

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 40»

УТВЕРЖДАЮ:  
Врио заведующего МБДОУ «Детский сад № 40»  
И.В. Шулятьева  
09 2017г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
по хореографии «*Капельки*»  
для детей дошкольного возраста (от 3 до 6 лет)

Подготовил:  
воспитатель  
Губина М.С.

ЗАО Северск, 2017г.

## Структура программы учебного предмета

<b>I. Пояснительная записка .....</b>	<b>3</b>
- <i>Характеристика программы, роль в образовательном процессе</i> .....	<b>3</b>
- <i>Цель и задачи программы</i> .....	<b>4</b>
- <i>Срок реализации программы и режим занятий</i> .....	<b>4</b>
- <i>Форма проведения занятий</i> .....	<b>4</b>
- <i>Виды и форма контроля освоения программы</i> .....	<b>4</b>
- <i>Критерии выполнения программы</i> .....	<b>5</b>
- <i>Материально-техническое оснащение</i> .....	<b>6</b>
- <i>Санитарно-гигиенические требования</i> .....	<b>6</b>
<b>II. Учебно-тематический план.....</b>	<b>7</b>
<b>III. Содержание изучаемого курса.....</b>	<b>7</b>
<b>IV. Методическое обеспечение программы.....</b>	<b>8</b>
<b>V. Список литературы.....</b>	<b>10</b>
<b>VI. Приложение .....</b>	<b>11</b>

## **I. Пояснительная записка**

### ***1. Характеристика программы, роль в образовательном процессе***

Программа разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, примерной программы по учебному предмету «Ритмика» (Москва 2012 г.), а так же программы по ритмике «Танцуй малыш» (Новосибирск 2013).

Благодаря хореографии в системе дополнительного дошкольного образования, дети учатся «владеть своим телом». Зачастую детям не хватает раскованности и легкости в движениях. Это происходит оттого, что у каждого человека имеются приобретенные с детства психологические блоки, которые замедляют прогресс в ходе занятий танцами. Как правило, эти блоки обусловлены различными психологическими установками, индивидуальными особенностями личности в восприятии окружающего мира. Ощущение неуверенности в себе, отсутствие гибкости мышления могут проявляться в заблокированных мышцах спины, рук или ног.

Ритмика — доступна детям, начиная с раннего возраста, создаёт ощущение свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, даёт детям творческий импульс, возможность высвободить их энергию. Дети получают возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность.

Ритмика закладывает надёжный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребёнка, для укрепления здоровья, умения контролировать своё тело, положительно влияет не только на физическую подготовку ребенка, но и развивает у него восприятие музыки и основные психологические функции детей (память, внимание, мышление, речь и воображение). Поэтому в дальнейшем ребенок сможет успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: хореография, гимнастика, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях.

Регулярные занятия — это хорошая профилактика таких проблем, как вялая осанка, сколиоз и плоскостопие. Так же, занятия помогают выработать естественную грацию движений, гибкость, ловкость, пластичность и координацию, способность выражать чувства и эмоции через танец. В процессе обучения дети учатся правильно воспринимать и чувствовать музыку.

Ритмика предоставляет возможность полноценно развивать индивидуальные особенности каждого ребенка, сформировывать хороший эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребенка.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально-игровая ритмика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях, танцах и играх. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

## **2. *Цель и задачи программы***

**Цель:** Развитие музыкальности, способности эмоционального восприятия музыки средствами музыкально-ритмических движений, увеличение двигательной раскрепощённости ребенка.

### **Задачи:**

- Развитие способности воспринимать и чувствовать музыку, ее настроение, характер.
- Развитие музыкальной памяти.
- Развитие творческого потенциала ребенка и самовыражения через музыкально-ритмические движения.
- Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
- Развитие умения ориентироваться в пространстве.
- Воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации.
- Приобщение к здоровому образу жизни.
- Консультационная работа с родителями и педагогами.

## **3. *Срок реализации программы и режим занятий***

Срок освоения программы составляет 1 год, для каждого из возрастов от 3 до 5 лет.

Продолжительность учебных занятий составляет 33 недели, 1 занятие в неделю – 33 часа в год.

Рекомендуемая продолжительность занятия зависит от возрастных особенностей учащихся – 10 - 20 минут.

## **4. *Форма проведения занятий:***

Форма работы подгрупповая (от 2 до 5 человек), групповая (от 6 до 12 человек).

## **5. *Виды и формы контроля освоения программы***

Результативность изучения дополнительной образовательной программы определяется на основе открытых показов занятий родителям, выступление на мероприятиях ДОО (праздники, утренники), участие в конкурсах. Уровень и форма контроля зависит от возраста и качества освоения программы.

## **6. Критерии выполнения программы**

### **Общие критерии к уровню подготовки учащихся**

Результатом освоения программы «Капельки», является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков:

- знания основных понятий, связанных ритмом, темпом;
- представление о длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических движений посредством воспроизведения ударом в ладоши и ногами в пол;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями;
- уметь танцевать и синхронизировать движения в паре;
- уметь правильно ориентироваться в пространстве зала;
- уметь замечать свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах, согласно выполнению движения или комбинации.

### **Критерии для детей 3 лет:**

- определять характер и громкость музыки словами;
- уметь исполнять движения;
- выполнять подражательные движения;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку преимущественно на 4/4;
- начинать движение вместе с музыкой;
- уметь координировать движения - рук, ног и головы, при ходьбе
- уметь ориентироваться в пространстве зала;
- определять право и лево в исполнении упражнения с использованием предметов;
- уметь держать корпус, голову и руки, в заданных положениях;

### **Критерии для детей 4 лет:**

- определять характер и громкость музыки;
- уметь исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку преимущественно на 2/4, 4/4;
- начинать движение вместе с музыкой;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- выполнять подражательные движения;
- уметь координировать движения - рук, ног и головы, при ходьбе, беге;
- уметь ориентироваться в пространстве зала;
- определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- хорошо владеть движениями с предметами танца;

- уметь свободно держать корпус, голову и руки, в заданных положениях;
  - уметь работать в паре.
- Критерии для детей 5 лет**
- знать термины: громко — тихо, характер музыки, темп музыки и движения;
  - уметь работать в паре и синхронизировать движения;
  - знать названия простых танцевальных шагов, а также уметь их правильно исполнить;
  - выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку на 2/4, 4/4;
  - слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
  - выполнять подражательные движения;
  - уметь танцевать в паре;
  - уметь ориентироваться в зале;
  - уметь замечать свои ошибки;
  - уметь свободно и правильно держать корпус, голову.

#### **7. Материально-техническое оснащение**

Материально-техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Материально-техническое оснащение включает в себя:

- зал, имеющий пригодное для танца напольное покрытие (линолеумное покрытие, ковёр), зеркальную стенку;
- наличие аудиоаппаратуры;
- наличие музыкальной библиотеки;
- наличие танцевальных атрибутов (мячи, ленты, погремушки, султанчики, маски, канат, игрушки).

#### **8. Санитарно-гигиенические требования:**

Перед каждым занятием проводится влажная уборка и проветривание.

## II. Учебно-тематический план

№	Наименование разделов	Количество часов год		
		всего	теория	практика
1	Основы музыкальной грамоты	6	1	5
2	Упражнения на ориентирование в пространстве	6	1	5
3	Упражнения с предметами танца	7	1	6
4	Танцевальные движения	7	1	6
5	Музыкально-ритмические игры	7	1	6
	Всего:	33	5	28

## III. Содержание изучаемого курса

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии ребёнка.

### **Первый раздел «Основы музыкальной грамоты»**

Цель - учить ребенка слушать музыку и эмоционально откликаться на нее. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности - пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Дети усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают навыками различения понятий «вступление» и «основная часть», что позволяет ребенку вступать в танец с начала музыкальной фразы.

### **Второй раздел «Упражнения на ориентирование в пространстве»**

Основан на обучении ребенка ориентироваться в музыкальном зале, изучении рисунков танца, перестроении из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе детей. Умение ориентироваться в пространстве позволяет ребенку свободно чувствовать себя при выступлении на зрителях.

### **Третий раздел «Упражнения с предметами танца»**

У детей развиваются моторика рук и координация движений. Эти навыки необходимы для подготовки к изучению более сложных движений и комбинаций. Использование предметов позволяет успешно развивать память, мышление, ловкость и сноровку ребёнка. Дети учатся с помощью предметов выражать свои эмоции, действия на площадке. Преподаватель в соответствии с возрастными особенностями подбирает предмет и разучивает упражнения.

### **Четвёртый раздел «Танцевальные движения»**

Является основой данного курса и подготовкой к последующим большим выступлениям ребенка перед зрителем. В ритмике используются

несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций.

#### **Пятый раздел «Музыкально-ритмические игры»**

Данный раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры имеет возможность корректировать, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления способностей ребенка.

#### **IV. Методическое обеспечение программы**

Занятие может иметь различную форму, которая определяется не только конкретными задачами, стоящими перед детьми, но также во многом обусловлена их индивидуальностью.

Занятия ритмикой следуют принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения основан на выполнении известных правил: от простого к сложному, от известного к неизвестному.

В основу содержания программы положены ведущие дидактические принципы, актуальные для современного дошкольного образования:

- принцип полноты и целостности музыкального образования детей, подразумевающий совокупность знаний, умений и навыков детской танцевальной деятельности;
- принцип сознательности и активности, который предусматривает воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принцип деятельностного подхода, предусматривающий воспитание в нравственной сфере, развитии способностей, познавательных процессов и личностных новообразований;
- принцип наглядности, который предусматривает личную демонстрацию приемов, видео-материалы, словесное описание и т.д.;
- принцип культуросообразности, заключающийся в последовательном освоении красоты разнообразных направлений хореографического искусства;
- принцип последовательности, подразумевающий логичное усложнение задач;
- принцип системности, обеспечивающий организацию процесса хореографического образования;
- принцип развивающего обучения, ориентирующий педагога на зону ближайшего развития каждого ребенка;



- принцип гуманизации, предусматривающий реализацию программы в условиях личноно ориентированной модели танцевально-педагогического процесса.

Основные принципы методики сводятся к тому, чтобы используя музыкальные навыки детей и запас танцевальных движений, научить их не бояться танцевать под любую музыку и, используя танцевальные игры, разучивать с детьми простые танцы.

Процесс обучения «Ритмике» включает три этапа.

**На первом этапе** ставятся задачи:

- ознакомления детей с новым упражнением, пляской, хороводом или игрой;
- создания целостного впечатления о музыке и движении;
- разучивания движения.

Методика обучения состоит в следующем: педагог прослушивает вместе с детьми музыкальное произведение, раскрывает его характер, образы и показывает музыкально-ритмическое движение, стремясь пробудить в детях желание разучить его. Показ должен быть точным, эмоциональным и целостным.

**На втором этапе** задачи расширяются, продолжатся:

- углубленное разучивание музыкально-ритмического движения,
- уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения.

Педагог дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, своевременно, доброжелательно оценивает достижения детей.

**Задача третьего этапа** заключается в том, чтобы закрепить представления о музыке и движении, поощряя детей самостоятельно выполнять разученные движения.

Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмического движения нацелена на работу над его качеством. Преподаватель, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального выполнения детьми музыкально-ритмических движений.

## V. Список литературы

1. Анисимова, Г.И. Сто музыкальных игр для развития дошкольников/ Анисимова Г. И. – Ярославль: Академия развития, 2005. – 96с.
2. Барышникова, Т. Азбука хореографии/ Т.Барышникова. -М.: 2000
3. Давыдова, М. А, Музыкальное воспитание в детском саду. –М.: Вако, 2006. – 240с.
4. Климов, А. Основы русского народного танца/ А. Климов. -М., «МГИК», 1994
5. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов/Г.А. Колодницкий. –М.: 2000
6. Конорова, Е. В. Танец и ритмика/Е.В. конорова. -М: Музгиз, 1960
7. Симонович, А. Подвижные игры для детей: Опыт поколений/А. Симонович, Е. Горбунова, Н. Шмидт, Т. Малахова.СПБ.: Речь; Образовательные проекты; М.: Сфера, 2009. – 128.
8. Франио, Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей/ Г Франио. -М., 1989
9. Чибрикова-Луговская, А.Е. Ритмика/ А.Е. Чибрикова-Луговская. -М., Дрофа, 1998

## VI. Приложение

### Тематическое планирование по разделам

	С 2 лет	с 3 лет	С 4 лет	С 5 лет
<b>1. Основы музыкальной грамоты</b>				
Понятие о звуке: низкие, высокие низкие, средние и высокие	+	+	+	+
Характер музыки: грустный, печальный, веселый, задорный	+	+	+	+
Динамические оттенки: громко, тихо.		+	+	
Музыкальный темп: быстрый, медленный, умеренный.	+	+	+	
Музыкальный размер: 2/4, 4/4			+	+
Жанры в музыке: песня, танец, марш.			+	+
Понятие «сильная доля»	+		+	+
Музыкальная пауза		+	+	+
<b>2. Упражнения на ориентировку в пространстве</b>				
Группировка по 2, 3 человека		+	+	+
Линия	+	+		+
Колонна		+		+
Круг	+	+	+	+
Два круга			+	+
Диагональ			+	+
«Улитка»		+	+	+
«Змейка»			+	+
Шахматный порядок	+	+	+	+
<b>3. Упражнения с предметами танца</b>				
Разнообразный атрибут	+	+	+	+
<b>4. Танцевальные движения</b>				
Поклон: простой, танцевальный	+	+	+	+
Шаги: маршевый шаг шаг на высоких полупальцах.	+	+	+	+
Шаги: шаг с пятки, шаг с высоко поднятым коленом вперед, хороводный шаг, приставной шаг с притопом.			+	+
Бег: легкий , на месте			+	+
Бег: с захлестом ног назад, «лошадки» на месте и в продвижении.	+	+	+	+
Прыжки: на месте по VI позиции, продвижение, маленькие, большие	+	+	+	+
Работа рук: понятие «правая» и «левая рука»,		+	+	+

положение рук на талии.	+	+	+	+
Позиции ног: понятие «правая « и «левая нога», первая позиция свободная.		+	+	+
Приседания: полуприседания, полуприседания с каблучком.	+	+	+	+
Работа головы: наклоны и повороты.	+	+	+	+
Движения корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.		+	+	+
Музыкально-ритмические упражнения: притопы: простой; хлопки: в ладоши (простые), в парах с партнером;	+	+	+	+
Подготовка к «Ковырялочке» «Ковырялочка»		+	+	+
Па галопа: прямой, боковой.			+	+
Работа рук: держать за юбку, понятие «правая» и «левая рука», положение рук на талии, перед грудью, положение рук в кулаки.			+	+
<b>5. Музыкально-ритмические игры</b>				
«Рассыпуха»		+	+	+
«В мире животных»	+	+	+	+
«Веселые человечки»	+	+	+	+
«Гусеница»		+	+	+