

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 2» г. Всеволожска

РАССМОТРЕНА

На заседании педагогического совета
МДОБУ «ДСКВ №2» г. Всеволожск
Протокол № 2 от 29.11.2018

УТВЕРЖДЕНА

Заведующий МДОБУ «ДСКВ № 2»
г. Всеволожска
Л.М. Знатнова _____
Приказ № 127 от 29.12.2018г

Образовательная программа дополнительного образования

«Ритмопластика»

для детей 4-7 лет

Музыкальный руководитель:
Запрудная Лариса Викторовна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Модифицированная программа по ритмопластике составлена и разработана на основе программ и пособий: Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика», Суворовой Т.И. «Танцевальная ритмика для детей».

Ритмическая пластика характеризуется как «свободное движение, не подчиненное законам классического танца, с использованием и совмещением танцевальных и жизненных положений тела танцовщика».

Данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, требующих свободного и осознанного владения телом, что обуславливает ее актуальность и практическую значимость.

Основу для ритмических композиций составляют простые, но вместе с тем разнообразные движения (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и др.), позволяющие выразить различные по характеру эмоциональные состояния, сюжеты, образы и настроения музыкальных произведений.

1.2. ЦЕЛЬ:

Цель программы: формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей и качеств личности.

1.3. ОБЩИЕ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

Обучающие:

1. Формирование познавательного интереса к искусству звуков.
2. Развитие двигательных качеств и умений: ловкости, точности и координации движений; гибкости и пластичности; умения ориентироваться в пространстве.
3. Обогащение двигательного опыта различными видами движений.

Развивающие:

1. Развитие способности воспринимать музыку, т.е. чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание; развитие музыкального слуха, чувства ритма; музыкального кругозора и музыкальной памяти.
2. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении через музыку: творческого воображения и фантазии; способности к импровизации.
3. Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике.
4. Развитие восприятия, внимания, памяти, мышления; тренировка лабильности нервных процессов.

Воспитательные:

1. Воспитание доброжелательности, умения вести себя в группе, подчиняться правилам.

Оздоровительные:

1. Формирование сознательного стремления к здоровью, культуры здоровья.
2. Формирование правильной осанки, красивой походки.
3. Развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.
4. Содействие профилактике плоскостопия.

Формой осуществления образовательного процесса являются учебные группы (до 12 человек) с постоянным составом, организованные по возрастному принципу (дети от 4 до 5 лет, дети от 5 до 6 лет и дети от 6 до 7 лет). Набор детей в группы свободный; для всех физически здоровых детей, не имеющих противопоказаний к НОД по состоянию здоровья.

Основанием для перевода ребенка на следующий год обучения является успешное освоение программы, потенциальные возможности ребенка.

Основание для отчисления – состояние здоровья ребенка, заявление родителей.

Продолжительность НОД	Периодичность в неделю
Дети 4-5 лет 20 мин	1 раз
Дети 5-6 лет: 25 мин.	1 раз
Дети 6-7 лет: 30 мин.	1 раз

1.4. ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Модифицированная программа «Ритмопластика» реализуется в четыре этапа:

1 этап: диагностический.

Цель: набор детей в группы, мониторинг проведения НОД ДПО на начало учебного года.

2 этап: адаптационный.

Цель: окончательное формирование состава групп, адаптация детей.

3 этап: развивающий.

Цель: проведение развивающей НОД с детьми.

4 этап: итоговый

Цель: мониторинг проведения НОД ДПО на конец учебного года.

1.5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

При распределении разделов программы по годам обучения учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности детей каждой группы, физические возможности и психологические особенности детей.

Система занятий построена с использованием двух уровней работы с музыкально-ритмическим материалом. Первый уровень условно можно назвать тренинговым, он предполагает освоение ряда ритмических композиций в процессе игрового сотрудничества педагога и детей. Второй уровень условно можно назвать креативным; он предполагает использование знакомых движений в игровых ситуациях под другую музыку, импровизирование, самостоятельное создание пластических образов.

В системе работы можно условно выделить три этапа:

В основе 1-го этапа обучения – подражание детей образцу исполнения движений педагогом в процессе совместной деятельности. «Вовлекающий показ» (выражение С.Д.Рудневой) помогает детям освоить достаточно сложные двигательные упражнения. Совместное исполнение движений способствует созданию приподнятого настроения, единое ритмичное дыхание под музыку регулирует психофизиологические процессы, максимально концентрирует внимание. Показ должен быть «опережающим», т.е. на доли секунды движение должно опережать музыку. Это необходимо для того, чтобы дети успевали «перевести» зрительное восприятие в двигательную реакцию. Еще одна особенность такого показа – он должен быть в «зеркальном» отражении, поскольку все движения дети повторяют автоматически. В процессе подражания у детей легче формируются разнообразные двигательные навыки и умения.

Следующий, 2-й этап – это развитие самостоятельности детей в исполнении композиций и других упражнений. На этом этапе необходимо время от времени прекращать показ в процессе совместного исполнения и предлагать детям продолжать исполнять движения самостоятельно. Постепенно детям предлагается исполнить всю композицию самостоятельно от начала до конца (иногда можно подсказывать некоторыми жестами). Однако не все композиции следует выучивать с детьми до уровня самостоятельного исполнения по памяти.

На этом этапе используются следующие приемы:

- Показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога – по очереди или по желанию)
- Показ упражнения условными жестами, мимикой.
- Словесные указания
-

На основе развития пластических возможностей детей, расширения двигательного опыта происходит переход к **3-му этапу** – творческому самовыражению в движении под музыку. Происходит это тоже постепенно. Так, в некоторых композициях сразу

заложена «вопросно-ответная» форма исполнения, где предполагается импровизация на определенный музыкальный фрагмент – проигрыш, припев и т.д. Такие небольшие включения тренируют переключаемость внимания и развитие произвольности движений.

Структура каждой НОД может быть представлена следующим образом:

Подготовительная, основная и заключительная часть, но деление на части относительно. Каждое НОД – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занимает от 5 до 15 % общего времени и зависит от решения основных задач: подготовить организм ребенка – его центральную нервную систему, различные функции к работе, а именно: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание. Для решения задач подготовительной части представлены следующие средства ритмопластики: игрогимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); игроритмика; музыкально-подвижные игры малой интенсивности, игры на внимание, игротанцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы – несложные по координации или хорошо изученные), а также упражнения танцевально-ритмической гимнастики, отвечающие задачам подготовительной части занятия.

Основная часть длится от 70% до 85 % общего времени. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и пр.

На этой стадии дается большой объем знаний, развивающих творческие способности детей, достигается оптимальный уровень физической нагрузки. В основную часть могут входить все средства ритмопластики: ритмические танцы, игропластика, креативная гимнастика и пр.

Заключительная часть длится от 3 % до 7 % общего времени. В том случае, если в основной части имеет место большая физическая нагрузка, время заключительной части увеличивается. Это создает условия для постепенного снижения нагрузки и обеспечивает постепенный переход от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей. В заключительной части используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, игровой самомассаж. Если НОД направлено преимущественно на разучивание нового материала и требует от детей максимального внимания, то необходима эмоциональная разрядка. В этом случае в заключительной части проводятся музыкально-подвижные игры малой интенсивности (ходьба с речитативом, с песней, полюбившиеся детям ритмические танцы и другие задания).

1.6. ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В итоге реализации программы могут быть отмечены следующие показатели уровня развития детей:

- выразительность, легкость исполнения движения под музыку;

- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру;
- умение организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

1.7. СИСТЕМА ОТСЛЕЖИВАНИЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ

Цель диагностики: выявление уровня музыкального психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе репертуара).

Параметры оценки:

1. Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности)
2. Эмоциональная сфера
3. Проявление некоторых характерологических особенностей ребенка (скованность-общительность, экстраверсия-интроверсия)
4. Творческие проявления
5. Внимание
6. Память
7. Пластичность, гибкость
8. Координация движений
9. Ориентировка в пространстве

В процессе оценки используются уровни: высокий, низкий, средний.

Оценка уровня музыкальности детей 4-5 лет:

Высокий уровень – движения выражают музыкальный образ и совпадают с фразами.

Средний уровень – движения ребенка передают только общий характер, темп и метроритм.

Низкий уровень – движения ребенка не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

Оценка уровня развития музыкальности детей 5-6 лет:

Высокий уровень – ребенок умеет передать характер мелодии, самостоятельно начинает и заканчивает движение вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки.

Средний уровень – в движениях ребенок выражает общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

Низкий уровень – движения ребенка не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Оценка уровня музыкальности детей 6-7 лет:

Высокий уровень – движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами.

Средний уровень – движения ребенка передают только общий характер, темп и метроритм.

Низкий уровень – движения ребенка не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение переживать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции, умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.

Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается это показатель по внешним проявлениям (Э – В, Э-С, Э-Н).

По тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать на любое место) и насколько этот выбор постоянен, можно оценивать проявление экстраверсии или интроверсии. Если ребенок постоянно встает поближе к педагогу, чтобы его было видно, то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то, скорее всего, его можно определить как интроверта. При сопоставлении этих наблюдений с другими проявлениями детей педагог может сделать выводы о внутреннем мире ребенка (благополучии или наличии тревожности в эмоциональном фоне), о его состоянии на данный момент по типичности или нетипичности поведения и т.д.

Можно условно оценить проявление данных психологических особенностей детей: зрительно разделить пространство зала на 5 зон по степени удаленности от педагога и посмотреть, какое место выбирает ребенок.

Примечание: при подсчете баллов этот параметр не учитывается в среднем показателе.

Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных в процессе НОД движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку.

Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Высокий уровень - если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно.

Средний уровень – если ребенок выполняет с некоторыми подсказками.

Низкий уровень – большие затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.

Память – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму.

Высокий уровень – если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу.

Норма – если ребенок запоминает последовательность упражнений с 6-8 повторений композиции вместе с педагогом.

Низкий уровень – ребенок неспособен запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз).

Координация, ловкость движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений).

Гибкость, пластичность – мягкость, плавность, музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения («рыбка», «полушпагат» и др.)

В качестве способов учета знаний, умений также выступают итоговые сюжетно-игровая НОД в конце каждого блока программы.

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН СЮЖЕТНО -ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Возраст детей: 4 – 5 лет

Тема	Период прохождения материала	Количество занятий	Репертуар
-------------	-------------------------------------	---------------------------	------------------

Мир игрушек	Октябрь	4	Куклы-неваляшки, Плюшевый медвежонок Белочка Лошадки
	Ноябрь	4	Цыплята Поросята Игра «Птички и Ворона» Маленький танец
«Любимые персонажи мультфильмов»	Декабрь	4	Воробушки Маленький танец Колобок Кузнечик
	Январь	4	Козочки и Волк Поросята Лошадки
	Февраль	4	Чебурашка Игра «Птички и Ворона» Колобок Хоровод «Ежик»
			Веселые путешественники

«Любимые песни малышей»	Март	4	Рыбачок Разноцветная игра Белые кораблики
	Апрель	4	Плюшевый медвежонок Игра «Самолетики»
	Май	4	Упражнение с цветами Песенка о лете
Итого занятий: 32			

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Возраст детей: 5 – 6 ЛЕТ

Блоки программы	Период прохождения материала	Количество НОД	Репертуар
Мир игрушек	Октябрь	4	Куклы-неваляшки Кузнечик Белочка Поросята
	Ноябрь	4	Цыплята Три поросенка Мячик Кукляндия
			Едем к бабушке в

В мире сказок	Декабрь	4	деревню Лошадки Маленький танец Красная Шапочка
	Январь	4	Козочки и Волк Антошка
	Февраль	4	Танцуйте сидя Кошка и Девочка Веселая пастушка Найди себе пару
Путешествия	Март	4	Веселые путешественники Рыбачок Разноцветная игра Белые кораблики
	Апрель	4	Чунга-чанга Вместе весело шагать Все мы делим пополам Волшебный цветок
	Май	4	Упражнение с цветами Песенка о лете

Итого НОД: 32

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Возраст детей: 6 – 7 ЛЕТ

Блоки программы	Период прохождения материала	Количество НОД	Репертуар
«В гостях у сказки»	Октябрь	4	Кукла Птичка польку танцевала Карнавальное шествие Танец Колокольчиков
	Ноябрь	4	Танец Троллей Аквариум Танец Богатырей Танец Мышек
«Народный артист»	Декабрь	4	Полонез Старинная полька Дети и природа Кошки-Мышки
	Январь	4	Два Барана Птичий двор
	Февраль	4	Красный сарафан Светит месяц Калинка Цыганские напевы

«Музыка и время»	Март	4	Игра с мячом Домисолька Парный танец Этюд с обручами
	Апрель	4	Озорники Аэробика Воздушная кукуруза Пластический этюд
	Май	4	Танцкласс Мельница
Итого НОД: 32			

III. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Дидактические материалы

- предметные картинки
- мячи
- обручи
- искусственные цветы, веточки (по количеству детей)
- ленточки (по количеству детей)
- платочки (по количеству детей)
- снежинки (по количеству детей)
- кубики (по количеству детей)
- султанчики (по количеству детей)
- флажки (по количеству детей)

Характеристика средств:

1. Кадры

Педагог: музыкальный руководитель ГБДОУ №23 Логинова Алла Жанновна

Образование – среднее педагогическое

Квалификационная категория: высшая.

Стаж педагогической работы – 30 лет.

Прошла дополнительное обучение:

2. Материально-технические условия

Технические средства

2.1. (аудио и CD):

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика.
2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей.

2.2. Музыкальный центр

2.3. Фортепиано

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для организации педагогического процесса:

- Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – СПб.: Лоиро, 2000. – 220 с.
Музыка и движение / авт.-сост. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина. – М.: Просвещение, 1983. – 208 с.
Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. – М., 2001.

