Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение комбинированного вида детский сад «Теремок»

**Программа по дополнительному развитию детей в старшей группе.**

**«Ритмоцветик»**

Выполнила:

музыкальный руководитель Бойченко М.В.

п. Селенгинск.

2013 г.

**Пояснительная записка.**

В наше социально- ориентированное время, когда жизнь человека стала оцениваться мерой успеха, признания и достижением конкретных целей, всестороннее развитие ребенка средствами музыки и ритмических движений играет немаловажную роль в развитии творческой и гармонично- развитой личности ребенка.

В жизни каждой семьи наступает момент, когда родители задумываются над тем, в какой творческий коллектив отправить ребенка заниматься и как его развивать. Очень многие выбирают для своего ребенка занятия танцем. Для малышей , как правило, все начинается с ритмики и ритмических движений. На таких занятиях ребенок не только научится красиво танцевать, двигаться, держать осанку, но и будет развиваться духовно. Ведь танец – это творчество, танец- это именно тот вид искусства, который помогает ребенку раскрыться, показать окружающим, как он видит этот мир. Что говорить о том, как важно для девочек и мальчиков понятие «первый танец», ведь они хотят чувствовать себя настоящими принцами и принцессами на балах, как в сказках. Детские танцы – это изучение основных средств выразительности( движения, позы, пластика и мимика ,ритм), которые связаны с эмоциональными впечатлениями маленького человека от окружающего мира. Детский танец начинается с ритмики, где изучение танца начинается с простых движений, зачастую занятия больше похожи на игру, но в этой игре ребенок научится тем вещам, которые очень пригодятся ему в жизни.

**Цель:**

Всестороннее развитие ребенка, развитие музыкальности и ритма на занятиях, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребенка, средствами музыки и ритмических движений.

**Задачи:**

1. Развитие музыкальности

- развитие способности воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер, понимать содержание.

- развитие музыкального слуха, чувства ритма.

- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству.

- развитие музыкальной памяти.

2. Развитие двигательных качеств и умений координировать движения.

3. Развитие гибкости, пластичности, ловкости.

- воспитание выносливости, силы.

- формирование правильной осанки.

- развитие умения ориентироваться в пространстве.

- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

4. Развитие фантазии и импровизации.

5. Развитие и тренировка психических процессов, умения выражать свои эмоции в мимике и пантомимике.

6. Развитие умения работать в коллективе.

**Структура:**

1. Подготовительная часть, разминка. ( 5 минут)

- ходьба маршевая, построения, бег, перестроение.

- ОРУ.

- танцевальные движения.

2. Развитие чувства ритма.( 5 мин.)

-ритм в стихах.

- упражнения с палочками.

- упражнения с ладошками.

1. Основная часть.(13-15 мин)

- изучение музыкально- ритмических композиций, танцев, игр.

4. Заключительная часть.(5 мин.)

- успокаивающие дыхательные упражнения.

- упражнения на расслабление, хороводы.

**Предполагаемый результат:**

1. Дети становятся уверенными и самостоятельными в движениях, внимательно слушают музыку, начинают и заканчивают пляску в соответствии с продолжительностью звучания музыки.
2. Различают музыкальные жанры. Легко показывают в движении марш, пляску и т.д.
3. Легко прохлопывают ритмические рисунок. Выполняют ритмические упражнения с палочками, ладошками.
4. Уверенно ходят, легко бегают, выполняют ритмические движения.
5. Владеют определенным репертуаром, готовым для показа на выступлениях.

**Методика обучения:**

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап – обучение упражнению *(отдельному движению)*;

- Этап углубленного разучивания упражнений;

- Этап закрепления и совершенствования упражнения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Начальный этап** | **Этап углубленного разучивания** | **Этап закрепления и совершенствования** |
| - название упражнения;  - показ;  - объяснение техники;  - опробования упр-ний. | - уточнение двигательных действий;  - понимание закономерностей движения;  - усовершенствование ритма;  -свободное и слитное выполнение упражнения. | - закрепление двигательного навыка;  - выполнение упр-ний более высокого уровня;  - использование упр. в комбинации с другими упражнениями;  - формирование индивидуального стиля. |

Первостепенную роль на занятиях по ритмике играет музыкальное сопровождение. Музыкальные произведения, используемые для сопровождения занятия очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения доступны пониманию детей, музыкальны, выразительны, пробуждают у детей фантазию и воображение. Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

Чтобы учебный процесс у детей был эффективным, на занятиях по ритмике, максимально используется ведущий вид деятельности ребенка-дошкольника – игра. Используя игровые упражнения, имитационные движения, сюжетно-творческие зарисовки усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают полнее и всестороннее решить поставленные задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на занятиях в качестве динамических пауз – физкультминуток – в том случае, если достаточно большая часть занятия проводится сидя на стульях; или же наоборот – для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части занятия: в разминку или в занятие целиком. Комплексы объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения.

В работе над выразительностью движений, над пластикой, над эмоциональной насыщенностью образа, включаются на занятиях имитационные движения, которые очень ценны для дошкольного возраста.

Занятия музыкально – ритмической пластикой способствуют развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Формируется эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребёнка. Движения под музыку рассматриваются как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом.

Данная программа основывается на следующих парциальных программах:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование программы | Авторы | Выходные данные | Гриф |
| 1 | СА – Фи – Дансе | Фирилёва Ж.Е.,  Сайкина Е.Г., | Санкт – Петербург 2001 | Рекомендована отделом дошкольного образования Экспертного совета Комитета по образованию администрации Санкт – Петербурга |
| 2 | Ритмическая мозаика | Буренина А.И. | Санкт – Петербург 2000 | Рекомендована Министерством образования и науки РФ  в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста |
| 3 | Этот удивительный ритм | Каплунова И.М  Новоскольцева И.А. | Санкт – Петербург  2005 | Рекомендована Министерством образования и науки РФ |

**Содержание работы:**

В возрасте 5-6 лет дети чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движения под музыку доставляют им большую радость. Появляется возможность выполнять более сложные по координации движения, возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности. мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждению детей к творчеству.

1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые произведения, двигаться под музыку.

- развитие умения выражать в движениях характер музыки и ее настроение.

- развитие способности различать жанры произведений – плясовая, полька, марш, танец.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- ходьба бодрая, спокойная, на носках , полупальцах, пятках.

- пружинящий шаг, топающий, танцевальный, шаг с «каблучка» , с высоким подниманием колена.

- легкий, ритмичный, пружинящий, высокий бег, передающий различный образ.

- прыжковые движения на одной, двух ногах, на месте, с продвижением вперед, различные виды галопа.

- имитационные движения , различные образно- игровые движения, раскрывающие понятный детям образ.

- плясовые, танцевальные движения- поскоки, шаг польки, выставление ноги на пятку, на носок, пружинка, приставной шаг, элементы народных танцев и эстрадного современного танца.

1. Развитие чувства ритма:

- игры с картинками

- игры в стихах

- ритмические карточки

- упражнения с ладошками

- игры с палочками

- стихи и палочки

1. Развитие умений ориентироваться в пространстве:

- самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары друг с другом, в шеренги, в колонны, самостоятельно выполнять перестроения.

1. Развитие психических процессов:

- тренировка подвижности, умения изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом.

- развитие восприятия, воли, мышления, на основе усложнения заданий.

- развитие умений выражать эмоции – грусть, веселье, страх, радость.

1. Развитие творческих способностей:

- развитие умений сочетать несложные знакомые движения под незнакомую музыку.

- развитие воображения, фантазии.

1. Развитие коммуникативных качеств:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать.

- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий.

- воспитание культурных привычек- уступить место девочке, пригласить девочку на танец, затем проводить ее на место, извиниться, если произошло столкновение.

**Основные педагогические принципы.**

**1.** **Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок.**Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим « отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

**2.** **Систематичность*.*** Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

**3.** **Вариативность*.*** Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

**4.** **Наглядность*.*** Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.

**5.** **Доступность*.*** Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

**6.** **Закрепление навыков.**Это выполнение упражнений на повторных занятиях и в домашних условиях.

**7.** **Индивидуализация.**Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

**8.Взаимодействие*.*** Применение новейших современных зарубежных педагогических идей: «фьюжена» *(сплава нескольких видов пластических направлений)*, «тьютерства» *(практического «сотворчества» педагога и учеников – «нога в ногу», «рука в руку», не «над учениками», а «вместе, рядом с ними»).*

Занятие проводится 1 раз в неделю и длится 25-30 минут.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сентябрь** | **Маршевые перестроения** | **Танцевальные движения** | **Развитие чувства ритма** | **Танцевальные композиции** |
| **1 неделя** | Марш по кругу с остановками, бег на носках, построение в шеренгу, игра «Найдиместо».(С.Ф.Д. с55),ОРУ(С.Ф.Д.с151) | Хороводный шаг | «Тигренок» (Э.У.Р. с 12) | «Танец сидя» (С.Ф.Д.с. 39) |
| **2 неделя** | Марш по кругу с изменением направления. Построение шеренги по ориентирам( С.Ф.Д. с.92).О.Р.У. | Танцевальный шаг | «Тигренок» | «Танец сидя»,»Разноцветная игра»,»Утята» |
| **3 неделя** | Марш по кругу, спиной вперед, шеренга по ориентирам. О.Р.У. | Топающий щаг | «Барабан» | «Утята», «Чебурашка» |
| **4 неделя** | 1+2+3 О.Р.У. | 1+2+3+русский поклон | «Барабан» | «Танец сидя»,»Разноцветная игра»,«Утята», «Чебурашка» |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Октябрь** |  |  |  |  |
| **1 неделя** | Марш врассыпную с четкой остановкой.О.Р.У. | Приставной шаг | «Дождик» | «Плюшевый медвежонок» |
| **2 неделя** | Марш на месте, Хлопки («Полли» №16, ст.гр.д.1, стр.22)О.Р.У | Приставной шаг с полуприседанием | «Дождик» | «Плюшевый медвежонок», «Автостоп» (С.Ф.Д. с 105) |
| **3 неделя** | Марш по кругу, легкий бег врассыпную с лентами (ст.гр. д.№2), марш на месте + хлопки («Полли»№16, ст.гр.д.1, стр 28,в.2) О.Р.У. | Тройной шаг | «Барабанщик» | «Автостоп», игра «Найди предмет» (С.Ф.Д.,с.111), «Если нравится тебе» |
| **4 неделя** | Марш колоннами с остановкой и со сменой ведущего.(№14,с.46,д.1, ст.гр),Хлопки(«поли» №6,ст.гр.,д.1.,в.3,4,с.36) О.Р.У | 1+2+3+шаг с притопом | «Барабанщик» | **«**Если нравится тебе»,  «Автостоп», «Плюшевый медвежонок» |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ноябрь** |  |  |  |  |
| **1 неделя** | Марш с перестроениями в пары (ст.гр.,д.1 №28, стр.46). О.Р.У. | Тройной притоп, тройной притоп с поворотами» | «Колобок» | «Куклы неваляшки», «Макарена» (С.Ф.Д. с 183) |
| **2 неделя** | Марш с перестроениями по кругу №28, марш по кругу и упражнения с лентами №2 (ст.гр.С.Ф.Д. с 187) О.Р.У. | Ковырялочка с притопами | «Колобок» | «Куклы неваляшки», «Макарена» (С.Ф.Д. с 183) |
| **3 неделя** | Марш колоннами с остановкой и со сменой ведущего (№14, с.50,ст.гр.).О.Р.У. | Полуприседание с наклоном корпуса, полуприседание с поворотом корпуса. | «Наша Таня» | «Танец с лентами» (С.Ф.Д. с.189) |
| **4 неделя** | Марш по кругу, легкий бег врассыпную №1 «Попрыгунчики» (ст.гр). О.Р.У. | 1+2+3+ выставление ноги на пятку с полуприседанием | «Наша Таня» | «Танец с лентами», «Куклы неваляшки», «Макарена», «Чебурашка» |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Декабрь** |  |  |  |  |
| **1 неделя** | Марш врассыпную с четкой остановкой( №56 ст.гр. «Побегаем попрыгаем» №43,в.1,2 стр.58). О.Р.У. | Поклон с приставным шагом | «Веселые путешественники» Бурениена.»Кик»(С.Ф.Д. с .196) |  |
| **2 неделя** | Марш по кругу ( №53 «Побегаем попрыгаем №43, с.62,в.3,ст.гр). О.Р.У. | Поклон с полуприседанием | «Чебурашка», «Кик» |  |
| **3 неделя** | Марш (отдельно мальчики, отдельно девочки). О.Р.У. | Подскоки | «Куклы- неваляшки», «Мы пойдем сначала вправо» (С.Ф.Д. с.75) |  |
| **4 неделя** | Марш с перестроениями в пары. О.Р.У. | 1+2+3+подскоки | «Веселые путешественники», «Кик», «Мы пойдем сначала справо» |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Январь** |  |  |  |  |
| **3 неделя** | Марш и подскоки (№53,с.76,ст.гр. «Побегаем- попрыгаем» № 43, с.62). О.Р.У. | Перескоки с вытянутой ногой. | Стихи и палочки «Рак» (Э.У.Р., А и Б) | «Кузнечик» Буренина. |
| **4 неделя** | Марш врассыпную с игрой на бубнах и замиранием в красивой позе.( №53 ,ст.гр, стр.85). О.Р.У. | Перескоки с вытянутой ногой | «Рак» (В,Г) | «Кузнечик» Буренина» |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Февраль** |  |  |  |  |
| **1 неделя** | Марш подгруппами с флажками (№61 ст.гр, стр 101). Побегаем с лентами ( №67 ст.гр, стр. 103)О.Р.У. | Боковой галоп | Стихи и палочки «Бегемот» | « Кузнечик», «Макарена» |
| **2 неделя** | Марш с перестроениями в пары (№61, ст.гр)  «Кто лучше скачет» (№64, с.113 ) О.Р.У. | Боковой галоп | «Бегемот» | «Кузнечик», «Если нравится тебе». |
| **3 неделя** | Марш по диагонали, змейкой (№100, с.136, ст.гр).Бег врассыпную (№96,ст.гр). О.Р.У. | Боковой галоп с поворотом | «Цапля» (А) | «Плюшевый медвежонок», «Мы пойдем сначала вправо», «Кузнечик» |
| **4 неделя** | Марш змейкой, по диагонали (№100, с. 136, ст.гр). Бег врассыпную . О.Р.У. | Боковой галоп с поворотом | «Цапля» (Б) | «Макарена», «Кузнечик» |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Март** |  |  |  |  |
| **1 неделя** | Марш с перестроениями (№100, стр.146, ст.гр). Легкий бег по кругу и прыжок в обруч (№96 ст.гр). О.Р.У. | Танцевальный бег | Игра с ладошками с партнером ( Э.У.Р. Б стр.31) | «Чунга- Чанга» Буренина |
| **2 неделя** | Марш с перестроениями в полукруг. Побегаем с лентами. О.Р.У. | Выставление ноги на пятку, носок. | Игра с ладошками с партнером( Б) | « Чунга- Чанга» |
| **3 неделя** | Марш змейкой. По диагонали. «Побегаем -попрыгаем»( №43. В.1,2,3. Стр.58,62,ст.гр). О.Р.У. | 2 шага вперед- пружинка, 2 шага назад- пружинка | Стихи с движением (А,Б, стр.32 Э.У.Р) | «Чунга –Чанга», «Плюшевый медвежонок», «Автостоп» |
| **4 неделя** | Марш с перестроениями в пары. О.Р.У. | 1+2+3+ выставление ноги на носок и руки в стороны. | Стихи с движением (В) | «Чунга-Чанга»,«Веселые путешественники», «Чебурашка». |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Апрель** |  |  |  |  |
| **1 неделя** | Марш по диагонали, марш змейкой. О.Р.У. | 2 удара каблучком 3 притопа | Стихи и палочки « на машине» (Э.У.Р., стр.32) | Танцевальные композиции по желанию детей |
| **2 неделя** | Марш с перестроениями в пары. О.Р.У. | Пружинка и полочка | «На машине» |  |
| **3 неделя** | Марш врассыпную и бег по кругу. О.Р.У. | Пружинка и полочка с поворотом и наклоном | « Если был бы я большим» (Э.У.Р. стр.33) |  |
| **4 неделя** | Марш с перестроениями. О.Р.У. | 1+2+3 | «Если был бы я большим» |  |

|  |
| --- |
| **Май-** повторение , закрепление, диагностика. |

**Список литературы**

1. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет. – М., 1983.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб, 1997.
4. Каплунова И.М. и Новоскольцева И.А «Праздник каждый день»

«Композитор» - Санкт- Петербург, 2007.

1. Каплунова И.М. и Новоскольцева И.А «Этот удивительный ритм»

«Композитор» - Санкт- Петербург, 2005.

1. Кряж В.Н. и др. Гимнастика. Ритм. Пластика. – Минск, 1987.
2. Лисицкая Т. Пластика, ритм. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
3. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. – М.: Академия, 1999.
4. Нестерюк Т.В. Гимнастика маленьких волшебников. – «ДТД», 1993.
5. Ротэрс Т.Т. Музыкально – ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.
6. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М.: 1972.
7. Тюрин Аверкий. Самомассаж. – СПб.: Москва, Минск, Харьков, 1997.
8. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976.
9. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб; «Детство –ПРЕСС», 2000.
10. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб., 1996.
11. Шевченко Ю.С. Музыкотерапия детей и подростков // Психокоррекция: теория и практика. – М., 1995.