьких. Москва «Сфера» 2008г.
48. Картушина М.Ю. Забавы для малышей. Москва «Сфера» 2006г.
49. Епанчинова Л.А. Веселая игралочка выпуск 2. «Млада» Екатеринбург, 2011г.
50. Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки. Харьков «Ранок», 2005г.