

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детская школа искусств №6» г. Брянска

РАССМОТРЕНО
И ПРИНЯТО

На Педагогическом совете
Протокол № 2 от 10.08.2021

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБУДО ДШИ №6 г. Брянска
В.В. Ермолова
Пр. № 14 от 14.08.2021



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ПРЕДМЕТУ:
«РИТМИКА»
(в рамках оказания ДПОУ)**

Преподаватель: Кузнецова Светлана Юрьевна
Класс: 1
Срок обучения: 8 месяцев

Белые Берега
2021

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.
2. Срок реализации учебного предмета.
3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию предмета «Ритмика».
4. Форма проведения учебных аудиторных занятий.
5. Цель и задачи учебного предмета.
6. Методы обучения.
7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

II. Содержание учебного предмета

1. Учебно-тематический план.
2. Содержание разделов.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации преподавателям.
2. Музыкально-ритмические игры.

VI. Список рекомендуемой методической литературы

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», утвержденных приказом Министерства культуры Российской Федерации, разработана на основе оздоровительно-развивающей программы по танцевально-игровой гимнастике «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г., а также с учетом многолетнего педагогического опыта.

Ритмика – предмет, который позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей начиная с дошкольного возраста.

Формирование осанки, культуры движений, мимики, развитие музыкального вкуса повышают уверенность ребёнка в себе. Совершенствование координации движений способствует повышению коммуникативной активности ребёнка.

«Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». На занятиях можно творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет, мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребёнка».

Уроки ритмики развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков обучающихся, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства. Дети получают возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность.

Срок реализации учебного предмета.

Программа «Ритмика» предназначена для обучения детей 4 – 5 лет и рассчитана на 8 месяцев.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию предмета «Ритмика».

Занятия проводятся один раз в неделю, во второй половине дня. Длительность занятий – 30 минут.

Сведения о затратах учебного времени

Год обучения	1-й год	Итого часов
Форма занятий	групповая	
Аудиторная (в часах)	32	32
Максимальная учебная нагрузка	32	32

Форма проведения учебных аудиторных занятий.

Занятия проводятся в групповой форме, наполняемость группы от 11 человек.

Цель и задачи учебного предмета.

Цель программы: укрепление физического и психического здоровья дошкольников, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

Задачи:

1. Развивать двигательную активность и координацию движений.
2. Формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре и танце.
3. Развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма).
4. Учить воспринимать музыкальные образы и выражать их в движении, согласовывая движения с характером музыки; определять музыкальные жанры (марш, песня, танец).
5. Развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец.
6. Поощрять исполнительское творчество: участие в праздниках, спектаклях, концертах.
7. Выявлять одарённых детей и готовить их к занятиям хореографического отделения школы искусств.

Методы обучения.

Успешное решение поставленных задач на занятиях с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Принципы:

- **индивидуализации** (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- **систематичности** (непрерывность и регулярность занятий);
- **наглядности** (безукоризненный показ движений педагогом);
- **повторяемости материала** (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- **сознательности и активности** (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Методические приёмы:

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель,

какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Обязательными условиями проведения занятий в хореографическом зале являются:

- соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам;
- наличие формы.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей и прописан в содержании программы.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»

№ раздела	Содержание программы	1 год обучения
1	Вводное занятие	1
2	Регуляция состояния мышечного напряжения.	1
3	Разворачивание личного пространства	2
4	Образное перевоплощение: -имитационные упражнения; -упражнения на освоение действий с воображаемыми предметами.	4
5	Танцевальная азбука: -танцевальные шаги, бег; -прыжковые движения; -упражнения на перестроения, ориентировку в пространстве; -общеразвивающие упражнения; -музыкально- ритмические композиции, танцы.	12
6	Игоритмика: - характер движения и музыка; - темп и соотношение скоростей; - метроритм; - динамика	4
7	Музыкальная игра	6
8	Упражнения на дыхание	1
9	Контрольный урок	1
ИТОГО:		32

СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ

Тема 1.

Вводное занятие «Путешествие в танцевальную страну»: правила поведения в танцевальном зале, ТБ, структура урока, изучение поклона.

Тема 2.

Регуляция состояния мышечного напряжения:

- динамические упражнения («Шалтай- Болтай», «Волчок», «Потягушки»);
- упражнения на произвольное расслабление («медуза- гвоздик»).

Цель: научить ребёнка произвольно управлять собственным телом, и прежде всего сбрасывать излишнее напряжение, «зажимы» в мышцах, помочь обратить внимание на свои мышечные ощущения. Ориентируясь на них, научить произвольно достигать определенного состояния напряжения или расслабления, чтобы более точно выполнять ту или иную двигательную задачу.

Тема 3.

Разворачивание личного пространства:

- упражнения, сопоставляющие контрастные положения («Яйцо- цыплёнок», «солнце разгорается и затухает», « цветок распускается»);
- упражнения, сопоставляющие широту движения (« маленькие крылья и большие», «большие ноги- маленькие ножки», «мишка и мышка»).

Цель: освоение характеристик движения: «открытая» и «закрытая» поза, характер движения: амлетуда или размах движения, снятие психологических комплексов- такие как робость, застенчивость, замкнутость и неуверенность в себе.

Тема 4.

Образное перевоплощение:

- имитационные движения (композиции «Птичий двор», « Морские обитатели», «Лесные животные», «Животные на букву «к»», «Зоопарк»);
- упражнения на освоение действий с воображаемыми предметами («Парк развлечений», «Морская прогулка», «Дождливая история», « Прогулка на автомобиле», «Весёлый паровоз», «Оркестр»).

Цель: развитие воображения, фантазии, развитие пантомимических навыков передачи движений, дать возможность ребёнку самостоятельно искать выразительные средства для воплощения образа.

Тема 5.

Танцевальная азбука:

- танцевальные шаги (шаг с носка, на носках, приставной шаг в сторону, с высоким подниманием колена, «крадущийся шаг» (произвольное исполнение, хороводный шаг, «прогулка», «топающий» шаг).

-танцевальный бег (бег лёгкий, с захлестом сзади, семенящий бег, бег с высоко поднятыми коленями впереди);

- прыжковые движения («точка» (на одной ноге и двух), «колокольчик» (из стороны в сторону), «зайчик» (прыжки, где не сгибаются колени), «лесенка» (варианты прыжков с продвижением вперёд), «солнышко» (прыжок во 2 позицию и обратно));

- упражнения на перестроение и ориентировку в пространстве: построение в шеренгу и в колонну по команде преподавателя (образно-двигательные действия «Солдатики», музыкальная игра «Найди своё место», «Шишки, желуди, орехи»), передвижение в сцеплении («Гусеница», «Змейка», музыкальная игра «Иголочка и ниточка»), построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за преподавателем («Хоровод»), построение в рассыпную, закрепление понятий: право, влево, вперёд, назад, (повороты по команде преподавателя, ритмический танец «Мы пойдём сначала вправо»).

- общеразвивающие упражнения: выставление ног на пятку, носок (упражнение «Сапожки»), приставной шаг с полуприседанием, приставной шаг вперёд, приставной шаг в сторону, пружинка парами, пружинка с разворотом вправо, влево, пружинка с движениями рук сверху, внизу, перед собой и за спиной, упражнения с предметами (упражнения с погремушками, султанчиками (хлопками), платками, мячами, флажками), акробатические упражнения («петушок», «цапля», «ласточка», «выпад»).

- музыкально-ритмические композиции и танцы: «Танец утят», «Большая стирка», «Если весело живётся», «Лавота», «В траве сидел кузнечик», «Улыбка», «Макрена», «Хоровод», «Полька-хлопушка», «Карусельные лошадки».

Цель: учить детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные виды движений: построение, перестроение, обеспечивать эффективное формирование двигательных умений и навыков, способствовать повышению общей культуры ребёнка, развивать у детей мышечную силу, гибкость и равновесие.

Тема 6.

Игроритмика: Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»), акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком (счёт 1 и 3 при музыкальном размере 4/4), выполнение общеразвивающих упражнений руками в различном темпе и с хлопками, с притопом, ходьба с ускорением и замедлением темпа, смена ходьбы при смене темпа, различные динамики звука «громко - тихо», выполнение упражнений под музыку, гимнастическое дирижирование - тактирование на музыкальный размер 2/4, развитие навыков передачи ритмических рисунков (использование шумовых музыкальных инструментов для передачи ритмических рисунков, воспроизведение ритмических рисунков по одному и группой, воспроизведение ритмических рисунков по подгруппам (девочки, мальчики - один и тот же ритмический рисунок)).

Цель: развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей, учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.

Тема 7

Музыкальная игра : « Найди своё место», « Нитка- иголка», « Водяной», « Солнце, небо и земля», « Мы весёлые ребята», «Рыбалка», «Усни- трава», « Музыкальный квадрат», «Поезд».

Цель: развитие навыков внимания, слуховой координации.

Тема 8

Упражнения на дыхание: «Волны шипят», «Насос», «Ныряние», «Подуем», упражнение на осанку в седе «по-турецки», «Шарик надуваем», «Плаваем» дыхательные упражнения с подниманием рук вверх.

Цель: Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ. КРИТЕРИИ ОЦЕНОК

Диагностика проводится в форме контрольного урока в конце учебного года. Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка.

Критериями оценки усвоения программы являются следующие:

- восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать);
- элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок, строение музыкального произведения);
- развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, выворотность, шаг, стопа, баллон, апломб, вестибулярный аппарат);
- знание элементарных танцевальных понятий;
- степень усвоения танцевального репертуара.

Критерии оценок:

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ И УМЕНИЯМ

- знать назначение хореографического зала;
- уметь ориентироваться в зале, строиться в шеренгу, владеть навыками простейших перестроений и построений;
- уметь выполнять ритмические комплексы и танцы, соответствующие программе 1 года обучения;
- овладеть навыками ритмической ходьбы, уметь хлопать и топать в такт музыки;
- уметь в образных играх передавать различные образы.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации преподавателям.

Занятия ритмикой необходимо проводить в танцевальном зале, оборудованном станками, зеркалами.

Во время занятий педагогу следует периодически менять направление движения детей, с тем, чтобы, поворачиваясь то лицом, то спиной к зеркалу, они научились контролировать себя через ощущение.

Следует, как можно чаще менять построение детей в зале, менять в последовательном порядке линии, по которым выстроены дети.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. Необходимо четко определять баланс в сочетании этих двух методов. Излишнее и подробное объяснение может привести к потере внимания. Ограничиваться только практическим показом нельзя, в этом случае дети воспринимают материал подражательно, неосознанно.

В процессе преподавания необходим дифференцированный подход к детям, учитывая их возрастные особенности, творческие наклонности и физические данные, степень восприятия и усвоения материала.

Овладение двигательными навыками всегда должно сопровождаться положительным эмоциональным настроением. На занятиях можно использовать стихотворения, сказочные сюжеты, скороговорки, считалки. Это обогатит образную речь детей, разнообразит эмоциональный фон общения.

В работе с детьми дошкольного возраста важно «не стремиться к высоким исполнительским достижениям, как самоцели, а использовать навыки, знания и умения, полученные на занятиях по ритмике для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребенка в атмосфере доброжелательности, любви и уважения к своим воспитанникам и профессиональному делу».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. **Ж.Е. Фирилева, Е.Т. Сайкина.** «Оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике» «Са-Фи – Дансе» Москва – 2004 г.
2. **Ж.Е. Фирилева, Е.Т. Сайкина.** «Са-Фи- Дансе» «Танцевально- игровая гимнастика для детей» Санкт- Петербург -2007 г.
3. **Е.В. Горшкова** «От жеста к танцу». I кн. «Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце» Москва. Издательство «Гном и Д» 2002 г. II кн. «Музыкальный репертуар к танцевальным упражнениям, этюдам и спектаклям». III кн. «Словарь пантомимических и танцевальных движений» (доступных дошкольникам).
4. **Т.Т. Фотерс.** «Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика» Москва «Просвещение» 1989 г.
5. **Т. Барышникова** «Азбука хореографии» издательство – Айрис – Пресс Рольф - Москва 2000 год
6. **О.В. Ерохина.** «Школа танцев для детей» издательство Ростов на Дону «Феникс» 2003г.
7. **Г.П. Новикова** «Эстетическое воспитание и развитие творческой активности детей старшего дошкольного возраста» методические рекомендации для педагогов, воспитателей и музыкальных руководителей. Издательство АРКТИ Москва 2002г.
8. **А.Е. Чибрикова-Луговская.** «Ритмика» методическое пособие Издательский дом «Дрофа».1999г.
9. **Е. В. Горшкова.** «О «говорящих» движениях и чудесных превращениях» учебно- методическое пособие- Москва -2007г.
10. «Школа танцев для детей»- Санкт- Петербург- 2009 г.

