

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР «КРАСНАЯ ЗВЕЗДА» Г. КАЛУГИ

**СОГЛАСОВАНО**

На педагогическом совете

Протокол № 1 от 28.06 2020г.



**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ ДО

«Центр «Красная Звезда» г. Калуги

К.Н. Буцева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**ДЕТСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ**

**«Звездочки»**

**возраст детей:** 5 - 8 лет  
**срок реализации:** 2 года

**педагог дополнительного образования**  
Лукьянова Любовь Романовна

г. Калуга, 2020

## Паспорт программы

**Полное название программы:**

дополнительная общеразвивающая программа «Звездочки»

**Автор (авторы программы), должность:**

Лукьянова Любовь, педагог дополнительного образования

**Адрес организации, реализующей программу (телефон):**

МБОУ ДО «Центр «Красная Звезда» г. Калуги

(г. Калуга, ул. Никитина, 121 тел. 54-53-68)

**Возраст обучающихся:** 5 - 8 лет

**Направленность:** художественная

**Срок реализации:** 2 года

**Вид программы:** модифицированная

**Тип программы:** общеразвивающая

**Уровень реализации:** дошкольное и начальное образование

**Уровень освоения:** стартовый

**Способ освоения содержания образования:** репродуктивный, креативный

## Пояснительная записка

Ритмика - один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания. Движения под музыку издавна применялись в воспитании детей (Древняя Индия, Китай, Греция). Но впервые рассмотрел ритмику и обосновал ее в качестве метода музыкального воспитания швейцарский педагог и композитор Эмиль ЖакДалькроз (1865-1950). Перед ритмикой он, прежде всего, ставил задачу развития музыкальных способностей, а также пластичности и выразительности движений. Обучать ритмике необходимо всех детей, развивая в них глубокое "чувствование", проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях. Причинами создания этой программы явились высокий интерес детей к танцевальной деятельности, возможность раскрытия творческого потенциала каждого ребенка в процессе дополнительных занятий танцами, а так же запрос родителей. Актуальность программы состоит в том, что обучение танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка: танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы. Цель программы: развитие артистичности, внутренней свободы, раскрытие творческого потенциала ребенка средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Работа в области музыкально-ритмического воспитания позволяет решать такие задачи: - развивать эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне окружающей действительности; - формировать эстетический вкус; - развивать познавательное отношение к действительности. - развивать способность импровизировать; - воспитывать нравственно-коммуникативные качества, умение вести себя в группе во время - движения, чувство такта и взаимоуважения - развивать гибкость, ловкость, пластичность; - формировать правильную осанку, красивую походку; Движение под музыку дополняет этот ряд: - дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение; - создает приподнятое настроение; - развивает активность, инициативу; - развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять. - расширять музыкальный кругозор; Раннее начало обучения - эффективное средство развития интеллекта, средство активации функций мозга и абстрактного мышления, т. к. мозг человека с момента рождения готов к восприятию музыки. Еще одна задача - сформировать способности. И хотя не у всех детей они могут развиваться на высоком уровне, занятия музыкой в младшем возрасте пойдет на пользу. Личность ребенка станет богаче, и вырастут люди любящие и понимающие музыку. Это помогает осуществлению государственной политики гуманизации образования. Программа кружка «Музыкальная Ритмика » составлена в соответствии с требованиями ФГТ и примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы » /Под ред. Н. Вераксы, Программа составлена на один год обучения: для детей 4-5 лет (1 год обучения) . Учебный

план рассчитан на 36 часов. Занятия проводятся во второй половине дня 1 раз в неделю  
Продолжительность занятий для детей 1 года обучения – 25-30 минут.

#### **1. Принципы обучения и воспитания:**

- принцип духовно-нравственного воспитания – построение жизни на основе традиционных ценностей общества;
- принцип эстетического воспитания – эстетическое отношение к окружающей действительности;
- принцип гуманистической направленности воспитания – реализуется путем формирования отношения к себе, к окружающему миру;
- принцип природосообразности – основывается на понимании возрастных особенностей детей;
- принцип культуросообразности воспитания в соответствии с ценностями и нормами Российской культуры и особенностями, присущими традициям нашего региона.

**2. Принцип отбора содержания образования,** включающий такие параметры как научность, системность и многоуровневость в падаче материала, учет современных требований к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам.

**3. Принцип организации занятий,** предполагает наглядность, сознательность и активность, доступность материала, связь теории с практикой обучения и жизнью, воспитание в процессе обучения; лично-ориентированный и вариативный подход.

#### **4. Основные характеристики деятельности:**

- сочетание обучения и воспитания, интеграция содержания образования с эстетическим, интеллектуальным, творческим, физическим развитием и трудовым воспитанием учащихся;
- работа по программе предполагает 2 года реализации, в котором обучение представляет собой развернутый подход к танцевально-ритмической гимнастике;
- программа рассчитана на детей в возрасте 5-8 лет. При этом определенные требования к объему и содержанию стартовых знаний не предъявляются.

#### **5. Методы обучения:**

- наглядный – используется во время бесед с элементами показа наглядного материала;
- словестный – наиболее эффективнее в процессе объяснения, беседы с элементами диалога, проведения разнообразных игр (подвижные игры);
- практический – используется при организации продуктивной деятельности, проведении игровых форм подачи материала;
- репродуктивный – без которого не будет осуществляться полная передача информации;

- контроль и самоконтроль – является показателем приобретенных знаний, умений и навыков на занятиях, что позволяет педагогу оценить возможности и способности обучающихся.

#### **6. Формы работы с учащимися:**

- музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.
- познавательное занятие (беседа, рассказ, объяснение выполнения упражнений);
- практическое занятие – по отработке приемов и способов усвоения ритмических упражнений и гимнастических элементов
- участие в конкурсных мероприятиях – включает посещение отчетных концертов коллективов города, участие в местных мероприятиях и праздниках.

#### **7. Направления работы с учащимися:**

- **образовательная работа** связана с расширением и обогащением ориентировки ребенка в окружающем мире (занятия, беседы, устные поучения);
- **воспитательная работа** направлена на организацию и проведение досуговой деятельности детей, где важная роль отводится родителям, детские праздники, воспитательные мероприятия, посвященные календарным датам.
- **оздоровительная работа** представляет собой включение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий, а двигательная активность закладывает основы здорового образа жизни.

#### **Особенности возрастной группы:**

Программа охватывает важный возрастной период развития ребенка, в котором закладывается чувство ответственности, командного духа, дружбы.

**Состав групп:** набор в группу может осуществляться в течении учебного года.

**Количество обучающихся** в группах связано с действием санитарных правил и норм, определяется педагогической целесообразностью обучения в детском коллективе – реализацией содержания программы и использованием методик общеразвивающей направленности. Группа первого года обучения – 15 человек. Группа второго года обучения – 12 человек.

#### **Режим занятий:**

<b>Год обучения</b>	<b>Общее количество часов в год</b>	<b>Периодичность занятий в неделю</b>	<b>Продолжительность занятий (в академических часах)</b>
<b>I год</b>	<b>144</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

## Прогнозируемые результаты:

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	
<b>Знания:</b>	Освоить постановку корпуса, исполнять элементарные танцевальные движения и прыжки, а также небольшие танцевальные этюды.
<b>Умения:</b>	Быстро ориентироваться в пространстве, перестраиваться в линии, исполнять движения в ритм музыки.
<b>Навыки:</b>	Различать ритм, темп и характер музыки.

## Виды, формы и методы контроля

Применяются следующие **виды контроля:** предварительный, текущий, периодический, итоговый.

**Предварительный контроль:** для определения исходного уровня навыков учащихся. На основе полученных результатов проводят адаптацию процесса обучения к особенностям данного конкретного учащегося. Предварительный контроль также осуществляется и перед изучением. Цель его – ознакомиться с общим уровнем подготовки учащихся.

**Текущий контроль:** осуществляется на каждом занятии, следовательно, оперативен, разнообразен по методам и по формам. Текущий контроль состоит в наблюдении за учебной деятельностью учащихся, усвоением ими материала, формированием навыков и умений. Этот контроль выполняет функцию обратной связи, функцию подкрепления и мотивации.

**Периодический контроль:** проводится обычно после изучения важных тем и больших разделов. Его цель – установить, насколько успешно учащиеся владеют системой определенных знаний, общий уровень их усвоения, отвечает ли он требованиям учебной программы.

### Основные формы контроля:

- фронтальная форма – цель фронтальной формы – проследить процесс усвоения материала и насколько ученики готовы к восприятию новой темы;
- групповая форма – контроль осуществляется лишь для части учащихся, но другие учащиеся группы могут участвовать в решении вопроса;
- индивидуальный контроль – применяется для основательного знакомства учащегося со знаниями, умениями и навыками отдельных учащихся;
- комбинированная форма – это сочетание индивидуального контроля с фронтальным и групповым. Чаще всего применяется после прохождения какой-либо объемной темы;
- самоконтроль.

### Традиционные формы контроля знаний:



- практическая работа – предусматривает результат практической работы учащихся на занятии, не только индивидуально, но и коллективно выполняемую деятельность, конечный продукт которых – мини выступления в конце занятий)
- устный опрос – состоящий из устных ответов учащихся по изученному материалу. Устный опрос является не только контролем знаний, но и одной из разновидностей текущего повторения;
- контроль результатов выполнения самостоятельной работы – в качестве заданий может выступать отработка некоторых ритмических элементов;

**Результаты анализируются по следующим параметрам:**

- уровень подготовки учащихся;
- сформированность практических умений по программе;
- развитие творческих способностей учащихся;
- развитие личностной сферы (самооценка, направленность личности);
- сформированность внутригрупповых отношений.

## Учебно-тематическое планирование

1 год обучения

№	Тема занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Введение. Что такое ритмика. Техника безопасности	2	-	2
2.	«Поклон – приветствие»; «закрытое – открытое» положение рук / ног.	2	4	6
3.	Упражнение «Ветерок- ветер»; этюд «Встретились», игра «Хлопай в такт»	1	5	6
4.	Притопы в значении гнева, рассерженности; этюд «Поссорились – помирились», игра «Я – портрет»	1	4	5
5.	Этюд «Поссорились – помирились» венг.н.м.; упражнение «Ласка»; игра «Встали в круг!»	1	8	9
6.	Приставной шаг с полуприседом «Пойду ль я, выйду ль я да» ; этюд «Давай дружить»; игра «Я – портрет»	2	14	16

7.	Плясовые элементы «Каблучки-носочки»; этюд «Пожалели» А.Гречанинов; игра «Замри!»	4	12	16
8.	Этюд «Заупрямился»; упражнение «Ласка»; игра «Музыкальное настроение»	4	14	18
9.	Разучивание и повторение плясовых движений со сменой «открытых» и «закрытых» положений ног: «гармошка», «притопы», «ковырялочка»; этюд «Секрет».	2	16	18
10	Этюд «Громко – шепотом» А.Черняковой; этюд «Давай дружить» В.Витлина	4	20	24
11	«Музыкальные топотушки»; сотворчество в свободной пляске.	4	20	24
	<b>Итого:</b>	<b>27</b>	<b>117</b>	<b>144</b>

## Содержание программы

( 1 год обучения)

1. Введение. Что такое ритмика. Техника безопасности. Знакомство с детьми, Инструктаж по технике безопасности.
2. «Поклон – приветствие»; «закрытое – открытое» положение рук / ног.  
Основные танцевальные правила. Постановка корпуса. Приветствие.  
Теория: объяснить детям танцевальные технологии.  
Практика: показать поклон (приветствие), перенос корпуса с ноги на ногу.
3. Упражнение «Ветерок- ветер»; этюд «Встретились», игра «Хлопай в такт»  
Теория: объяснить, что в каждой музыки есть сильная доля и т.д.  
Практика: показать, как правильно выделить ее с помощью хлопка, притопа.
4. Притопы в значении гнева, рассерженности; этюд «Поссорились – помирились»; игра «Я – портрет»  
Теория: объяснить правую левую сторону,  
Практика: показать как правильно делать наклоны вправо и влево.
5. Этюд «Поссорились – помирились»; упражнение «Ласка»; игра «Встали в круг!»



6. Приставной шаг с полуприседом «Пойду ль я, выйду ль я да»; этюд «Давай дружить»; игра «Я – портрет».  
Теория: объяснить, что такое позиции рук и какие нужны упражнения, для разминки.  
Практика: показать позиции рук, и упражнения.
7. Плясовые элементы «Каблучки-носочки»; этюд «Пожалели»; игра «Замри!»  
Теория: объяснить детям для чего нужна дыхательная и пластическая гимнастики.  
Практика: показать движения и дыхательные упражнения.
8. Этюд «Заупрямился»; упражнение «Ласка»; игра «Музыкальное настроение»  
Теория: рассказать, для чего нужно делать упражнения на полу и какие.  
Практика: показать все движения на коврик, для плеч, стопы и т. д.
9. Разучивание и повторение плясовых движений со сменой «открытых» и «закрытых» положений ног: «гармошка», «притопы», «ковырялочка»; этюд «Секрет».  
Теория: рассказать об игре, ее предназначение.  
Практика: показать элементы игры, а также упражнения с предметом.
10. Этюд «Громко – шепотом» А.Черняковой: этюд «Давай дружить» В.Витлина  
Теория: рассказать об элементах танца.  
Практика: демонстрация элементов.
11. «Музыкальные топотушки»; сотворчество в свободной пляске.  
Теория: рассказать детям о настроении и характере музыки и танца и что такое танцевальный этикет.  
Практика: продемонстрировать под музыку различные характеры танца.

### **Методическое обеспечение программы**

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Теоретическое изложение учебного материала происходит в форме рассказа, беседы, обсуждения, объяснения.

Выполнение практических заданий подразумевает сопровождение движений под музыку и т.д.

Чтобы занятия были увлекательными и интересными, а сам процесс творчества вызывал у детей радость и удовлетворение потребностей, необходимо создавать условия, при которых **познавательная и продуктивная деятельность переплеталась со зрелищно-игровыми приемами**, дающими возможность педагогу осуществить индивидуальный подход к каждому ребенку, выявить творческие способности, создать ситуацию успеха.

Программой предусмотрено методическое обоснование процесса организации образовательной деятельности и форм проведения занятий. Как показала практика оптимальный способ построения занятий – его структурирование.

В начале занятий педагог объясняет тему занятий, задачи, средства и способы их выполнения. Параллельно с этим может идти показ вспомогательного материала, иллюстрирующего тему занятия. При этом уместно воспользоваться дидактическими материалами и пособиями. Это создает благоприятную почву для развития познавательного интереса учащихся и появления творческой атмосферы.

После изложения теоретической части переходим к практической деятельности.

Метод непрерывного показа упражнений очень важен, так как учит технике и способствует достижению определённого результата.

В конце занятия для закрепления полученных знаний и умений уместно провести анализ выполненной работы и разбор типичных ошибок. После проведения итогов занятия педагог может порекомендовать учащимся те или иные задания.

*Теоретическое изложение* учебного материала происходит в форме **бесед**, подкреплённых **практическими заданиями**, выполняемых **индивидуально или подгруппами**.

Выполнение практических заданий подразумевает обучение основам танцевально - хореографического творчества, происходит **индивидуально или подгруппами**.

*Эксперимент* направлен на развитие творческой деятельности учащихся. Экспериментальная работа происходит **индивидуально или подгруппами**.

*Закрепление изученного* материала в форме «вопрос - ответ» - **фронтально или индивидуально**.

Программа носит **познавательный и обучающий характер**. Процесс обучения строится на единстве активных и увлекательных методов учебной работы, в т.ч.: наглядного, словесного и практического.

**Наглядный** метод – рассматривание хореографическо-ритмических приемов.

**Словесный** метод – беседы по темам, рассказы, пояснения, вопросы по ходу выполнения задания, словесный комментарий.

**Практический** метод – выполнение приемов с педагогом, самостоятельно, коллективно.

**Структура занятия** состоит из следующих частей:

- **вводная часть** – беседа, объяснение материала, при необходимости показ наглядных материалов;
- **основная часть** – индивидуальная работа учеников, коллективное выполнение задания, помощь педагога;
- **заключительная часть** – анализ выполненной работы, положительная оценка работы учеников.

**Дидактическое и методическое обеспечение:**

- электронные носители;
- аудиокниги;
- схемы построения танцев, формы музыкального произведения;
- литература о музыке, танцах.

**Материально-техническое обеспечение:**

- большой зал;
- одна стена с зеркалами;
- несколько стульев;
- музыкальный центр;
- диски, кассеты;
- коврики;
- сценические костюмы балетки, лосины, гимнастические купальники для занятий.

## Список литературы

### Для педагога:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии»
2. Ваганова А. Я. «Основы классического танца»
3. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание»
4. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу».
5. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие».

### Для родителей и детей:

1. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
2. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
3. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы».(-М.: ВАКО, 2007)
4. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)