



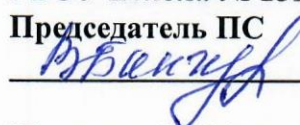
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы
«Школа № 1517»

Адрес: ул. Живописная д. 11, корп. 1, г. Москва, 123103
Телефон: 8 (495) 212-15-17, 8 (499) 720-25-67/69, E-mail: 1517@edu.mos.ru, <http://1517.mskobr.ru>
ОКПО 44433042, ОГРН 1037739147929, ИНН/КПП 7734132109/773401001

ПРИНЯТО:

на педагогическом совете
ГБОУ Школа № 1517

Председатель ПС

 В.В. Бикчурина

Протокол № 14 от «01» апреля 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ГБОУ Школа № 1517



 М.М. Швецов

Приказ № 121/1/ОРГ от «01» апреля 2024 г.

Дополнительная общеразвивающая программа

Название программы: «Ритмика»

Направленность: художественная

Уровень образовательной программы: ознакомительный

Срок реализации: 9 месяцев

Возраст: 3 - 6 лет

Автор-составитель: Сребрянская Валерия Станиславовна
педагог дополнительного образования

Москва 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы: художественная.

Уровень программы: ознакомительный.

Актуальность программы:

- В ориентировании на развитие творческого потенциала и двигательных способностей детей соразмерно личной индивидуальности;
- В разнообразии композиций по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений, что позволяет использовать их в любых формах организации работы с детьми;
- В активном использовании игровой деятельности для организации творческого процесса;
- В синтетическом подходе к обучению детей и комплексному тематическому выбору репертуара;
- В органичном соединении слова, движения, музыки и игры, что формирует атмосферу положительных эмоций.

В настоящее время ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником повышения их работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, одним из условий успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности. Программа выстроена как система специальных комплексных занятий, на которых средствами музыки и специальных двигательных упражнений происходит овладение двигательными навыками. Способность к восприятию и воспроизведению ритма является универсальной способностью, которая выступает в качестве базисной по отношению к различным сложным видам деятельности (предметной, речевой, письменной).

Программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей и ориентирована на удовлетворение общественной потребности в художественном образовании, в развитии коммуникативной и эмоциональной сферы личности ребёнка, содействии социализации и способности к сотрудничеству в продуктивной деятельности, выявлению и развитию задатков и творческих способностей детей дошкольного возраста.

Цель и задачи программы

Цель программы — содействие гармоничному развитию личности детей 3-6 лет средствами танцевально-игровой и артикуляционной гимнастики.

Задачи программы

Задачи в обучении:

- Формирование и развитие чувства ритма;
- Представлять музыкально-ритмические движения как средство укрепления здоровья и физического развития;
- Формирование основ хореографической и музыкальной культуры, артистизма, исполнительских умений и навыков;
- Обучать технике основных базовых танцевальных шагов, формировать навыки выразительности, пластичности танцевальных движений;
- Формирование элементарных знаний о влиянии музыкально-ритмических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей.

Задачи в развитии:

- Развитие координационных (точности воспроизведения и ориентации движений в пространстве) и кондиционных (выносливости и гибкости) способностей;
- Развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку.

Задачи в воспитании:

- Воспитание культуры движения под музыку;
- Воспитание эмоционального интеллекта, умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;

- Воспитание интереса, любви к отечественной культуре, музыкальным и танцевальным традициям, уважения к народным традициям других стран.

Категория учащихся по программе: дети 3-6 лет. Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей (законных представителей).

Срок реализации программы: 9 месяцев (36 ак. ч.)

Формы и режим занятий

Форма обучения: групповая. Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы 15 человек.

Режим занятий: 1 раз в неделю во второй половине дня, в соответствии с СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г. Продолжительность занятия 30 минут.

Планируемые результаты реализации программы

Предметные результаты:

- Формирование представления о роли движения в жизни человека, в его духовно-нравственном развитии;
- Формирование основ хореографической и музыкальной культуры;
- Развитие художественного вкуса и интереса к хореографическому искусству;
- Умение воплощать танцевальные образы при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций, в импровизациях.

Личностные результаты.

Программные требования к уровню воспитанности:

- Воспитание умения воспринимать музыку в движении;
- Воспитание бережного отношения к эстетической, художественной красоте ярких образов искусства разных стран;
- Воспитание заинтересованного и уважительного отношения к творческим инициативам и исполнительскому искусству.

Программные требования к уровню развития:

- Развитие моторно-двигательного уровня (чувство ритма, координация движений);
- Развитие музыкальных способностей;
- Развитие способности слышать музыку и выражать свое «видение» музыкального произведения в пластической импровизации;
- Развитие умения осознанного построения речевого высказывания о содержании, характере, особенностях танцевальных композиций в соответствии с задачами коммуникации.

Метапредметные результаты:

- Активное, деятельное отношение ребёнка к окружающей действительности;
- Позитивная самооценка дошкольниками своих музыкально-творческих возможностей;
- Продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач на занятиях;
- Приобретение умения определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;
- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки музыкальных произведений.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный (тематический) план.

№ п/п	Названия разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Диагностика физического и музыкального развития
1.1.	Тема «Ритмика и мы»	1	1	-	
2.	«Танцевальная ритмика.	24	6	18	

	Обучение движению под музыку»				Творческие задания
2.1.	Тема «Ритмические разминки и упражнения»	5	1	4	
2.2.	Тема «Марш»	3	1	2	
2.3.	Тема «Танцевальные элементы»	5	1	4	
2.4.	Тема «Координация и ориентирование в пространстве»	5	1	4	
2.5.	Тема «Хоровод»	3	1	2	
2.6.	Тема «Вальс»	3	1	2	Творческие задания
3.	«Логопедическая ритмика»	10	5	5	
3.1.	Тема «Скоро, чисто говорим»	6	4	2	
3.2.	Тема «Артикуляция»	4	1	3	Итоговое занятие
4.	Итоговое занятие	1	-	1	
Итого:		36	12	24	

Виды и компоненты оздоровительно-развивающей подготовки

№ п/п	Виды подготовки	Компоненты (подвиды)	Направленность работы
1.	Физическая	Общефизическая	Повышение общей дееспособности
		Специально-физическая	Развитие специальных физических качеств
2.	Техническая	Беспредметная	Освоение техники упражнений без предмета.
		Предметная	Освоение техники упражнений с мячом, обручем, лентой.
		Хореографическая	Освоение позиций ног и рук.
		Логопедическая	Развитие грамотной речи, музыкальности, чувства ритма.

Содержание учебно-тематического плана.

1 раздел. Вводное занятие (1 час)

Теория (1 час): Беседа на тему, что такое ритмика и роль ритмики в нашей жизни. Правила пользования оборудованием и спортивным инвентарем. Гигиенические требования к одежде и обуви обучающихся.

2 раздел. Танцевальная ритмика. Обучение движению под музыку. (24 часа)

Тема 1. «Ритмические разминки и упражнения на развитие различных групп мышц и подвижность суставов» (5 часов)

Теория (1 час): Беседа о ритмических разминках и упражнениях.

Практика (4 часа): Разминки: «Руки на пояс», «Делай так» для развития суставов и мышц плечевого пояса, разминка «Буратино», «Незнайка» на развитие мышц и суставов рук и ног, «Цветочек», «Куклы» упражнения на укрепление мышц спины и развития гибкости позвоночника. Наглядный показ упражнения, корректировка.

Тема 2. «Марш» (3 часа)

Теория (1 час): Беседа на тему «Марш», виды марша. Слушание музыки, понятие маршевого ритма. Наглядный показ движения.

Практика (2 часа): Маршировка на месте и с продвижением вперед, назад и по кругу, марш в обход зала, в колонну через центр зала и по диагонали, марш со сменой ведущего, разучивание перестроения по 2 (в кругу).

Тема 3. «Танцевальные элементы» (5 часов)

Теория (1 час): Объяснение и показ танцевальных элементов, корректировка, пояснения.

Практика (4 часа): Основные танцевальные элементы: шаг с носочка, шаг на полупальцах, шаг на пяточках, приставной шаг, пружинка, шаг с притопом, прыжки на месте (простые, с поджатыми ногами, с открыванием ног в сторону), бег, поскоки, галоп (боковой, прямой), со сменой направления, бег и шаг с высоким подниманием колена, шаг в полуприсяде, вынос пятки и носка вперед и в сторону, гармошка, приседания, повороты на месте, обход вокруг себя.

Тема 4. «Упражнение на ориентирование в пространстве» (5 часов)

Теория (1 час): Объяснение построения танцевального рисунка, корректировка.

Практика (4 часа): Перемещение в обход зала по одному и в парах, перестроение в парах, построение в шеренгу, колонну, круг, полукруг. Свободное размещение в классе с возвратом, в шеренгу, колонну, круг, полукруг, расстановка в шахматном порядке. Упражнения на выдерживание дистанции: в кругу, в колонне, шеренге. Равнение в колонне, шеренге.

Тема 5. «Русский танцевальный фольклор. Хоровод» (3 часа)

Теория (1 час): Беседа на тему «Русский танцевальный фольклор, хоровод». Прослушивание музыки, показ и объяснение танцевальных элементов, пояснение, корректировка.

Практика (2 часа): Изучение русского народного поклона, хороводный шаг. Танцевальные элементы: круг, «змейка», «улитка», «воротца». Хоровод «Светит месяц».

Тема 6. «Вальс» (3 часа)

Теория (1 час): Беседа на тему «Вальс», показ простейших танцевальных элементов, прослушивание музыки, ритм вальса.

Практика (2 часа): Постановка рук в паре. Передвижение в парах по классу. Разучивание простых танцевальных элементов (покачивания из стороны в сторону, вперед и назад), поклон, повороты вокруг себя, обход партнера, движение в «лодочке», в паре друг к другу и обратно. Этюд «Поющие руки».

3 раздел. Логопедическая ритмика (10 часов)

Тема 1. «Скоро, чисто говорим» (6 часов)

Теория (4 часа): Объяснение чистой речи и интонации, пояснения, корректировка. Прослушивание музыкальных произведений.

Практика (2 часа): Определение размер, акцент, регистры. Работа с ритмическими карточками.

Тема 2. «Артикуляция» (4 часа)

Теория (1 час): Артикуляция. Беседа на тему «Законы исполнительского искусства»: не вставать спиной к зрителю, улыбаться на сцене, голова повернута к зрителю во время исполнения движения, не ронять предметы, с которыми вышли выступать, а если уронили — не поднимать, не разговаривать между собой во время исполнения.

Практика (3 часа): Применение на практике законов исполнительского искусства.

Итоговое занятие (1 час).

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей обучающегося.

Структурный метод — последовательное разучивание и усвоение движений. При этом используются специально подготовленные хореографические связки, состоящие из базовых аэробных шагов, повторяющиеся в определённом порядке и в точном соответствии с музыкальным сопровождением.

Метод музыкальной интерпретации — связан с характером движений и музыки. Для того чтобы его использовать, необходимо ознакомиться с элементарными понятиями музыкальной грамоты.

Метод усложнения обеспечивает переход от простых движений к более сложным.

Метод сходства помогает формировать идею простого движения в разнообразные варианты. Разнообразие элементов аэробики, созданных с помощью этого метода, определяется выбором преобладающей двигательной темы, в соответствии с которой выполняются движения, как отдельными частями тела, так и всем телом.

Метод блоков используется для объединения движений в блоки по мере их усвоения, после чего они выполняются блоком. В рамках танцевальных комбинаций можно чередовать движения высокой и низкой и интенсивности.

Методы организации занятий.

Фристайл позволяет свободное повторение и выполнение движений под музыку.

Фронтальный метод помогает следить за действиями всех одновременно, используется в ходе разучивания простых движений, когда обучающиеся способны сразу овладеть показанными упражнениями, обеспечивает большую плотность занятий.

Групповой метод позволяет объединять обучающихся в малые группы по уровню их подготовленности, варьируя степень нагрузки и интенсивность выполнения упражнений.

Индивидуальный метод обеспечивает индивидуальный подход к обучающимся, позволяет исправлять ошибки, воспитывать навык самостоятельных занятий.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- **Предварительный контроль:** проводится в начале года в виде тестирования исходного уровня физической подготовленности обучающегося.
- **Текущий контроль:** отслеживание активности обучающихся в освоении основных базовых шагов аэробики, типовых базовых связок и специальной для этого вида спорта терминологии.
- **Итоговый контроль:** заключительная проверка знаний, умений, навыков на последнем занятии – фронтальный опрос по терминологии (для ритмики) и тестирование физической подготовленности обучающегося. (Ребенок регулярно посещает занятия в кружке по аэробике, основные двигательные навыки (ходьба, бег, прыжки) сформированы на устойчивом уровне, ритмичное выполнение движений (метод оценки визуальное наблюдение преподавателя). Наблюдается рост физических качеств: силы, выносливости, гибкости, ловкости, координации (метод оценки – освоение двигательных навыков). Знает и соблюдает санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при занятиях аэробикой.

Формы подведения итогов реализации программы – итоговое занятие.

Формы и критерии оценки учебных результатов программы – уровневая.

Высокий уровень освоения программы	Ребенок выразительно передает композицию танца, понимая его эмоционально-образное содержание, выделяет средства выразительности и их различные изменения, самостоятельно исполняет танец. На итоговом занятии показывает высокий уровень исполнительского мастерства.
Средний уровень освоения программы	Ребенок достаточно выразительно передает композицию танца, понимая его эмоционально-образное содержание, при помощи взрослого выделяет средства выразительности и их различные изменения, но немного затрудняется в самостоятельном исполнении танца. На итоговом занятии показывает достаточный уровень исполнительского мастерства.
Низкий уровень освоения программы	У ребенка отсутствует интерес к исполнению танца, движения выполняет некачественно и невыразительно даже при оказании помощи взрослого. На итоговом занятии показывает слабый уровень исполнительского мастерства.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы

Для организации учебного процесса необходимы:

1. Помещение: музыкальный зал дошкольных групп, рассчитанный на учебную группу до 15 воспитанников;
2. Стулья по количеству воспитанников, соответствующие возрастным особенностям детей;
3. Фортепиано;
4. Оборудование для демонстрации презентаций, аудио- и видеоматериалов, ПК с возможностью выхода в сеть Интернет, мультимедиа-проектор, экран;
5. Мячи;
6. Обручи разных диаметров;
7. Гимнастические ленты;
8. Султанчики;
9. Детские музыкальные инструменты:
 - Гонги (большой, малый);
 - Бубны;
 - Треугольники;
 - Валдайские колокольчики;
 - Маракасы.

Программа может быть реализована преподавателем, имеющим высшее музыкальное образование.

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Перечень методических материалов к программе

Название учебного раздела	Название и форма методического материала
1. Танцевальная ритмика	1. Иллюстративный материал на тему «Марш». 2. Иллюстративный материал на тему «Хоровод». 3. Иллюстративный материал на тему «Вальс». 3. Шумовые музыкальные инструменты. 4. Раздаточный материал «Позиции рук». 5. Раздаточный материал «Позиции ног». 6. Презентация «Танцы» (собственная методическая разработка).
2. Логопедическая ритмика	1. «Цветная» нотная азбука. 2. Карточки «Ноты и знаки альтерации». 6. Карточки «Музыкальные инструменты». 7. Карточки с творческими заданиями (собственная методическая разработка). 8. Ритмические карточки.

Нормативно-правовые акты и документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р»;
3. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образователь-

ную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

6. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

7. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

8. Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей»;

9. Приказ Департамента образования и науки города Москвы от 18.08.2021 № 387 «Об утверждении Правил подачи заявления и зачисления в государственные образовательные организации, подведомственные Департаменту образования и науки города Москвы, реализующие дополнительные общеобразовательные программы, в электронной форме с использованием Официального портала Мэра и Правительства Москвы».

Список литературы:

Основная литература:

1. Петерсон Л.Г., Холина Н.П.. «Раз — ступенька, два — ступенька», 2023.
2. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». Программа по ритмической пластике для детей. - СПб, 2021.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» — танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2019.
4. Бормыкова О.С. Коррекция речи и движения с музыкальным сопровождением. – СПб., 2020.
5. Буденная Т.В. Логопедическая гимнастика. - СПб., 2020.
6. Власова Т.М., Пфафенродт А.Н. Фонетическая ритмика. – М., 2017.
7. Картушина М.Ю., Логоритмические занятия в детском саду: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2019.

Дополнительная литература:

1. Азбука волшебника Смешилкина. Нотный сборник. Еремеева М.В., Еремеев С.В. Издательство Феникс, 2019.
2. 30 уроков развития творческих способностей и воображения. - М.: Кузьма, Букмастер, 2022.

ПРИЛОЖЕНИЯ К ПРОГРАММЕ

Календарно-тематический план

Модуль 1. Ритмика.		
	Тема 1. Вводное занятие.	
		Урок 1. "Ритмика и мы"
	Тема 2. Танцевальная ритмика.	
		Урок 1. "Ритмические разминки и упражнения". Практическое занятие №1.
		Урок 2. "Ритмические разминки и упражнения". Практическое занятие №2.
		Урок 3. "Ритмические разминки и упражнения". Практическое занятие №3.
		Урок 4. "Ритмические разминки и упражнения". Практическое занятие №4.
		Урок 5. "Ритмические разминки и упражнения". Практическое занятие №5.
		Урок 6. Марш, типы марша.
		Урок 7. Марш. Движение под музыку марша.
		Урок 8. Марш. Перестроения.
		Урок 9. ОТЭ. Базовые шаги.
		Урок 10. ОТЭ. Виды прыжков.
		Урок 11. ОТЭ. Бег.
		Урок 12. ОТЭ. Галоп.
		Урок 13. ОТЭ. Практическое занятие.
		Урок 14. Ориентирование в пространстве. Практическая работа №1.
		Урок 15. Ориентирование в пространстве. Практическая работа №2.
		Урок 16. Ориентирование в пространстве. Практическая работа №3.
		Урок 17. Ориентирование в пространстве. Практическая работа №4.
		Урок 18. Ориентирование в пространстве. Практическая работа №5.
		Урок 19. Хоровод. Русский танцевальный фольклор.
		Урок 20. Хоровод. Орнаментальный хоровод.
		Урок 21. Хоровод со сменой рук и направления.
		Урок 22. Вальс. Базовые движения.
		Урок 23. Вальс. Постановка рук в парах.
		Урок 24. Вальс. Виды вальса.
	Тема 3. Логопедическая ритмика.	
		Урок 1. Логоритмические разминки. Практическая работа №1.
		Урок 2. Логоритмические разминки. Практическая работа №2.
		Урок 3. Чистоговорки.
		Урок 4. Скороговорки.

		Урок 5. Метро-ритм.
		Урок 6. Артикуляция.
		Урок 7. Логоритмические разминки. Практическая работа №3.
		Урок 8. Логоритмические разминки. Практическая работа №4.
		Урок 9. Мы - артисты. Практическое занятие №1.
		Урок 10. Мы - артисты. Практическое занятие №2.
		Урок 11. Итоговый открытый урок.