Министерство образования и науки Республики Северная Осетия – Алания
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Республиканский дворец детского творчества им. Б.Е. Кабалоева»

Принято на заседании
Методического совета РДДТ
Председатель _____ М.А.Хадзарагова
«_2_» _октября_ 20_20г._

Протокол № _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор РДДТ
_____ А.С. Мзокова
«_2_» _октября_ 20_20г._

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика для малышей»

Возраст обучающихся 5-6 лет.
Срок реализации программы 2 года.

Составители –Дудаева А.Г., методист по программному обеспечению РДДТ;
Цахоева М.Л., методист РДДТ по работе с дошкольниками.

г. Владикавказ
2020г.

Паспорт программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика для малышей».

Составители программы - Дудаева А.Г., методист по программному обеспечению РДДТ, Цахоева М.Л., методист РДДТ по работе с дошкольниками.

Организация- исполнитель: Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования «Республиканский дворец детского творчества им. Б. Е. Кабалоева» Республики Северная Осетия – Алания.

Адрес: РСО-Алания, 362040, г. Владикавказ, ул. Ленина, 4,
тел.: 8(8672) 53-70-60, **e-mail:** http://rddt15.ru/

Программа реализуется в ГБУ ДО «Республиканский дворец детского творчества им. Б.Е. Кабалоева».

Возраст обучающихся: 5-6 лет.

Срок реализации программы: 2 года.

Год разработки программы: 2020 год.

Социальный статус: дети дошкольного возраста РСО-А.

Цель программы: развитие художественно-эстетического вкуса, эмоциональной сферы и творческих способностей детей младшего и среднего дошкольного возраста средствами хореографии и физической культуры.

Направленность программы: социально-педагогическая.

Вид программы: модифицированная.

Уровень освоения программы: общеразвивающий.

В основу образовательной программы «Ритмика для малышей» положен опыт работы «Школы РЭР» по данному направлению.

Содержание:

I. Пояснительная записка……4
Направленность программы……...5
Новизна программы……5
Актуальность программы……...5
Педагогическая целесообразность……6
Цель программы……..6
Задачи программы……...6
Отличительные особенности……..8
II.Содержание программы
Количество часов и занятий……10
Формы занятий……..10
Учебно-тематический план 1 года обучения……..12
Содержание учебно-тематического плана……..13
Учебно-тематический план 2 год обучения……....17
Содержание учебно-тематического плана……..17
Работа с родителями……..21
III. Планируемые результаты. Форма аттестации
Ожидаемые результаты 1 года обучения ……...21
Формы подведения итогов……22
Виды аттестации……22
IV. Организационно - педагогические условия реализации программы
Основные виды деятельности на занятиях…….....23
Методическое обеспечение программы……..24
Материально-техническое обеспечение……..24
Список используемой литературы…….……..25
Электронные ресурсы……...25
Приложение №1.Методические рекомендации к программе. ……....26
Приложение №2.Форма фиксации результатов аттестации..……...28
Приложение №3. Календарно-тематический график на 2020-2021 уч.г.…….…29

1. Пояснительная записка

Одной из основных задач физического развития дошкольников является использование разнообразных форм работы с детьми, которые способствуют совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делают его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, то есть создают условия для того, чтобы все дети росли здоровыми. Таким образом, методически правильно организованная работа по физическому развитию и воспитанию призвана удовлетворять естественную потребность детей в движении и способствовать своевременному овладению ими двигательными навыками и умениями, формировать положительную самооценку, аналитическое отношение к себе и деятельности товарищей.

Поэтому в современных условиях особенно актуальными задачами являются привитие детям интереса к физической культуре и спорту, а также обучение их доступным двигательным умениям.

При проектировании дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика для малышей» были учтены следующие нормативные документы:

– Закон «Об образовании в Российской Федерации» ФЗ от 29.12.2012г. № 273-ФЗ;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

– Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242);

– Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей

(Приложение к письму Минобрнауки России от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09);

– Приказ Минпросвещения России от 9 ноября 2018 г., № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

– Устав и локальные акты Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Республиканский дворец детского творчества им. Б.Е. Кабалоева» РСО-А.

Период от рождения до 7 лет является наиболее важным для становления личности ребенка, его физического развития. В это время происходит становление основных, необходимых в жизни движений. Физическое воспитание как система педагогических воздействий направляет формирование моторики от хаотичных движений к таким двигательным действиям, как ходьба, бег, прыжки, метания и многим другим. Физическое воспитание дошкольников является составной частью российской системы физического воспитания и решает общую для всех возрастных групп цель – формирование гармонично развитой личности.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика для малышей» физкультурно - спортивная и предполагает общекультурный уровень освоения.

Новизной является то, что содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в творческом объединении. В программе «Ритмика для малышей» представлены ряд разделов: танцевально-ритмическая гимнастика, общая физическая подготовка, дыхательная гимнастика… Освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе «Ритмика для малышей» создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Актуальность программы состоит в том, что гимнастика (художественная и ритмическая) добавляет новые возможности в развитие детей. Она развивает не только физические качества, скорректировать недостатки телосложения, осанки, но и память, внимание, быстроту реакции, а также эстетическое восприятие детей - понимание красоты и гармонии - благодаря выполнению упражнений под музыку. Таким образом, программа, созданная на основе художественной и ритмической гимнастики, расширяет границы возможностей детей и показана практически всем.

Педагогическая целесообразность.

В процессе обучения дети дошкольного возраста легко и естественно осваивают упражнения для развития равновесия, гибкости; учатся правильно выполнять ходьбу, бег, прыжки, танцевальные движения; получают навыки самостоятельной работы. У них вырабатываются внимательность, настойчивость, инициативность и др. Работа с предметами позволяет развивать моторику детей, а это, в свою очередь, помогает синхронизировать развитие обоих полушарий головного мозга, вследствие чего ускоряется развитие речи. Выполнение физических упражнений в свободном пространстве (ограничение пространства - кромка ковра) развивает пространственное воображение, а следовательно, аналитические способности. И конечно, работа в коллективе социально адаптирует детей, а радость преодоления себя воспитывает характер.

Цель программы - развитие художественно-эстетического вкуса, эмоциональной сферы и творческих способностей детей младшего и среднего дошкольного возраста средствами хореографии и физической культуры

Задачи:

Образовательные:

– коррекция и укрепление здоровья, обеспечение правильного физического развития детей;

– формирование правильной осанки и гимнастического стиля выполнения упражнений;

– освоение базовых навыков выполнения гимнастических упражнений без предметов и с предметами и элементов хореографии;

– формировать музыкально-ритмические навыки, умения выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.

– *Развивающие:*

– развитие важнейших двигательных качеств: силы, ловкости, гибкости, координации, выносливости;

– содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

– способствовать развитию раскрепощенности и проявлению творчества в движениях;

– преодоление слабостей отдельных мышечных групп, нормализация тонуса мышц, улучшение мышечного чувства, развитие подвижности в суставах.

Воспитательные:

– содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;
– вовлечение дошкольников в систематические занятия физическими упражнениям;
– воспитывать желание самостоятельно видоизменять танцевальные движения, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки;
– воспитание в детях уверенности в себе, своих силах, возможностях своего тела и расширение этих возможностей.

В первые годы жизни ребенка на первый план выдвигаются *образовательные задачи*. Это объясняется тем, что детский организм имеет низкую сопротивляемость к условиям окружающей среды, слабый опорно-двигательный аппарат, неразвитую сердечнососудистую и дыхательную системы. Образовательные задачи можно конкретизировать следующим образом:

1. Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию рациональной осанки. Значимость данной задачи обусловлена тем, что скелет ребенка еще не сформирован и поэтому легко поддается деформации.

3. Содействовать повышению функциональных возможностей вегетативных органов и систем. У детей с маленькой двигательной активностью отмечаются задержки в развитии сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем.

Развивающие задачи физического воспитания предполагают обучение двигательным навыкам и умениям, обучение теоретическим знаниям в области физической культуры.

Именно в дошкольном возрасте закладывается двигательная база, формируются умения в жизненно необходимых двигательных движениях (ходьба, бег, лазанье, прыжки и др.). Данные движения составляют в дальнейшем основу для освоения более сложных локомоций (плавание, бег на лыжах, катание на велосипеде, спортивные игры и др.).

Важной образовательной задачей является обучение дошкольников первоначальным знаниям, связанным с занятиями физическими упражнениями, со здоровым образом жизни. Дети должны знать элементарные основы гигиены физического воспитания, правила выполнения физических упражнений, основы техники безопасности занятий.

В настоящее время актуальной задачей является обучение детей основам самостоятельных занятий физическими упражнениями, и что особенно важно, формирование у них интереса к физической культуре.

Среди широкого круга *воспитательных задач* можно выделить следующие:

1. Разностороннее воспитание двигательных способностей. В то же время специфика физического развития ребенка, учет сенситивных периодов его развития предполагает направленность на воспитание координационных способностей (точности движений, ритма, развитие равновесия и ориентации) и скоростных способностей (за счет элементарных движений на быстроту, подвижных игр). К воспитанию силовых способностей и общей выносливости в дошкольном возрасте необходимо подходить более осторожно. Это связано, как уже было отмечено, с неразвитостью опорно-двигательного и мышечного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Для воспитания силовых способностей применяются строго дозируемые упражнения в основном с весом собственного тела, для воспитания общей выносливости – упражнения умеренной мощности.

2. Воспитание морально-волевых качеств (честности, решительности, смелости, настойчивости и др.). Занятия физическими упражнениями создают великолепные условия для проявления данных качеств.

3. Содействовать в процессе физического воспитания умственному, нравственному, эстетическому и трудовому воспитанию.

Отличительные особенности от аналогичных программ в том, что процесс обучения упражнениям на занятиях построен на реализации дидактических принципов: сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности.

Принцип сознательности и активности - сознательное отношение к занятиям, воспитание у детей заинтересованности в овладении движениями во взаимосвязи с музыкой. Педагог точно и доступно формирует музыкально - двигательную задачу, учитывая индивидуальные особенности детей, стимулирует интерес к занятиям.

Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений. Приемы наглядности: демонстрация упражнений; словесный разбор музыки в сочетании с движениями; просмотр, пособий, рисунков, схем. Принцип доступности требует постановки задач соответствующих индивидуальным особенностям ребенка, соблюдение элементарных дидактических правил: от известного к неизвестному, от легкого к трудного, от простого к сложному.

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования музыкально - двигательных навыков, чередования работы и отдыха для поддержания работоспособности детей, определенную

последовательность решения музыкально-двигательных заданий. Процесс обучения упражнениям условно можно разделить на три этапа:

I этап – начальное обучение новым упражнениям;

II этап – углубленное разучивание;

III этап – закрепление упражнений.

Обучение на I этапе направлено на создание общего представления о новом движении во взаимосвязи с музыкой. Дети получают сведения о характере музыки; о форме упражнений соответствующих данной музыки, прослушивание музыкального произведения.

На II этапе обучения дети овладевают умением правильно понимать музыку и выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением. На этом этапе обучения происходит овладение основным движениям во взаимосвязи с музыкой.

III этап обучения направлен на закрепление движений во взаимосвязи с музыкой. Закрепляются движения путем самостоятельного выполнения упражнений, выполнения упражнений под музыку.

II.Содержание программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика для малышей» разработана для обучающихся 5-6 летнего возраста (1-го и 2-го года обучения). Численный состав группы 15-20 человек. Продолжительность учебного часа с учётом возраста и психофизических особенностей устанавливается: для 5-леток – 25 минут, 6-леток – 30 минут.

Срок реализации Программы – 2 года. На освоение программного материала первого и второго годов обучения требуется по 36 часов (Приложение№3). Программа разделена на отдельные тематические части. Занятия строятся таким образом, чтобы не нарушить целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы развития детей. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики упражнений. В практической части углубленно изучаются упражнения и комбинации.

Формы и режим занятий.

Основными формами учебно-воспитательного процесса являются:

- групповые занятия;
- участие в мероприятиях различного уровня и статуса.

Структура занятия в творческом объединении.

Основной формой организации учебной работы в рамках программы «Ритмика для малышей» является занятие. Для занятия характерны постоянный состав занимающихся, определенная длительность, строгая регламентация заданий. Каждое занятие вне зависимости от места его проведения состоит из трёх частей - *подготовительная, основная, заключительная*.

Подготовительная часть - обучающиеся подготавливаются к решению поставленных задач с помощью относительно легких упражнений.

Основная часть - решаются главные задачи, т.е. выполняются элементы и упражнения присущие гимнастики.

Заключительная часть - выполняются упражнения, способствующие более быстрому протеканию восстановительных процессов, чтобы занимающиеся могли перейти к последующей деятельности или отдыху. В каждом отдельном занятии решаются образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. Конечный результат занятия при прочих равных условиях зависит от того, в какой последовательности будут решаться задачи.

В возрасте 5-6 лет ребенок успешно овладевает основными видами движения, которые становятся более осознанными. У детей улучшаются двигательные реакции и координация. Поэтому перед детьми могут стоять довольно сложные двигательные задачи. Понятия и представления ребенка также развиваются. Улучшаются наблюдательность и зрительно-осязательная ориентировка. Дети хорошо справляются с ориентировкой своего тела в пространстве. Однако внимание пока еще удерживается с трудом. Поэтому в процессе обучения надо использовать новые, ясные и краткие раздражители для удержания внимания детей. В этом возрасте целесообразнее использовать целостный метод обучения. Показ должен сопровождать и даже опережать объяснение. Однако для активизации мыслительной деятельности ребенка показ можно предварять описанием движения.

На разных этапах обучения соотношение приемов показа и пояснения изменяется.

Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учетом индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребенка; при этом необходимо отмечать успехи всех детей и подбадривать тех, у кого пока что-то не получается. В процессе занятий серьёзное внимание уделяется формированию морально-волевых качеств (настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу), сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг к другу.

Учебно-тематический план
1 года обучения

№ п/п	Тема	Количество часов	
		Практика	Теория
I.	Вводное занятие Знакомство. Беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Техника безопасности. **Тема**: «Что такое танец?»	1	**1**
II.	Азбука музыкально-ритмических движений **Тема:** «Темп, характер в музыке» **Тема:** «Музыкально-ритмические этюды»	2	2
III.	Играя, танцуем **Тема:** «Музыкально-ритмические игры»	2	1
IV.	Спорт и танец **Тема:** «Ритм»	2	1
V.	Пластика в танце **Тема:** «Осетинские танцевальные этюды» **Тема:** «Сюжетно-образные этюды» **Тема:** «Импровизация»	1 1 2	1
VI.	Выражаем образ в танце **Тема:** «Сюжетно-образные этюды-миниатюры»»	1	1
VII.	Танцы, игры, упражнения для красивого движения **Тема:** «Мимические этюды» **Тема:** «Пантомимические этюды»	2 2	1
VIII.	Игровое танцевальное творчество **Тема:** «Осетинские хореографические миниатюры »	2	1
IX.	Ритмические фантазии **Тема:** «Игры-драматизации»	2	1
X.	**Тема:** «Образно-пластические перевоплощения»	2	1
XI.	Сюжетные занятия (игры-путешествия) **Тема:** «Образно-игровые перевоплощения»	2	1
Всего часов:		**24**	**12**

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие.

Знакомство. Беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца.

Практика – Музыкальная игра «Потанцуй со мной дружок»

2. Азбука музыкально-ритмических движений.

Знакомство с темпами, характером музыки. Понятие о музыкальном вступлении. Динамические оттенки в музыке.

Практика .

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика.
3. ОРУ (общеразвивающие упражнения) без предмета.
4. Акробатические упражнения.
5. Музыкально-подвижные игры.
6. Хореографические упражнения.
7. Игропластика

3. Играя, танцуем.

Беседа о том, что танцевальные движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Объяснение правил игры.

Практика.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика.
3. Танцевальные шаги.
4. Ритмический танец.
5. Музыкально-подвижные игры.
6. Танцевально-ритмическая гимнастика.

4. Спорт и танец.

Беседа о взаимосвязи спорта и танцев. Объяснение понятий «ритм», «чувство ритма», «ритмическое движение».

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. Хореографические упражнения.
4. Танцевальные шаги.
5. Ритмический танец.
6. Музыкально-подвижные игры.

7. Танцевально-ритмическая гимнастика.
8. Пальчиковая гимнастика.

5. Пластика в танце.

Беседа о творчестве в танце. Объяснение понятий «танцевальный этюд», «импровизация».

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. Танцевальные шаги.
4. Ритмический танец.
5. Музыкально-подвижные игры.
6. Танцевально-ритмическая гимнастика.
7. ОРУ без предметов.
8. Игропластика.
9. Игровой самомассаж.

6. Выражаем образ в танце.

Объяснение понятия «танцевальный образ». Беседа о взаимосвязи музыкального и танцевального образа.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. ОРУ с предметами.
4. Акробатические упражнения.
5. Танцевальные шаги.
6. Ритмический танец.
7. Музыкально-подвижные игры.
8. Танцевально-ритмическая гимнастика.
9. Игровой самомассаж.

7. Танцы, игры, упражнения для красивого движения.

Объяснение понятий «осанка», «пластика», «грация». Беседа о важности соблюдения правильной осанки, о красоте танца и танцевальных движений.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. ОРУ с предметами.
4. Танцевальные шаги.
5. Акробатические упражнения.
6. Игропластика.

7. Ритмический танец.
8. Музыкально-подвижные игры.
9. Танцевально-ритмическая гимнастика.
10. Игровой самомассаж.

8. Игровое танцевальное творчество.

Объяснение понятия «композиция танца». Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. Хореографические упражнения.
4. Танцевальные шаги.
5. Ритмический танец.
6. Музыкально-подвижные игры.
7. Танцевально-ритмическая гимнастика.
8. Игровой самомассаж.
9. Игропластика.

9. Ритмические фантазии.

Объяснение понятия «художественное исполнение танцевального образа». Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. ОРУ без предмета.
3. Хореографические упражнения.
4. Акробатические упражнения.
5. Ритмический танец.
6. Музыкально-подвижные игры.
7. Танцевально-ритмическая гимнастика.

10. Креативная гимнастика.

Объяснение понятий «креатив», «креативная гимнастика». Поощрение творческих проявлений при выполнении танцевальных упражнений или танцев.

Практика.

1. Игроритмика.
2. Акробатические упражнения.
3. Игропластика.
4. Хореографические упражнения.
5. Музыкально-подвижные игры.

6. Танцевально-ритмическая гимнастика.

11. Сюжетные занятия (игры-путешествия).

Введение в тему (сюжет) занятия. Объяснение заданий. Подведение итогов.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. ОРУ с предметами, без предметов, с речитативом.
3. Игроритмика.
4. Игропластика.
5. Музыкально-подвижные игры.
6. Танцевально-ритмическая гимнастика.
7. Танцы.
8. Игровой самомассаж.

Учебно-тематический план
2 года обучения

№ п/п	Тема	Количество часов	
		Практика	**Теория**
I.	Вводное занятие. Знакомство. Беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Техника безопасности. **Тема:** «Искусство танца»		2
II.	Слушаем и фантазируем **Тема:** «Народные танцы-игры на развитие творческих способностей детей»	3	1
III	Характер музыки и движение **Тема:** «Упражнения и этюды на развитие ориентации»	3	1
IV	Эстрадный танец. Танец с предметами. **Тема:** «Сюжетные и несюжетные танцы»	3	1
V	Бальный танец **Тема:** «Путешествие по странам мира»	3	1
VI I.	Игровое танцевальное творчество **Тема:** «Хореографические миниатюры»	3	1
VI II.	Ритмические фантазии **Тема:** «Подвижные игры с элементами спорта»	3	1
IX	Коммуникативные танцы **Тема:** «Образные миниатюры»	2	1
X.	Сюжетные занятия (игры-путешествия) **Тема:** «Путешествие в «Зилахар»(Священный танцевальный круг нартов)	2	1
XI	Итоговое занятие **Тема:** «Образно-пластические перевоплощения»	3	1
Всего часов:		**25**	**11**

<u>Содержание программы второго года обучения</u>

1.Вводное занятие.

Беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца, о том, с какими темами будут знакомиться дети в наступающем учебном году.

<u>Практика</u>.

1. Музыкально-подвижные игры.

2. **Слушаем и фантазируем.**

Беседа по прослушанным музыкальным фрагментам. Обсуждение выполнения творческих заданий.

<u>Практика</u>.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. ОРУ без предмета.
4. Акробатические упражнения.
5. Музыкально-подвижные игры.
6. Хореографические упражнения.
7. Игропластика.

3. **Характер музыки и движение.**

Беседа по прослушанным музыкальным фрагментам. Обсуждение выполнения творческих заданий.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. Танцевальные шаги.
4. Ритмический танец.
5. Музыкально-подвижные игры.
6. Танцевально-ритмическая гимнастика.

4. **Эстрадный танец. Танец с предметами**.

Объяснение понятия «эстрада». Беседа об особенностях эстрадного танца. Объяснение правильного выполнения эстрадных танцевальных движений.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. Танцевальные шаги.
4. Ритмический танец.
5. Музыкально-подвижные игры.
6. Танцевально-ритмическая гимнастика.
7. ОРУ без предметов.
8. Игропластика.
9. Игровой самомассаж

5. **Бальный танец**.

Объяснение понятия «бальный танец». Беседа об особенностях бального танца. Объяснение правильного выполнения танцевальных движений бального танца.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. ОРУ с предметами.
4. Танцевальные шаги.
5. Ритмический танец.
6. Музыкально-подвижные игры.
7. Танцевально-ритмическая гимнастика.

8. Игровой самомассаж.

6. **Игровое танцевальное творчество**.

Объяснение понятия «танцевальное творчество». Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. ОРУ с предметами.
4. Танцевальные шаги.
5. Акробатические упражнения.
6. Игропластика.
7. Ритмический танец.
8. Музыкально-подвижные игры.
9. Танцевально-ритмическая гимнастика.
10. Игровой самомассаж.

7. **Ритмические фантазии**.

Объяснение понятия «ритмическая формула» и особенностей ее выполнения. Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. Игроритмика.
3. Хореографические упражнения.
4. Танцевальные шаги.
5. Ритмический танец.
6. Музыкально-подвижные игры.
7. Танцевально-ритмическая гимнастика.
8. Игровой самомассаж.
9. Игропластика.

8. **Коммуникативные танцы**.

Объяснение понятия «эмоциональный образ». Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. ОРУ без предмета.
3. Хореографические упражнения.
4. Акробатические упражнения.
5. Ритмический танец.
6. Музыкально-подвижные игры.
7. Танцевально-ритмическая гимнастика.

9. **Креативная гимнастика**.

Поощрение творческих проявлений при выполнении танцевальных упражнений или танцев.

Практика.

1. Игроритмика.
2. Акробатические упражнения.
3. Игропластика.
4. Хореографические упражнения.
5. Музыкально-подвижные игры.
6. Танцевально-ритмическая гимнастика.

10. **Сюжетные занятия (игры-путешествия)**. Введение в тему занятия, объяснение

Практика.

1. Строевые упражнения.
2. ОРУ с предметами, без предметов, с речитативом.
3. Игроритмика.
4. Игропластика.
5. Музыкально-подвижные игры.
6. Танцевально-ритмическая гимнастика.
7. Танцы.

Игровой самомассаж.

Работа с родителями

Очень важно взаимодействие педагога, ребенка и родителей. С заинтересованными родителями педагогу легче найти общий язык с ребенком, использовать меры воздействия для воспитания качеств, необходимых и в спорте, и в повседневной жизни. Для контакта с родителями проводятся собрания, открытые занятия, соревнования, показательные выступления обучающихся, которые награждаются грамотами, сувенирами (система поощрения может быть также организована с помощью родителей).

Формы подведения итогов освоения программы.

Спортивные праздники:

№	Тема	Место проведения	Участники соревнований	Время проведения
1	«Правила движения – всем знать без исключения!»	Спортивный зал	обучающиеся, родители	Сентябрь
2	«Папа, мама и я – спортивная семья»	Спортивный зал	обучающиеся, родители	Ноябрь
3	«Новогодние старты»	Спортивный зал	обучающиеся, родители	Январь
4	«Фестиваль зимних подвижных игр»	Спортивный зал	обучающиеся, родители	Февраль
5	«Фестиваль летних подвижных игр!»	Спортивный зал	обучающиеся, родители	Май
6	«Калейдоскоп народных игр».	Спортивный зал	обучающиеся, родители	Июнь

III. Планируемые результаты. Форма аттестации

Ожидаемый результат освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика для малышей».

По окончании обучения дети:

– овладеют умением начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;

– будут уметь двигаться под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом, различать различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш и др.), передавать в танце характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);

– овладеют различными видами танцевальных шагов (бодрый шаг с носка, притопы, танцевальный бег, подскоки и др.), правильными позициями ног и положением рук;

– получат навык исполнения движений с сохранением при этом правильной осанки;

– будут свободно исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по гимнастике.

– будут знать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами.

Способом определения результативности реализации программы дополнительного образования «Ритмика» является диагностика. Результаты диагностики педагог вносит в Диагностическую карту (см. приложение № 1).

Способы определения результативности:

1. Наблюдение за обучающимися во время тренировочных мероприятий и соревнований.
2. Мониторинг результатов в конце года.
3. Тестирование общефизической, специальной физической, технической и психологической подготовок.
4. Контроль соблюдения техники безопасности.
5. Выполнение отдельных упражнений с заданиями. Результаты соревнований.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы.

Для реализации программы используются различные виды тестирования физической подготовленности и физического развития. Форма подведения итогов - тренировочные занятия, беседы, учебные игры, тестирование, участие в соревнованиях.

Виды аттестации:

-Входной контроль – обучающихся проводится в начале учебного года с целью установления фактического уровня теоретических знаний по направлению.

-Текущий контроль – оценка качества освоения обучающимися содержания конкретной образовательной программы в течение учебного года.

-Промежуточная аттестация - обучающихся проводится с целью повышения ответственности педагога и обучающихся за результаты образовательно - воспитательного процесса, определения уровня освоения обучающимися ДООП в рамках учебного года.

-Итоговая аттестация обучающихся проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам ДООП (Приложение №2).

IV. Организационно - педагогические условия реализации программы.

Основными видами деятельности на занятиях по танцевальной ритмике являются репродуктивная и творческая.

Репродуктивная деятельность направлена на овладение детьми умениями и навыками через повторение выполнения движений, показанных педагогом.

Творческая деятельность направлена на самостоятельное преобразование детьми имеющихся знаний и умений для получения нового результата. Взаимосвязь двух этих видов деятельности дает детям возможность реализации творческой самореализации и способствует гармоничному (умственному и физическому) развитию личности. При обучении используются основные методы организации и осуществления образовательной деятельности: словесные, наглядные, практические, проблемно-поисковые, исследовательские. В основе способа организации занятий лежит игровой метод. Нетрадиционные виды упражнений представлены игропластикой, пальчиковой гимнастикой, дыхательными упражнениями, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Игровой метод придает образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. Кроме того, в работе с детьми используются следующие методы обучения:

– показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;

– выразительное исполнение движения под музыку;

– словесное пояснение выполнения движения;

– внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;

– творческие задания.

По уровню деятельности детей используются методы объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, частично-поисковые и исследовательские. Методы и приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания, объема программных умений, этапа разучивания материала, индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы танцевальная деятельность детей была исполнительской и творческой. Учебный материал на занятиях по ритмике

распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успеха, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала или при выполнении творческих заданий. Этому способствуют совместное обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе, поощрение творческих проявлений, создание положительной мотивации, актуализации интереса, проведение конкурсов, соревнований.

Для того, чтобы эта работа была эффективной, необходима определенная теоретическая и методическая база по работе с детьми 5-6 лет творческого объединения «Ритмика для малышей».

Методические материалы:

- методическая литература для педагога;
- литература для обучающегося;
- подборка специализированных журналов.

Материалы по результатам освоения программы:

- перечень творческих достижений;
- видеозаписи итоговых занятий;
- фотографии мероприятий.

Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал с мягким покрытием, музыкальный цент (магнитофон), предметы художественной гимнастики - скакалки, обручи, мячи…

Список используемой литературы:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» ФЗ от 21.12.2012г. № 273.
2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
3. «Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов» (утв. Президентом РФ 03.04.2012).
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41).
6. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. -СПб.: ЛОИРО, 2000. – 122 с.
7. Бодраченко И.В. Музыкальные игры в детском саду для детей 3-лет. – М.: Айрис – пресс, 2009. – 144с.
8. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М.: ВЛАДОС, 2003–154с.
9. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006. – 272 с.
10. Казакевич Н.В. Сайкина Е.Г. , Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика. Методическое пособие.- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2001. – 322 с.
11. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Са-Фи-дансе: танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб, «ДетствоПресс», 2007. – 352 с.
12. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Фитнес-данс: лечебно-профилактический танец. Учебно методическое пособие. – СПб: «Детство-Пресс», 2007. – 384 с.

Электронные ресурсы:

1. Песенки для детей URL: https://www.youtube.com/watch.
2. Мультики для детей песенка – игра. URL:https://www.youtube.com/watch.
3. Танцевально-игровая гимнастика для детей. URL: https://www.labirint.ru/books/149863/.

Приложение №1

Методические рекомендации к программе

Главной задачей физического развития и воспитания является обеспечение всесторонней физической подготовленности каждого ребенка, оказание помощи в приобретении запаса прочных умений и двигательных навыков необходимых человеку.

В методике физического воспитания детей дошкольного возраста должны быть соединены средства, методы и приемы обучения движениям, развитие физических качеств и двигательных способностей, а также нравственного, умственного, трудового и эстетического воспитания.

Спецификой методики физического воспитания является то, что в основе всех способов применения физических упражнений лежит умелое регулирование нагрузки, длительности и интенсивности упражнений. По воздействию на организм физическая нагрузка может быть постоянной и переменной. Постоянная нагрузка – в виде равномерного бега, а переменная – в форме бега с ускорением и замедлением. Физическая нагрузка может иметь непрерывный и прерывистый (интервальный) характер. Например, пробегание определенного расстояния или повторное пробегание отрезков через заданные интервалы времени. Отдыхая между упражнениями, ребенок может находиться в состоянии относительного покоя (стоять, сидеть) или заниматься другим видом деятельности (спокойно ходить после прыжков), то есть отдыхать активно.

В физическом воспитании детей дошкольного возраста используются, главным образом, следующие основные методы. Прежде всего, это метод упражнений с четко заданной программой действий, порядком их повторений, точной дозировкой физической нагрузки, с четко установленными интервалами отдыха. Другими методами являются игровой и соревновательный. Игровой метод характеризуется организацией движений в соответствии с игровым сюжетом. Что же касается соревновательного метода, то он используется в играх с правилами.

Достаточно широко в физическом воспитании дошкольников применяются: –

словесный метод (рассказ, объяснение, беседа и т.д.);

– наглядный метод (имитация, поддержка, помощь, использование ориентиров).

В практической работе с детьми младшего дошкольного возраста не ставится специальная задача развитие физических качеств. В занятиях физической культурой преобладают приемы объяснения, сопровождающиеся показом, и выполнение упражнений совместно с педагогом.

В группах детей 6-ти лет ведущими являются методы и приемы прямого обучения, а также направленные на формирование физических качеств, характеризующиеся строго дозированными упражнениями, повторением их через определенные интервалы времени и с увеличением интенсивности движений.

Особенности методики физического воспитания детей младшего и старшего дошкольного возраста обусловлены степенью самостоятельности и сознательного отношения к занятиям.

Приложение №2

Форма фиксации результатов аттестации

Протокол результатов аттестации обучающихся творческого объединения

20____/20____учебный год

Название творческого объединения_____

ФИО педагога _____

Общеобразовательная программа и срок ее реализации_____

_____

№ группы_____

Год обучения_____

Кол-во обучающихся в группе _____

Дата проведения аттестации_____

Форма проведения _____

Форма оценки результатов уровень (высокий, средний, низкий)

№	ФИО ребенка	Ритмичность	Гибкость	Артистизм	Виды аттестации (входная, промежуточна, итоговая)	Результат аттестации

Всего аттестовано _____ обучающихся.

Из них по результатам аттестации:

высокий уровень_____чел.

средний уровень _____чел.

низкий уровень_____чел.

Результаты аттестации _____

Дата: «___» _____ 20__ г.

Подпись руководителя _____

Приложение № 3

Согласовано
Заведующий отделом
И.О. Фамилия _____
«____» _____

Календарный учебный график на 2020 – 2021 учебный год.
Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Ритмика для малышей»

Возраст обучающихся 5 - 6 лет.
Срок реализации программы - 2 года.

Наименование (номер) группы	**Срок реализации**	**Кол-во академ. часов в год**	**Кол-во ч/нед**	**Кол-во занятий в неделю, продолж-сть занятия (мин)**	**Форма контроля**
1 год обучения	9 07.09.2020-31.05.2021	36	1	1 раза в неделю по 25 мин	Входной, текущий, промежуточный
2 год обучения	9 04.09.2020-31.05.2021	36	1	1 раза в неделю по 30 мин	Входной, текущий, промежуточный, итоговый