

Структурное подразделение дополнительного образования детей
Центр детского творчества Государственного бюджетного общеобразовательного
учреждения средней общеобразовательной школы
пос. Кинельский муниципального района Кинельский Самарской области

Утверждаю:
и.о. Начальника СП ДОД ЦДТ
ГБОУ СОШ
пос. Кинельский
Муниципального района
Кинельский
Давлетова М.С.
августа 2023 год
Программа принята на
основании методического
совета
Протокол № 1
от «15» августа 2023 года



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Игровая ритмика»**

Направленность: художественная
Возраст детей 5-7 лет
Срок обучения 1 год

Разработчик:
Бондарева А.Е.,
педагог дополнительного
образования

2023 год

Структурное подразделение дополнительного образования детей
Центр детского творчества Государственного бюджетного общеобразовательного
учреждения средней общеобразовательной школы
пос. Кинельский муниципального района Кинельский Самарской области

Утверждаю:
и.о. начальника СП ДОД ЦДТ
ГБОУ СОШ
пос. Кинельский
муниципального района
Кинельский
_____ Давлетова М.С.
«15» августа 2023 год
Программа принята на
основании методического
совета
Протокол №__1__
от «15» августа 2023 года

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Игровая ритмика»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст детей 5-7 лет
Срок обучения 1 год

Разработчик:
Бондарева А.Е.,
педагог дополнительного
образования

2023 год

Структура программы «Игровая ритмика»

1. Краткая аннотация

2. Пояснительная записка

- *направленность программы*
- *актуальность программы*
- *новизна программы*
- *тип программы*
- *отличительные особенности*

3. Нормативно-правовая база

4. Цель и задачи программы

5. Организационно-педагогические условия реализации программы

- *модули первого года обучения*
- 6. *Предполагаемые результаты*

7. Содержание программы (модуля)

I. Первый год обучения

- 1.1. *Танцевально-ритмическая гимнастика (сентябрь – декабрь)*
- 1.2. *Игротанец (январь – март)*
- 1.3 *Ритмические игры (апрель - май)*

8. Материально-техническое оснащение программы

9. Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

- *результаты результативности*
- *критерии и способы определения результативности*

10. Список литературы

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Игровая ритмика» по направленности образовательной деятельности относится к *физкультурно-спортивным*.

Дошкольный возраст - один из наиболее важных периодов в жизни каждого ребёнка. 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. Двигательная активность и игра как ведущий вид деятельности особенно важны в этом возрастном периоде, поэтому физическому воспитанию должно уделяться как можно больше времени и внимания. Ритмика - один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях.

Актуальность и практическая значимость программы обусловлена тем, что в свою очередь музыкально-ритмические занятия с детьми, благотворно влияют на психо-эмоциональное состояние малышей. Движение под музыку в настоящее время используют очень широко и как средство творческого, музыкального развития детей, и как инструмент их физического воспитания.

Новизна заключается в использовании на занятии игровых музыкально-двигательных упражнений для детей раннего возраста, которые имеют особую значимость, поскольку являются не только универсальным средством всестороннего гармоничного развития ребенка, но и служат незаменимым инструментом общения детей и взрослых, инструментом их эмоционального взаимодействия. На занятии дети вначале слушают музыку, у них возникают определенные эмоциональные переживания, под влиянием которых движения приобретают необходимый характер.

Отличительные особенности данной образовательной программы, от уже существующих, заключается в тщательном подборе музыки, специально подготовленных фонограммах с точно выверенным темпом (умеренным) и временем звучания. Репертуар сочетает в себе как хорошо известные, так и новые музыкальные произведения.

Педагогическая целесообразность:

Достоинства ритмической гимнастики известны как средства воздействия на психическое и физическое состояние ребенка. Такие занятия воздействуют на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма.

Основой ее является мышечное чувство, которое и вырабатывается в ходе занятий ритмической гимнастикой. Правильная постановка рук и ног, удержание прямой осанки, правильная линия поз, оттянутые носочки, собранные кисти - вот неполная характеристика красивого движения.

Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка. В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика, игротанец.

Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);

План мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от

23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));

Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в

систему ПФДО»).

Цель программы – формирование у обучающихся умений и навыков выполнения образно-игровых движений, музыкальных сенсорных способностей.

Задачи программы:

Развить музыкальный слух:

- музыкальные сенсорные способности (различие динамики, продолжительности, высоты и тембра музыкального звука);

- чувство ритма - способность выражать в движении ритмическую пульсацию мелодии (а при четком, акцентированном ритме — отмечать сильную долю);

- слуховое внимание - умение начинать и заканчивать движения в соответствии с началом и концом музыки;

- способность менять темп (контрастный - быстро-медленно) и характер движения в соответствии с изменением темпа и характера звучания.

2. Развить двигательную сферу — формировать основные двигательные навыки и умения (ходьбы, бега, прыжков), развить пружинные, маховые движения, выразительные жесты, элементы плясовых движений ("фонарики", топающий шаг и др.); развить выразительность движений, умение передавать в мимике и пантомимике образы знакомых животных и персонажей (Зайчиков, Мишек, Птичек и пр.);

3. Развить элементарные умения пространственных ориентировок:

умение становиться друг за другом, двигаться "стайкой" за ведущим, по кругу, вперед и назад.

4. Воспитать интерес к музыкально-ритмическим движениям.

Содержание программы обучения состоит из трех модулей, дополняющих друг друга и способствующих достижению основной цели. Каждый из модулей имеет свою специфику и направлен на решение своих собственных педагогических задач.

Модули 1-го года обучения:

1.1. Танцевально-ритмическая гимнастика

1.2. Игротанец

1.3 Ритмические игры

Организационно-педагогические условия реализации программы

Адресат программы: программа предназначена для обучающихся в возрасте от **5 до 7 лет**.

Продолжительность реализации программы: 1 год.

Объем учебных часов: 126 часов занятий.

Режим проведения занятий: три раза в неделю по 25 минут с перерывом в 10 минут (согласно нормам Сан ПиН 2.4.4.3172-14).

Наполняемость групп: от 12 до 15 человек.

Условия набора: для обучения по данной программе принимаются все желающие, согласно Уставу учреждения и соответствующим локальным актам, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья.

Набор детей в возрасте 5–7 лет в группы осуществляется независимо от их способностей и умений. В объединение принимаются и девочки и мальчики.

Предполагаемые результаты

1. Уметь выполнять разнообразные комбинации упражнений;
2. Уметь выполнять ритмические упражнения и этюды;
4. Сформированные умения и навыки владения своим телом;

Методы и способы определения результативности:

Для того, чтобы определить уровень развития детей, можно оценить следующие параметры контроля: музыкальность, эмоциональность, координацию движений, развитие чувства ритма, творческие способности, гибкость.

Формы подведение итогов :

Занятия ритмической гимнастикой способствуют одновременному развитию физических качеств ребенка и формированию базы эстетичных движений тела. Очень важно научить детей не только быстрее бегать, выше прыгать и дальше метать, но и сформировать правильную двигательную культуру, научить передавать свои чувства и переживания с помощью гармоничных и красивых жестов, поз, движений и мимики. Особенности двигательной культуры человека во многом отражают его богатый внутренний мир, умение управлять эмоциями и телом.

Содержание программы

Месяц	Тема	Содержание	
Сентябрь 3-4 неделя	<i>«Здравствуй, Осень»</i>	Приветствие	Приветствие хлопками.
		ОРУ	«Марш», «Цыплята», «Дождик. Я сегодня встану по утру», «От улыбки», «Бременские музыканты»
		Пальчиковые и жестовые игры, массаж	«Листочки», «Дождинки»
		Игрогимнастика гимнастик и	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, Упражнения для улучшения гибкости позвоночника «Осенняя музыка»
		Музыкальные игры	«Две подружки» (хлопки ритм), «По кругу мы шагаем» (построение парами, построение в круг)
		Танцевальные движения, композиции с элементами зумба	«Танец с зонтиками», «Огородная хороводная», «По малину в сад пойдем», «Зарядка», «Юки-дуки»
		Завершение занятий	Упражнение на напряжение и расслабление мышц тела
Октябрь 1-2 неделя	<i>«Мир игрушек»</i>	Приветствие	Приветствие хлопками.
		ОРУ	«Тик-так» - музыка, «Да, здравствует сюрприз», «Волшебная страна» - музыка, Doo_Vee_Doo_Vee_Doo»,
Октябрь 3 неделя	<i>«Да, здравствует сюрприз»</i>	Игрогимнастика с использованием элементов партерной гимнастик и	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, Упражнения для улучшения гибкости позвоночника.
Октябрь 4-5 неделя	<i>«Разноцветная игра»</i>	Музыкальные игры	«Слушай хлопками» (внимание), «Упражнение с ладошками» (ритм), «своим флажкам» (подвижная, слушать музыку)
		Танцевальные движения, композиции с элементами зумба	«Неваляшки», «Матрешки», «Кукляндия», «Чи-ва-ва», «Разноцветная игра», «Заводные игрушки», «А рам-зам-зам»
		Завершение занятий	«Тишина»
		Приветствие	Приветствие хлопками. Поклон

Ноябрь 1-2 неделя	<i>«В гостях у Петрушки» (комплекс упражнений)</i>	ОРУ	«Девочка припевочка», «Толстый Карлсон», «Limbo_Dance»
		Игрогимнастика с использованием элементов партерной гимнастики	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, Упражнения на укрепление брюшного пресса Комплекс «Петрушка»
Ноябрь 3-4 неделя	<i>«Мои друзья»</i>	Музыкальные игры	«Магазин игрушек» (развитие воображения), «Цветные автомобили»
		Танцевальные движения, композиции с элементами зумба	«Танец с лентами», «Цирковые лошадки», «Про друзей», «Уиуаа»
		Завершение занятий	«Слушай команду»
		Приветствие	Приветствие хлопками. Поклон
Декабрь 1 неделя	<i>«В гостях у медведя» (комплекс упр)</i>	ОРУ	«Домовой», «Воздушная кукуруза»
Декабрь 2 неделя	<i>«Найди друга»</i>	Пальчиковые и жестовые игры.	«Дни недели» (жестовая)
		Игрогимнастика с использованием элементов партерной гимнастики	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов, Упражнения на укрепление брюшного пресса Комплекс «Медведь»
Декабрь 3-4 неделя	<i>«Новогоднее чудо»</i>	Музыкальные игры	«Найди друга» (коммуникативная), «Елочки пенечки» (внимание)
		Танцевальные движения, композиции с элементами зумба	Хоровод. «Круг», «Два круга рядом». Разучивание элементов латины. «Танец снежинок и вьюги», «Коньки», «Русские зимы»,
		Завершение занятий	«Снеговик»
Январь 2 -3 неделя	<i>«Передай мяч»</i>	Приветствие	Приветствие хлопками. Поклон
		ОРУ	«Карабас»
Январь 4 - 5 неделя	<i>Любимые персонажи мультфильмов</i>	Игрогимнастика с использованием элементов партерной гимнастики	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов, Упражнения для улучшения гибкости позвоночника

		Музыкальные игры	«Передай мяч» (хороводная, коммуникативная), «Дерево, кустик, травка» (внимание), «ай, да я» (развитие воображения)
		Танцевальные движения, композиции с элементами зумба	Притопы. Элементы латины. «Чебурашка», «Крокодил Гена», «Кот в сапогах», «Кузнечик», «Танец Поросят», «zumba_he_танец»
		Завершение занятий	«Тишина»
Февраль 1- 2 неделя	<i>В мире сказок</i>	Приветствие	Приветствие хлопками. Поклон
		ОРУ	«Добрые сказки», «Золушка»
		Игровая гимнастика с использованием элементов партерной гимнастики	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов, Упражнения для улучшения гибкости позвоночника «Маленький принц» - музыка
Февраль 3 неделя	<i>«Мы будущие защитники Родины»</i>	Музыкальные игры	«Воротца», «Погоня» (внимание), «Рыбки» (сеть, коммуникативная)
		Танцевальные движения,	«Чунга-чанга», «Красная шапочка», «Должны смеяться дети», «Танец
Февраль 4 неделя	<i>Игры с мячом</i>	композиции с элементами зумба	Гномов», «Карлсон», «Crocodile Rock»
		Завершение занятий	«Трясучка» Прощальный поклон
Март 1 неделя	<i>«Весна»</i>		Приветствие хлопками. Поклон
		ОРУ	Комплекс «В парах». «Утренняя гимнастика»
Март 2 неделя	<i>Комплекс «В парах»</i>	Игровая гимнастика с использованием элементов партерной гимнастики	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, Упражнения на укрепление брюшного пресса Комплекс «В парах».
		Музыкальные игры	«Плетень» (выполнение танцевальных движений, коммуникация), «Паук и мухи» (хороводная), «Змейка» (различия музыки)
Март 3-4 неделя	<i>«Солнечные зайчики»</i>	Танцевальные движения, композиции с элементами зумба	Солнечные зайчики, Выглянуло солнышко. «Сара-Барабу», «Топни, ножка», «Капелька», «У моей России» (хоровод), «Стирка» - хип-хоп, «Zumba»
		Завершение занятий	«Слушай команду»
		Приветствие	Приветствие хлопками. Поклон

Апрель1 неделя	<i>Природа и животные</i>	ОРУ	«От улыбки», «Ласточка»
Апрель 2-3 неделя	<i>«У оленя дом большой»</i>	Пальчиковые и жестовые игры	«Крокодил», «У оленя дом большой»
		Игрогимнастика с использованием элементов партерной гимнастик и	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, Упражнения на укрепление брюшного пресса. Комплекс «Червячки»
Апрель4 неделя	<i>Комплекс «Червячки»</i>	Музыкальные игры	«Передай платочек» (творческое воображение), «Мышеловка» (коммуникативная), «Аисты» (коммуникативная)
		Танцевальны ые движения,	«Танец с цветами», «Белочки», «Zumba»
		композиции с элементами зумба	
		Завершение занятий	«Тишина» Прощальный поклон
Май 1 неделя	<i>«Веселый художник»</i>	Приветствие	Приветствие хлопками. Поклон
		ОРУ	Комплекс «Утро» «Лепесток», «Божья коровка»
		Пальчиковые и жестовые игры	«Веселый художник»
Май 2-3 неделя	<i>Насекомые. Комплекс «Мухи»</i>	Игροгимнастика с использованием элементов партерной гимнастик и	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов, Упражнения для улучшения гибкости позвоночника Комплекс «Мухи»
		Музыкальные игры	«Жуки и пчелы» (ж-з , различать музыку), «Смелый наездник» (закрепление прямого галопа). «Цапля и лягушки» (прыжки)
Май 4 неделя	<i>Повторение Игры</i>	Танцевальны е движения, композиции с элементами зумба	«Паучок», «Я от тебя убегу», «Подружки»
		Завершение занятий	«Трясучка». На дыхание «Пчела»

Учебно-тематический план по модулям

№	Тема	всего часов	теория	практика
1.	Модуль «Музыкально-ритмические упражнения»	42		
1.1	Вводное занятие. Правила поведения и техника безопасности при проведении занятий.	1	1	0
	Разминка на середине зала	8	1	7
	Развитие ритмических навыков выразительного движения	8	1	7
	Разучивание танцевальных композиций.	9	0	9
	Выполнение ритмических движений и упражнений	8	0	8
	Музыкально-ритмическая координация движений.	8	0	8
2	Модуль «Импровизация и композиция танца»	42		
	Приёмы музыкально-двигательной выразительности	5	0	5
	Основные движения эмоционально – динамического характера	8	0	8
	Работа над синхронностью танцевальных движений	8	0	8
	Музыкально-игровое творчество	8	0	8
	Разминка. Экзерсис у станка.	8	0	
	Работа над перестроением в различные фигуры	5	0	8
3	Модуль «Хореографическая азбука»	42		

Понятия и знания о выразительных средствах танца	3	1	2
Изучение композиционных элементов танцев	20	1	19
Постановка сценического танца	17	1	17
Показательное выступление с танцем	2	0	2
Итого:	126	6	120

Содержание модулей программы

Модуль «Музыкально-ритмические упражнения» (42 часа)

Цель – формирование у обучающихся ритмических навыков.

Задачи: научить детей выполнять ритмические движения и упражнения

Вводное занятие. Правила поведения и техника безопасности при проведении занятий.

Разминка на середине зала; развитие ритмических навыков выразительного движения; разучивание танцевальных композиций; выполнение ритмических движений и упражнений; музыкально-ритмическая координация движений; продолжение разучивания танцевальных композиций.

Модуль «Импровизация и композиция танца» (42 часа)

Цел –

Задачи:

Приемы музыкально-двигательной выразительности; основные движения эмоционально-динамического характера; работа над синхронностью танцевальных движений и композиций; музыкально-игровое творчество; закрепление и повторение танцевальных композиций; разминка в стиле «хип-хоп», экзерсису станка; работа над перестроением в различные фигуры в новом танце.

Модуль «Хореографическая азбука» (42 часа)

Цель –

Задачи:

Понятия и знания о выразительных средствах танца; ритмические и характерные движения в разных стилях и направлениях; выполнение композиционных упражнений.

История классического, народного, эстрадного, спортивного и сценического танцев; рисунок танца и его особенности; изучение композиционных элементов танца в разных стилях; постановка сценических танцев; показательное выступление.

Материально-техническое оснащение программы:

- Светлый и просторный зал
- Музыкальная аппаратура
- Погремушки по числу детей в группе.
- Обручи легкие пластмассовые.
- Мячи среднего размера по числу детей в группе.
- Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

Личностные результаты:

- выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку;
- проявляют желание двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ;
- умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;
- владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- сформированы качества личности (дисциплинированность; сила воли)

Предметные результаты:

- сформирован начальный комплекс исполнительских знаний, умений и навыков,
- достигнут уровень функциональной грамотности, необходимой для продолжения обучения.
- умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший

ритмический рисунок;

- умеют выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку,

- способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений,

- знают основные танцевальные позиции рук и ног.

Список литературы

1. О. Н. Арсеновская «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду» Изд. 2-е. «Учитель» 2013г. Волгоград.
2. С. И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Н. Соковнина «Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет». Москва. «Просвещение»1983г
3. С. И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Н. Соковнина «Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски Детей 6-7 лет. Москва. «Просвещение»1983г. 24
4. А. И. Буренина «Коммуникативные танцы-игры для детей». «Ритмическая пластика для Дошкольников».
5. Е. В. Горшкова «От жеста к танцу». 1кн. «Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 -7 лет творчества в танце». Москва, изд. «Гном» 2002г.
6. Н. Зарецкая. «Танцы для детей старшего дошкольного возраста». Москва, изд. Айрис ПРЕСС 2005г.
7. И. Каплунова, И. Новоскольцева «Потанцуй со мной, дружок». СанктПетербург 2010г.
8. М. Ю. Картушина «Конспекты логоритмических занятий с детьми 4-5 лет». Москва,2010г. Изд. «Т. Ц. Сфера».
9. М. Ю. Картушина «Конспекты логоритмических занятий с детьми 6-7 лет». Москва 2010г. Изд. «Т. Ц. Сфера».