

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное
учреждение города Бузулука «Детский сад №30»

ПРИНЯТА:
На педагогическом совете
От 30.08.2019 г. протокол №1

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОБУ «Детский сад №30»
М.С. Васильева
Приказ № 201-11/65 от 30.09.2019 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Физкультурно-спортивной направленности

«Игроритмика»

**(Развитие творческих способностей, посредством формирования знаний
и практических навыков в области ритмики)**

Возраст обучающихся: 4-7 лет

Срок реализации программы: 3 учебных года

Авторы-составители:

Ефимова Е.А., старший воспитатель

МДОБУ «Детский сад №30»

Афони娜 Н.С., музыкальный руководитель

МДОБУ «Детский сад №30»

г. Бузулук, 2019 год

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Игроритмика»

Пояснительная записка

Новизна, актуальность, пед. Целесообразность

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 последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства музыкального воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности.

В настоящее время существует 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 систему 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.

В этой связи актуальной становится проблема разработки программы с использованием нетрадиционных разнообразных форм, средств методов эстетического и музыкального воспитания детей с учетом ФГОС.

Дополнительное образование «Игроритмика» работает по А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика» программе по ритмической пластике для детей 3–7 лет, и здание третье, переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС.

Программа направлена на целостное развитие личности детей от 4-х до 7-и лет. Новая редакция разработана в контексте ФГОС, включает все необходимые разделы: содержание психолого-педагогической работы с детьми на основе музыкально-ритмической деятельности, рекомендации к организации педагогического процесса, планированию работы и проведению мониторинга.

Возраст детей и срок реализации программы.

Курс программы рассчитан на 3 года - проведение занятий 2 раз в неделю (общий объём – 72 занятия в год).

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста (4-7 лет)

Занятия проводятся в музыкальном зале два раза в неделю.

Сроки реализации: 02.09.2019 – 31.05.2020

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

В программу заложены требования, предъявляемые к танцевальным знаниям, умениям и навыкам обучающихся, которым дети должны научиться в течение учебного года и в течение всего курса обучения.

Формы подведения итогов реализации.

Итогом занятий служат открытые занятия перед родителями и отчетный концерт.

Форма работы:

Групповая, работа с подгруппой/ индивидуально.

В соответствии с ФГОС Программа опирается на **научные принципы** ее построения, что учитывается при организации образовательного процесса:

– **принцип развивающего образования**, целью которого является развитие ребенка. Развивающий характер образования реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития;

– **сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости.** Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики;

– **соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности**, то есть позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»;

– **единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса** образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;

– **принцип интеграции** образовательных областей (физическая культура, здоровье, безопасность, социализация, труд, познание, коммуникация, чтение художественной литературы, художественное творчество, музыка) в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;

– **принципы гуманизации, дифференциации и индивидуализации, непрерывности и системности образования.**

Отражение принципа гуманизации в образовательной программе означает:

– признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка;

– признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка;

– уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса.

Дифференциация и индивидуализация воспитания и обучения обеспечивает развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями. Осуществляется этот принцип, учитывая индивидуальные особенности развития ребенка.

– **Принцип последовательности и систематичности.** Последовательность при обучении детей движениям, подбор и сочетание нового материала с повторением и закреплением усвоенного, распределение физической нагрузки на детский организм на протяжении всего занятия. При подборе тех или иных упражнений следует не только учитывать достигнутый детьми уровень двигательных умений, но и предусматривать повышение требований к качественным показателям движений. Это необходимо для того, чтобы постоянно совершенствовать движения, не задерживать хода развития двигательных функций. Каждое новое движение следует предлагать после достаточно прочного усвоения сходного с ним, но более простого.

– **Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей.**

При организации двигательной активности детей следует учитывать их возрастные особенности. Развитие двигательной активности детей обязательно требует индивидуального подхода. Педагог должен ориентироваться на состояние здоровья каждого ребёнка. В процессе выполнения упражнений необходимо наблюдать за самочувствием детей, варьировать содержание занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребёнка. Очень важно соблюдать баланс: так, более сложные упражнения следует чередовать с менее сложными.

– **Принцип оздоровительной направленности,** обеспечивающий оптимизацию двигательной активности детей, укрепление здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

– **Принцип – развивающий эффект.** Этот принцип требует соблюдения повторяемости и постепенности педагогических воздействий (многократное выполнение нагрузки как в рамках одного занятия, так и системы занятий; постепенное наращивание развивающе-тренирующих воздействий – планомерное увеличение и обновление заданий в сторону их усложнения, увеличения объема и интенсивности нагрузки по мере роста функциональных возможностей организма).

Развитие двигательных качеств и умений:

– развитие способности передавать в движениях музыкальный образ, используя следующие виды движений:

основные:

ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад, с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках;

бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки» «птички», «ручейки») прыжковые движения – на 2-х ногах, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», поскок.

общеразвивающие движения:

– на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность, которые даются, как правило на основе игрового образа)

ИМИТАЦИОННЫЕ ДВИЖЕНИЯ:

– разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый или трусливый зайчик, хитрая лиса...)

ПЛЯСОВЫЕ ДВИЖЕНИЯ:

– простейшие элементы народных плясок, доступных по координации – например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной или двумя ногами, пружинки.

РАЗВИТИЕ УМЕНИЙ ОРИЕНТИРОВКИ В ПРОСТРАНСТВЕ:

– самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом.

Цель:

Развитие творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области ритмики.

Задачи программы:

4 - 5 лет

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

1. Развитие музыкальности:

– воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;

– обогащение слушательского опыта – включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков, (например, из «Детского альбома» П. Чайковского: «Баба Яга», «Новая кукла», «Марш деревянных солдатиков» или из «Бирюлек» М. Майкапара: «В садике» и др.);

– развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое – грустное, шаловливое – спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);

– развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3-частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;

– развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

2. Развитие умений ориентироваться в пространстве:

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

3. Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения **самостоятельно** начинать и заканчивать движение вместе с музыкой
- развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: «Кошка обиделась», «Девочка удивляется» и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи – в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании.

5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила **самостоятельно**: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

5 – 7 лет

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному,

одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

1. Развитие музыкальности:

– воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;

– обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;

– развитие умения выразить в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;

– развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3-частную форму произведения (с малокоонтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;

– развитие способности различать жанр произведения - плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выразить это в соответствующих движениях.

2. Развитие умений ориентироваться в пространстве:

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, несколько кругов, становиться в пары и друг за другом, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.).

3. Развитие творческих способностей:

– развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;

– формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;

– развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

– тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения - **по фразам**;

– развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления - на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);

– развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде», «Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей

балериной» и др.

5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

– воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам (например, радоваться успеху других детей и переживать, если кто-то упал или уронил предмет, головной убор во время движения);

– воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;

– воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр – например, если кто-то отдыхает или работает, не танцевать, не проявлять бурно радость, если у кого-то горе и т.д.);

– воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее, на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.