

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 238»**

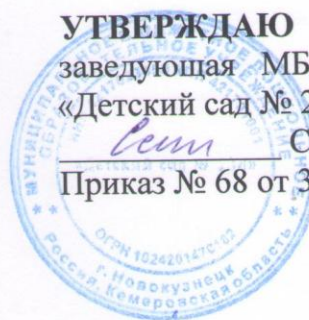
ПРИНЯТА

на педагогическом совете
Протокол № 3 от 31.08.2016г.

УТВЕРЖДАЮ

заведующая МБДОУ
«Детский сад № 238»

Септ Септ М.А.
Приказ № 68 от 31.08.2016г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Ритмы и Мы»
для детей старшего дошкольного возраста
Срок реализации 1 год**

Автор-составитель:
музыкальный руководитель
Филенко Инна Анатольевна

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка.....	2
II. Учебно-тематический план.....	7
III. Содержание рабочей программы «Ритмы и мы».....	9
IV. Методическое обеспечение.....	18
Список литературы.....	22
Приложение	

I. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа по ритмике «Ритмы и мы» (далее Программа) относится к программам **социально-педагогической направленности**.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности – античной Греции и Древней Индии. Уже тогда ценились оба ее компонента – гимнастика и ритмический танец.

В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально-ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях, эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Обучение по программе «Ритмы и мы» создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Возможности применения упражнений танцевально-ритмической гимнастики довольно широки и под умелым руководством педагога могут быть использованы в дошкольных учреждениях.

Таким образом, актуальность определяется запросами родителей и потребностью детей в самореализации и проявлении индивидуальности в творчестве.

В основу легла программа по ритмической пластике детей «Ритмическая мозаика» А. И. Бурениной.

Новизна Программы заключается в акцентировании внимания педагога не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это, прежде всего, сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы.

Педагогическая целесообразность заключается в том что, чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, будет дальнейшее развитие ребенка, его речи, внимания, памяти, мышления, формирование красивой осанки, становление личности.

Цель Программы: развитие художественно-эстетического вкуса, эмоциональной сферы и творческих способностей детей старшего дошкольного возраста средствами танцевального искусства.

Исходя из цели Программы предусматривается решение следующих основных **задач:**

- расширять знания дошкольников в области ритмического искусства;
- формировать музыкально-ритмические навыки, умения выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев, навыки правильной осанки;
- совершенствовать основные двигательные качества и навыки, необходимые для

занятий танцем;

- развивать речь, мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию организма ребенка;
- воспитывать инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- воспитывать желание самостоятельно видоизменять танцевальные движения, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.

Отличительной особенностью является то, что содержание Программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию детей в дошкольном учреждении. В ней представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая и креативная гимнастика, нетрадиционные виды упражнений.

Возраст детей участвующих в реализации Программы 5-7 лет.

Характеристика особенностей детей

Возрастные особенности детей 5-6 летнего возраста связаны с совершенствованием восприятия, развития образного мышления и воображения. Поэтому в этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения, возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Дети способны активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет расширять и обогащать репертуар уже освоенных движений более сложными. Продолжает развиваться интерес к музыке, желание её слушать и двигаться в соответствии с настроением, эмоциональная отзывчивость при восприятии музыкальных произведений. Обогащаются музыкальные впечатления, способствующие дальнейшему развитию основ музыкально-ритмической культуры.

6 – 7 лет.

На 7-ом году жизни у ребенка совершенствуются основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребенком правил поведения. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения - сила, уравновешенность и подвижность также несколько совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость.

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Дошкольники 6-7 лет могут самостоятельно придумывать новые и интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие, способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Срок реализации данной программы 1 год.

Ожидаемый результат освоения дополнительной образовательной программы

По окончании обучения дети 5-6 лет:

- умеют начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- двигаются под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом, различают различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш, полька и др.), передают в танце характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);
- владеют различными видами танцевальных шагов (бодрый шаг с носка, притопы,

танцевальный бег, подскоки и др.), правильными позициями ног и положением рук;

- имеют навык исполнения движений с сохранением при этом правильной осанки;
- свободно исполняют ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике;
- передают в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;
- знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами.

По окончании обучения дети 6-7 лет:

- умеют начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- двигаются под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом, различают различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш, полька и др.), передают в танце характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);
- самостоятельно меняют движения со сменой частей и фраз музыки, динамики;
- владеют различными видами танцевальных шагов (бодрый шаг с носка, притопы, танцевальный бег, подскоки, переменный приставной шаг, шаг польки, припадание и др.), правильными позициями ног и положением рук;
- имеют навык исполнения движений с сохранением при этом правильной осанки;
- свободно исполняют ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике;
- передают в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;
- могут самостоятельно инсценировать содержание песен, хороводов, действовать не подражая друг другу;
- знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами.

Способ определения результативности и подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы обучения «Ритмы и мы» предусмотрен в следующих мероприятиях:

- проведение открытых занятий, показательных мероприятий в виде праздников, утренников, постановок музыкальных сказок;
- выступление на конкурсах и фестивалях различного уровня (районный, муниципальный и т.д.).