

СОГЛАСОВАНО:  
на заседании педагогического совета  
МБДОУ «Радуга»  
протокол № 1  
от « 31» 08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Радуга»

А.С. Луцкив



Приказ № 56 от « 31» 08. 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ.

**«Фанта»**

для дошкольников от 4 до 7 лет

Составитель: Мальцева Д.В.  
педагог дополнительного образования

г. Черногоorsk, 2023 г.

## Пояснительная записка

Современный социальный заказ на образование обусловлен и задачами художественного образования дошкольников, которые выдвигаются в концепции развития дополнительного образования. В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Образовательная программа по ритмике предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, а также дает возможность ввести детей дошкольного возраста в мир хореографии, с помощью игровых технологий познакомить с некоторыми хореографическими жанрами, видами и стилями. Программа поможет дошкольникам творчески самостоятельно выразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

Программа направлена на формирование и развитие таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевального шага и т. п. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, игры, танцы воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

**Направленность.** Программа кружка «Ритмика» имеет художественно – эстетическую направленность. Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей ещё маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

**Актуальность.** 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. Роль ритмики в развитии ребёнка дошкольного возраста важна и многогранна. В укреплении здоровья, физических сил она гармонично, равномерно и с одинаковой степенью активности развивает все группы мышц, в том числе и лицевых (мимика).

Ритмика даёт следующие возможности: развивает у ребёнка чувство ориентации и размещения в пространстве; чувство взаимовыручки; ответственность за правильность исполнения. Помимо развития ребенка, занятия ритмикой формируют правильную осанку детей. Нарушение осанки — частый спутник многих хронических заболеваний, проявляющихся в общей функциональной слабости, гипотоническом (пониженном напряжении тканей) состоянии мышц и связочного аппарата. Дефекты осанки отрицательно влияют на деятельность сердца, желудка, печени, почек. Основой профилактики и лечения нарушений осанки является общая тренировка организма ребенка.

Задачами на занятиях ритмики, является укрепление опорно-двигательного аппарата, усиление мышечного «корсета» позвоночника, улучшение функций дыхания, сердечно-сосудистой системы. Ритмика обладает исключительной ценностью и в музыкальном развитии детей. Ритмика - это умение слушать и «пропевать» музыку в движении. Она ставит своей целью научить ребенка передавать характер музыки, ее образное содержание через пластику тела. В ритмике основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения помогают ее глубокому восприятию и осмыслению.

**Новизна программы** – это своеобразие темы «Элементы современного танца», в которую входит не только изучение современной пластики движений, постановки в современных ритмах, но и танцевальной аэробики, которая в настоящее время популярна своей простотой и

доступностью. Детям нравится энергично двигаться под ритмичные популярные мелодии. Таким образом, обучающиеся, постепенно преодолевают трудности первых шагов на пути к вершине мастерства.

Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

### **Педагогическая целесообразность**

Обучение детей по данной программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, способствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей.

Целесообразность данной программы состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Занимаясь по программе, дети имеют возможность попробовать овладеть различными направлениями танцевальной культуры.

Учитывая возрастные особенности детей дошкольного возраста, их запросы и интересы, занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

На занятиях подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей. Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и

навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

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

**Музыкальный материал подбирается 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. Репертуар к программе подбирается в соответствии с возрастом детей.

**Цель программы** – всестороннее развитие ребенка, развитие музыкальности и ритма на занятиях, формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

**Задачи:**

*обучающие:*

- обучение дошкольников приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- обучение навыкам правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;

*развивающие:*

- развитие физических данных ребенка, улучшение координации движений;
- развитие у детей музыкально-ритмических навыков;

- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;

*воспитательные:*

- формирование потребности здорового образа жизни;
- воспитание патриотизма, гражданственности нравственности, толерантности;
- психологическое раскрепощение ребенка.

Программа разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. В основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

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

**Данная программа основывается на следующих принципах:**

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

**Ожидаемые результаты и способы проверки их результативности.**

К концу обучения дети

*будут знать:*

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- основные положения и позиции рук и ног;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- правила поведения на занятии;
- правила выполнения движений в паре.

*будут уметь:*

- выполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- двигаться в соответствии с характером и динамикой музыки, ритмично ходить под музыку (легко бегать, хлопать ладошками, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом);
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять парные, групповые перестроения со сменой позиций рук;
- определять и различать части в музыкальном произведении, самостоятельно начинать движения с нужного такта;
- ориентироваться в пространстве зала и координировать движения собственного тела;
- выполнять танцевальные движения с атрибутами;
- различать характер музыки, темп, размер, части, фразу;
- выполнять движения согласно характеру музыки;
- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;
- выполнять пластические и образные этюды.

**Возраст детей:** программа рассчитана на детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет.

**Формы и режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 30 минут.

## 2. Организационный раздел

### 2.1. Учебный план на 2023-2024 год

Возраст	Группа	Общее кол-во занятий	Кол-во занятий в неделю	Продолжительность занятий
4-5 лет	Младшая	36	2	30 минут
5-7 лет	Старшая	36	2	30 минут

### 2.2. Календарно-учебный план по ритмике в младшей группе

№ п.п	Месяц	Тема	Содержание	Кол-во часов в месяц
1	Сентябрь	Основы ритмики	Поклон, разминка по кругу (шаг с носочка, марш, прыжки, легкий бег)	2
		Ориентировка в пространстве	Круг маленький и большой, змейка, построение в линии, друг за другом	2
2	Октябрь	Партерная гимнастика	упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик»; упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики) упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение;	2
		Элементы сценического танца	ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки	2



			хороводы; танцевальные движения с атрибутами (бубны, погремушки, флажки, платочки)	
3	Ноябрь	Коммуникативные игры-танцы	Танцы в парах: «Ку-ку» «Собачий вальс»,	2
		Танцевальные композиции	Танцы: «Тучка», «Стирка»	2
4	Декабрь	Основы ритмики	Движения на продвижение по диагонали	2
		Ориентировка в пространстве	Выстраивание в линии, колонны, в пары. «Ручеек», «Воротца»	2
5	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие гибкости: корзиночка, складочка, разножка, сгибание корпуса	2
		Элементы сценического танца	Упражнения русского танца: пяточка- носочек, приставной шаг, шаг на полупальцах	1
6	Февраль	Коммуникативные игры-танцы	Танец в парах: «Калинка-малинка», «Полька»	2
		Танцевальные композиции	Танцы: «Колыбельная», «Зарядка»	2
7	Март	Основы ритмики	Движения на продвижение по колоннам	2
		Ориентировка в пространстве	Перестраиваться в круг, колонну и пары самостоятельно	2
8	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие гибкость: шпагат, малое колесо, кувырок, лягушка	2
		Элементы сценического танца	Танец на умение перестраиваться в разные рисунки танца	2
9	Май	Коммуникативные игры-танцы	Танцы в парах: «Ладушки»	2

		Танцевальные композиции	Танцы: «Кузя-домовёнок», «Мышка-малышка»	2
--	--	-------------------------	--	---

## 2.2. Календарно-учебный план по ритмике в старшей группе

№ п.п	Месяц	Тема	Содержание	Кол-во часов в месяц
1	Сентябрь	Основы ритмики	Поклон, разминка по кругу (шаг с носочка, марш, прыжки, легкий бег)	2
		Ориентировка в пространстве	Круг маленький и большой, змейка, построение в линии, друг за другом	2
2	Октябрь	Партерная гимнастика	упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик»; упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики) упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение;	2
		Элементы сценического танца	ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки хороводы; танцевальные движения с атрибутами (бубны, погремушки, флажки, платочки)	2

3	Ноябрь	Коммуникативные игры-танцы	Танцы в парах: «Ку-ку» «Собачий вальс»,	2
		Танцевальные композиции	Танцы: «Гучка», «Стирка»	2
4	Декабрь	Основы ритмики	Движения на продвижение по диагонали	2
		Ориентировка в пространстве	Выстраивание в линии, колонны, в пары. «Ручеек», «Воротца»	2
5	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие гибкости: корзиночка, складочка, разножка, сгибание корпуса	2
		Элементы сценического танца	Упражнения русского танца: пяточка-носочек, приставной шаг, шаг на полупальцах	1
6	Февраль	Коммуникативные игры-танцы	Танец в парах: «Калинка-малинка», «Полька»	2
		Танцевальные композиции	Танцы: «Колыбельная», «Зарядка»	2
7	Март	Основы ритмики	Движения на продвижение по колонам	2
		Ориентировка в пространстве	Перестраиваться в круг, колонну и пары самостоятельно	2
8	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие гибкость: шпагат, малое колесо, кувырок, лягушка	2
		Элементы сценического танца	Танец на умение перестраиваться в разные рисунки танца	2
9	Май	Коммуникативные игры-танцы	Танцы в парах: «Ладушки»	2
		Танцевальные композиции	Танцы: «Кузя-домовёнок», «Мышка-малышка»	2

### **2.3. Методический материал**

- Аудиотехника
- Игровой материал
- Атрибуты для танцевальных композиций

### **3. Библиографический список**

1. Программа «Радуга» И.Г.Галянт «Музыкальное развитие детей 2-8 лет» Методическое пособие для специалистов ДОО, Москва «Просвещение»2015.
2. А.И.Буренина «Ритмическая мозаика» Программа по ритмическойпластике для детей, Санкт-Петербург 2000.
3. Интернет-ресурсы.