

Содержание:

Пояснительная записка.....	3
Психолого-педагогическое содержание программы.....	7
«Непоседы» для детей 4-5 лет.	
Психолого-педагогическое содержание программы	9
«Непоседы» для детей 5-7 лет.	
Учебно-тематический план 4-5 лет	12
Учебно-тематический план 5-7-лет.....	13
Список литературы.....	14

Пояснительная записка

Ритмика – музыкально-педагогическая дисциплина, в основе которой лежат идеи выдающегося швейцарского музыканта-педагога, композитора, пианиста и дирижера, профессора Женевской консерватории Эмиля Жака Делькроза в начале 20-го века. Назначение своей системы Делькроз сформировал так: «Цель ритмики – подвести ее последователей к тому, чтобы они могли сказать к концу своих занятий – не только «Я знаю», сколько «Я ощущаю», и, прежде всего, создавать у них непреодолимое желание выразить себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения.

Нервная система, как и мускулатура, поддается развитию, поэтому человек, владеющий чувством ритма, будет лучше играть, танцевать, петь. Всем профессиям, трудовым процессам также присущ определенный ритм. Человек, находящий правильный ритм своего действия, затрачивает только нужное количество энергии и трудовой процесс протекает свободно, успешно и вызывает чувство удовлетворенности.

Каждое направление ритмики имеет свою специфику и в то же время их объединяет единая цель – активизация музыкального восприятия через движение. Двигаться, как подсказывает музыка, идти от музыки к движению, творчески отображая музыкальные впечатления, - вот основной девиз любого ритмического занятия.

Направленность программы - художественно- эстетическая, направлена на развитие художественно – эстетического вкуса, художественных способностей и склонностей к различным видам искусства, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению великого мира искусства, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

Сегодня ритмика может стать инструментом и решать главную цель дошкольного образования – игровое, творческое развитие личностного потенциала ребенка, его природной музыкальности, развитие способности к творческому

самовыражению как условие его радостного бытия и дальнейшей успешной самореализации в жизни.

Музыкально-ритмическое воспитание не только развивает природную музыкальность, но и способствует в полной мере формированию у детей общей культуры, предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, развитию их личностных качеств (физических, интеллектуальных), а также сохранению и укреплению здоровья, профилактике и коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии.

В музыкально-ритмическом воспитании есть общие задачи, касающиеся целостного развития ребенка, так и специальные, конкретизирующие именно этот вид деятельности.

К общим задачам относятся:

- Приобщение к танцевальному, музыкальному искусству через разностороннюю музыкально-ритмическую деятельность в синкретических формах (русский фольклор, фольклор других народов, классическая музыка зарубежных и русских композиторов).
- Воспитание интереса и любви к музыке и движению под музыку;
- Развитие эмоциональной сферы, эмпатии;
- Развитие внутренних психических процессов: внимания, памяти, мышления;
- Развитие креативных способностей: творческого воображения, фантазии потребности к самовыражению;
- Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности: способности к сопереживанию, ответственности, толерантности;
- развитие речи;
- Развитие движений, ориентировки в пространстве;
- Развитие красивой осанки, воспитание красоты движений под музыку.

К специальным задачам относятся:

- Развитие музыкальных способностей детей, чувства ритма;

- Знакомство с танцевальными жанрами (русский танец, танцы народов мира, танцы в стиле модерн, классический танец);
- профилактика и коррекция индивидуальных проблем развития.

К основным видам музыкально-ритмической деятельности относятся

- восприятие музыки
- исполнительская деятельность
- освоение двигательных навыков (освоение танцевальных шагов, видов ходьбы, ориентация в пространстве и т.д.)
- музыкально-творческая деятельность (специально-организованная импровизация в исполнительской деятельности).
- музыкально-познавательная деятельность (формирование основных представлений о танцевальном искусстве, доступных дошкольникам).

Программа «Непоседы» основана на программе Бурениной «Танцевальная мозаика».

Актуальность данной программы заключается в привлекательности материала, она способна пробудить интерес ребенка и побудить его к деятельности, что очень необходимо для подрастающего поколения в постоянно изменяющемся, непредсказуемом, агрессивном мире, где реальное общение часто подменяется виртуальным, современному человеку очень важно найти для себя способ эмоционального самовыражения. Игровая ритмика, обладая уникальными свойствами взаимодействовать на эмоциональную сферу, является удивительно тонким и в то же время эффективным инструментом развития внутреннего мира ребенка, раскрытие его творческого потенциала, поистине всестороннего воспитания его личности.

Особое значение программа приобретает в вопросах духовно-нравственного воспитания личности, в формировании таких тонких качеств, как эмпатия, тактичность, чувство меры, стремление к прекрасному. Данная методологическая позиция обуславливает чрезвычайно бережное отношение к ребенку, уважению к его индивидуальности и личности, принятию его таким, каков он есть. Программа

построена на двигательно-танцевальной деятельности (упражнения, разминка, танец, партерная гимнастика).

Игра звуками своего тела – есть первая бессознательная импровизация ребенка, поэтому звучащие жесты являются надежным путем к тому, что бы дети начали элементарно импровизировать. Телесное освоение ритма помимо прочих своих преимуществ имеет свойства просто доставлять удовольствие: активные ритмические движения направлены на разрядку существующих напряжений и вызывают восторг.

Новизна программы. Программа сочетает в себе систематическое обучение и развитие музыкальности детей с творческим и игровым подходом: с детьми играют, но они не понимают, что их при этом учат. Игра служит не вспомогательным средством, но определяет сам характер учебного процесса. Она содержится в каждом из моментов совместной деятельности взрослого и ребенка. Для занятий данной программы характерно:

- импровизационно-игровой характер развертывания самого занятия;
- игровой характер проведения каждого из участников занятия;
- импровизационно-игровые учебные действия детей;
- импровизационно-игровой характер учебного материала;
- игровой способ действия взрослого, его умение и готовность в любой момент быть спонтанным в своих реакциях.

Возраст детей, участвующих в данной программе от 4 – 7 лет. Программа реализуется в течении 8 месяцев. Занятия проводятся один раз в неделю с детьми 4-5 лет занятие длится 25 мин., с детьми 5-7 лет - 30 мин.

Форма для посещений занятия должна быть удобной, легкой, не сковывать движения: девочки купальник и юбка. Мальчики белая футболка, черные шорты, обувь – чешки.

Методы отслеживания результативности – педагогический анализ и педагогическое наблюдение, показательные выступления детей на утренниках и мероприятиях, проходящих в ДООУ.

Психолого-педагогическое содержание программы «Непоседы»

для детей 4-5 лет.

Музыкально-ритмическая и игровая деятельность особенно привлекательна для дошкольников, поскольку потребность в движении в этом возрасте наиболее ярко выражена. Однако выполнение сложных по координации движений им еще недоступно. Музыкально-ритмическая деятельность развивает у детей способность передавать в пластике музыкальный образ, используя разнообразные виды движений. Дети пятого года жизни склонны к подражанию, поэтому педагог привлекает их к совместным занятиям музыкально-ритмическими движениями в игровой форме.

Реализуемые задачи.	Рекомендованный репертуар.
<ul style="list-style-type: none">• развитие умения детей выражать в движениях музыку разного темпа: быструю, умеренную, умеренно медленную; реагировать на смену характера, динамику;• развитие способности детей передавать игровой образ в движениях под музыку:• «Кузнечик», «Киска умывается», «Мишка по лесу идет» и др.;- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях под разную по характеру музыку;• освоение разнообразных видов движения: основных (ходьба, бег, прыжки), общеразвивающих, имитационно-образных, плясовых;• освоение танцевально-двигательного пространства (организованное движение и свободное в рассыпную), простейших фигур перестроений (круг, парами по кругу (лицом,	игры «Птички и Вороны» (муз. А. Кравцович), «Поросята» (муз. Ф. Черчилля Композиции на основе детских песен: «Кот Леопольд» (муз. Б. Савельева), «Белочка» (муз В. Шаинского), «Маленький танец» (муз. Ф. Кулау). «Неваляшки» (муз. З. Левиной) и др.; «Веселые Зайчата», «Найди себе пару» (муз. М. Спадавеккиа) и др.

<p>держась за руки) и т. п.</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование устойчивого ощущения равномерной метроритмической пульсации, ощущения музыки как процесса; • формирование артикуляционно-телесных и двигательных ощущений элементарных ритмических рисунков; • развитие творческого воображения в играх; 	
---	--

Целевые ориентиры.

Заложить желание детей петь, танцевать, общаться с музыкой, радость и удовольствие, которое они получают от совместной исполнительской деятельности:

- начинают сразу же танцевать, как только услышат веселую музыку;
- могут отличать музыку разного темпа и характера, отражая это в импровизированном движении;
- двигаются ритмично в умеренном темпе и быстром, меняют характер движения в соответствии с изменением характера или сменой частей музыки, ритмично исполняют элементарные плясовые движения: поочередное выставление ног на пятку, притопы, кружение, «пружинки», «фонарики», мальчики и девочки выполняют разные плясовые движения и др.;
- дети осваивают следующие виды движений: топающий шаг, ходьбу на носках, легкий бег, прямой галоп, кружение топающим шагом, на носочках в парах и по одному, легкие подскоки;
- выполняют следующие перестроения в пространстве: становятся в круг лицом и поворачиваются спиной, становятся парами по кругу, парами лицом друг к другу и спиной;
- двигаются в рассыпную, по кругу, «змейкой», сужают и расширяют круг, становятся лицом и спиной к зрителям.

Психолого-педагогическое содержание программы «Непоседы»

для детей 5-7 лет.

В музыкально-ритмической деятельности благодаря созреванию и развитию двигательных качеств у детей совершенствуется способность передавать в пластике музыкальный образ, используя разнообразные виды движений (основные, общеразвивающие, плясовые, имитационные). Педагог включает в работу с детьми танцы и упражнения с различной атрибутикой: лентами, обручами, платками, бубнами, скакалками и др. Манипуляция атрибутом во время исполнения движения развивает ловкость, точность и координацию движений, способствует выразительности исполнения в целом.

Освоение музыкально-ритмических композиций, танцев, хороводов способствует развитию навыков ориентировки в пространстве. В этом возрасте дети усваивают основные виды ориентировки (на себя, от себя и от предмета или объекта), педагог учит детей самостоятельно перестраиваться в различные фигуры во время движения (колонки, шеренги, круг, два concentрических круга, несколько кружочков, «клином» и т.п.), становиться друг за другом парами и по одному, становиться парами лицом к друг другу и спиной, находить свободное место в зале, двигаться «змейкой» за ведущим.

Педагог развивает умение выполнять перестроения в соответствии со схемой, рисунком танца, который дан на листе бумаги или в другом небольшом формате. Учит детей соблюдать указанную схему в процессе перестроений в музыкальном зале.

Педагог стимулирует развитие творческих способностей детей: поддерживает стремление детей к самостоятельному исполнению движений, к импровизации. Педагог уделяет внимание развитию нравственно-коммуникативных качеств личности воспитывает доброжелательное отношение друг к другу, способность радоваться успехам других и сочувствовать при неудаче), а также воспитанию культуры поведения в процессе коллективного движения под музыку.

Реализуемые задачи.	Рекомендованный репертуар.
<p>Основные: ходьба (бодрая, спокойная, на носках, переменный шаг, шаг с при топом, вперед и назад спиной, с высоким подниманием колена, ходьба четвереньках; бег легкий, ритмичный, широкий, с высоким подниманием колена и т.д. Прыжковые движения на двух ногах вместе, с продвижением вперед и назад, прямой галоп и боковой галоп, легкие подскоки, шаг польки.</p> <p>Общеразвивающие движения под музыку: на различные группы мышц и различный способ выполнения движений (плавные, маховые, пружинные) со скрестными движениями</p> <p>Имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие настроение музыки, понятный детям музыкально-игровой образ: принцесса, робот усталая старушка и т.д. Педагог учит детей передавать разные оттенки настроения: радость, гордость, обида, страх и др.</p> <p>Плясовые движения: элементы народных плясок и современных танцев, доступные детям (различные способы кружения, «выбрасывание ног», «ковырялочка», «козлик», «распашонка», «присядка», приставной шаг и др.).</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие стремления детей к самостоятельным музыкальным действиям; использование шумовых инструментов для самостоятельных импровизированных аранжировок танцевальной музыки; • использование разнообразия тембров шумовых инструментов как средство 	<ul style="list-style-type: none"> • парные круговые пляски: «Старинная полька», «Кремена», коммуникативные танцы-игры: «Веселые пары» (лит. нар. мелодия), «Айда сапожники!» (укр. нар мелодия); • музыкально-ритмические композиции на основе детских песен: «Кот Леопольд» (муз. Б. Савельева), «Красная Шапочка» (муз. А. Рыбникова); • характерные танцы: «Танец Бабочек» (муз. И. Баха). «Танец Гномов» (муз. Ф. Бург-мюллера), «Танец Снежинок и Вьюги» (муз. Л. Делиба) и др.; • народные игры с пением: русские народные песни «А мы просо сеяли», «Во кузнице», «Пчелка», «Сидит ворон на дубу» (латыш, нар. игра), «Колечко» (греч. нар. песня), «Маленькая рыбка» (чешек, нар. песня).

озвучивания и варьирования, ведущее к пониманию оттенков смысла музыкальной интонации — сказки, различные ситуации, стихи;	
--	--

Целевые ориентиры.

Могут согласовывать движения с музыкального произведения. Может контролировать слухом исполнение музыки в различных видах музыкальной деятельности. Имеет хорошо сформированное чувство ритма, может выделять сильную долю в музыкальном произведении.

Исполняют более сложные по координации ритмические движения, могут исполнять различные элементы народных, современных танцев. Выполняют движения с различными атрибутами: цветами, платочками, игрушками, шарфами, лентами, зонтиками, обручами.

Могут выполнять несложные перестроения в пространстве по показу взрослого, а так же ориентируясь на схему танца (построение в круг, в колонну, парами).

Участвуют в музыкальных играх с пением, движением (2-3 куплета), следить за развитием сюжета, выполнять все правила.

Учебно-тематический план первого года обучения 4-5 лет

№	тема	часы
1	Упражнения игры на развитие координации, ориентировки в пространстве.	4
2	Постановка корпуса	1
3	Игры и упражнение на развитие восприятия жанров музыки, музыкальных форм.	2
4	Игры, упражнения на развитие ловкости развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения и жесты для выражения игрового образа музыки	1
5	Упражнения и игры на развитие ритмического слуха на основе простейших ритмов с речевой поддержкой, знакомства с детскими музыкальными инструментами, освоение приемов игры на них.	4
6	Освоение танцевальных движений.	8
7	Партерная гимнастика.	3
8	Поклон простой, поясной.	1
9	Шаги: маршевый шаг, шаг с пятки, шаг сценический, шаг на высоких полупальцах, шаг на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед	3
10	Бег: сценический, на полупальцах, легкий шаг (ноги назад), на месте	2
11	Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии, перед грудью, положение рук в кулаки	3
<i>Итого</i>		32

Учебно-тематический план третьего года обучения 5-7 лет.

	тема	Часы
1	Упражнения, игры на развитие координации, ориентировки в пространстве.	2
2	Постановка корпуса	2
3	Игры и упражнение на развитие восприятия жанров музыки, музыкальных форм.	2
4	Игры, упражнения на развитие ловкости развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения и жесты для выражения игрового образа музыки	2
5	Упражнения для освоения различных видов ходьбы - бодрой, спокойной, на носках, переменный шаг, шаг с притопом, вперед и назад спиной, с высоким подниманием колена.	2
6	Прыжковые движения на двух ногах вместе, с продвижением вперед и назад, прямой галоп и боковой галоп, легкие подскоки, шаг полки.	2
7	Общеразвивающие движения под музыку: на различные группы мышц и различный способ выполнения движений (плавные, маховые, пружинные) со скрестными движениями рук, ног.	1
8	Игры на создание разнообразных образно-игровых движений, раскрывающие настроение музыки, характер, передача художественного образа.	1
9	Музыкально ритмические упражнения: притопы (простой, двойной, тройной), хлопки (в ладоши простые, в ритмическом рисунке, в парах с партнером), изучение ударов стопой в сочетании с хлопками (стоя на месте)	2
10	Работа головы: наклоны и повороты	2
11	Упражнения с предметами танца: платка, лентами, обручами.	4
12	Бег: сценический, на полупальцах, легкий шаг (ноги назад), на месте	1
13	Прыжки: на месте по VI позиции, с продвижением вперед, в повороте на 1/4	1
14	Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии, перед грудью, положение рук в кулаки	1
15	Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная, первая позиция параллельная, вторая позиция параллельная	3
16	Партерная гимнастика	4
Итого		32

Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2015
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. СПб, 2014
3. Горшкова Е. С. От жеста к танцу. М.: Изд-во «Гном и Д», 2004
4. Конорова Е. С. Методическое пособие по ритмике в 1 и 2 классах музыкальной школы. Вып. 1. М., Музыка, 1992
5. Конорова Е. С. Методическое пособие по ритмике в 3 и 4 классах музыкальной школы. Вып. 1. М., Музыка, 1992
6. Колодницкий Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М., 2000
7. Лифиц И., Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 2007
8. Пустовойтова М. Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., «ВЛАДОС», 2008
9. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М., Просвещение, 1992
10. Ткаченко Т. С. Народные танцы. М., 2005
11. Франио Г. Ритмика в детской музыкальной школе. М., 1997
12. Франио Г. Роль ритмика в эстетическом воспитании детей. М., 1999
13. Чибрикова-Луговская А. Е. Ритмика. М., «Дрофа», 1998