

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №4



«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ №4

И.В. Тюрякова

**Образовательная программа
дополнительного образования
для детей дошкольного возраста
«Ритмика и танец».**

г.Тверь, 2016г.

Пояснительная записка к образовательной программе «Ритмика и танец» для детей дошкольного возраста.

Образовательная программа «**Ритмика и танец**» предоставляет широкие возможности для знакомства посредством игровых технологий с хореографическими жанрами, видами и стилями. Программа поможет дошкольникам 4-6 лет творчески самостоятельно выразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и танца.

Программа направлена на:

- приобщение детей к основам хореографического искусства;
- выявление одаренных детей с целью развития их творческих способностей;
- формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца;
- приобщение к движению под музыку неловких детей, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора материала, проявляющего скрытые возможности каждого.

Актуальность

Актуальность данной программы заключается в том, что в дошкольный период, когда ребенок интенсивно растет и развивается, закладываются основы здоровья и формируется личность человека через пластику. Обучение детей ритмическому и танцевальному искусству по данной программе дает возможность воспитать гармонично развитых людей.

Цель

Цель программы – воспитание пластической культуры у детей дошкольного возраста, знакомство их с классическими народными танцами. Развитие ребенка, формирование разнообразных умений, способностей, качеств личности средствами ритмических движений и музыки.

Задачи:

Образовательные:

- обучить основам гимнастики;
- поэтапно овладеть основами классического экзерсиса;
- обучить простейшим элементам танца;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца;
- расширять музыкальный кругозор, пополнять словарный запас.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, гибкость, пластичность, мышечную силу;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развивать музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развивать воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- создать благоприятные возможности для раскрытия индивидуальных способностей детей, добиться эмоциональности и выразительности исполнения, умения раскрыть сущность хореографического произведения;
- развивать познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в паре, коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- помочь преодолеть страх перед выступлением на сцене;
- приобщить к активному и здоровому образу жизни;
- воспитать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Образовательная программа дополнительного образования рассчитана на 2 года. Она предусматривает построение процесса обучения по спирали с усвершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения используется в различных пропорциях.

Первый год обучения – 4-5 лет.

Второй год обучения – 5-6 лет.

1-ый год обучения

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков танцевального и музыкального образа.

Педагог обучает детей искусству ритмики и танца, ставит перед собой следующие задачи:

- Уметь выражать свои эмоции через движения;
- Формировать технику выразительности движений с помощью психогимнастических упражнений;
- Совершенствовать исполнительское мастерство в движениях по одному, в парах;
- Стимулировать проявление индивидуальности;
- Сохранять и развивать природные данные;
- Вводить новые танцевальные движения: подскок с притопом на месте, приставной шаг с пружинкой, выбрасывание на подскоке носка, пятки, шаги с приседаниями, сужение и расширение круга;

2-ой год обучения (5 -6 год)

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости, изящности. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики.

Приоритетные задачи:

- Развивать гибкость, пластичность;
- Развивать двигательные качества и умения:
 - танцевальные позиции рук, ног;
 - танцевальные шаги.
- Создавать танцевально-ритмические композиции, используя ранее разученные и новые музыкальные движения: вертушка, шаги и кружения с приседаниями, сложная ковырялочка, ковырялочка на подскоке, сложная моталочка, веревочка.
- Развивать и укреплять вестибулярный аппарат (различные вертушки);
- Развивать умение импровизировать под незнакомую музыку;
- Развивать умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

Для качественного усвоения программы с каждым ребенком ведется индивидуальная работа. С каждым ребенком отрабатываются наиболее сложные элементы. Выбирается дифференцированный подход к нему, все удаchi поощряются, все недочеты тактично и мягко исправляются.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные, народно-тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Успешное решение поставленных задач возможно только при использовании следующих педагогических принципов обучения:

1. **Принцип развивающего образования** – целью образовательной деятельности является развитие ребенка.
2. **Принцип гуманизма** – уважение к личности ребенка, педагога, родителей (лиц их заменяющих), построение взаимоотношений на основе общечеловеческих норм и правил.
3. **Принцип природосообразности** – образование в соответствии с природой ребенка, его здоровьем, способностями, склонностями.
4. **Принцип психологической комфортности** – недопустимость стрессовых факторов воспитательно - образовательного процесса, создание комфортной среды развития ребенка.
5. **Принцип дифференциации и индивидуализации** – создание условий для проявления способностей каждого ребенка и своевременной коррекции проблем в его развитии.
6. **Принцип интеграции образовательных областей** – образовательный процесс выстраивается интегрировано в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.

7. **Принцип диалогичности** – предусматривает решение программных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности ребенка.

8. **Принцип адекватности** - предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

9. **Принцип систематичности и последовательности** - от простого к сложному, от близкого к далекому, от хорошо известного к неизвестному.

Занятия дополнительного образования по программе «Ритмика и танец» проводятся 2 раза в неделю по 30 мин. (8 занятий в месяц).

Структура занятий

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

Занятия проводятся в игровой форме.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально – групповая;

Методы и приемы организации образовательного процесса:

- словесный (рассказ, беседа, стимулирования, создания ситуации успеха для каждого ребенка и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом, ребенком);
- практический (упражнения, выступления)
- игровой (игры).

Формы педагогического контроля

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- промежуточный – в течение года при организации мероприятиях проводимых в детском саду;
- итоговый – участие в фестивале детского творчества, итоговый концерт.

Ожидаемые результаты первого года обучения

по содержанию (дети знают):

- простейшие элементы гимнастики;
- правила постановки корпуса;
- правила поведения на занятиях и во время выступлений.

по способу работы (дети умеют):

- акцентировать шаг на первую долю;
- распознавать характер танцевальной музыки;
- чувствовать характер музыки;
- строить отношения со сверстниками;
- организованно строиться (быстро, точно);
- определять нужное направление движения по словесной инструкции педагога.

Музыкально-ритмические навыки и умения:

- реагировать сменой движений на смену характера музыки;
- реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.

Навыки и умения выразительного движения:

- ритмично, легко и непринужденно действовать с предметами под музыку;
- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- выполнять танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении;
- выразительно передавать игровые образы в инсценировании песен;
- выполнять элементы пляски;
- исполнять простейшие хореографические композиции;
- приветствовать педагога и друг друга («Поклон – приветствие»), приглашать на танец («Поклон – приглашение»).

Общие ожидаемые результаты второго года обучения

по содержанию (дети знают):

- простейшие элементы партерной гимнастики;
- правила постановки корпуса;
- правила поведения на занятиях и на концерте.

по способу работы (дети умеют):

- передавать в движении музыкальный размер и ритмический рисунок, акцентировать шаг на первую долю;
- распознавать характер танцевальной музыки;
- творчески мыслить и фантазировать в соответствии с музыкальным материалом;
- правильно пройти в такт музыки, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носочка;
- чувствовать характер музыки;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- строить отношения со сверстниками;
- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции педагога, по звуковому и музыкальному сигналам.

Музыкально-ритмические навыки и умения:

- реагировать сменой движений на смену характера музыки;
- самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений, ориентируясь на изменения в музыке.

Навыки и умения выразительного движения:

- легко, естественно и непринужденно выполнять шаг польки, переменный шаг, высокий шаг, пружинящий шаг, боковой галоп, подскоки с ноги на ногу, легкие подскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед и все плясовые движения;
- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- выполнять танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- выполнять элементы классического и народно-сценического занятия;

- выполнять элементы простой пляски, русских народных танцев: «Кадриль», «Яблочко», «Парная полька».

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- 1.Музыкальный центр
- 2.Интерактивная доска
- 3.Ноутбук
- 4.Фото и видео камеры.
- 5.Комплект видеодисков
- 6.Часы
- 7.Ковёр для занятий
- 8.Комплект МРЗ дисков
- 9.Танцевальные костюмы
- 10.Тематические материалы презентаций выдающихся танцевальных коллективов родного города, городов России.

Тематическое планирование занятий (группа 4-5 лет)

№	Месяц/Тема	Кол-во занятий
Неде- ли	ОКТАБРЬ	
1-2	<p>Диагностика с целью выявления уровня развития у детей ритмических движений, разнообразных двигательных и эмоциональных умений, способностей.</p> <p>Определение посредством анкетирования родителей интереса и склонностей детей в сфере двигательной деятельности.</p> <p>Формирование группы детей.</p>	4
3-4	<p>Вводная беседа о танце.</p> <p>Обучение умению приветствовать педагога и друг друга («Поклон – приветствие»), приглашать на танец («Поклон – приглашение»).</p> <p>Ознакомление с позициями ног, рук.</p> <p>Ознакомление с видами ходьбы: прогулка (спокойная ходьба), «топотушки» (шаг на всей ступне).</p> <p>Специальные упражнения: укрепление позвоночника методом поворотов и наклонов в стороны - «маятник».</p> <p>Прыжки на двух ногах: подскок на правой и левой ноге</p> <p>Танцевальные движения: пружинка, пружинка с поворотом, подскок с притопом на месте.</p>	4
Всего		8
НОЯБРЬ		
1	<p>Беседа с презентацией «Танец».</p> <p>Закрепление умения приветствовать педагога и друг друга («Поклон – приветствие»), приглашать на танец («Поклон – приглашение»).</p> <p>Закрепление позиций ног, рук.</p> <p>Закрепление видов ходьбы: прогулка (спокойная ходьба), «топотушки» (шаг на всей ступне).</p> <p>Знакомство с хороводным шагом, приставным хороводным шагом.</p> <p>Игра-этюд.</p>	2
2	<p>Презентация на тему «Детские хореографические коллективы» о танце.</p> <p>Закрепление позиций ног, рук.</p> <p>Закрепление видов ходьбы: спокойная, «топотушки», хороводная, с приставным шагом.</p> <p>Прыжки на двух ногах: подскоки на правой и левой ноге, прыжки с отбрасыванием ног назад и выбрасыванием ног вперед.</p> <p>Игра-этюд.</p>	2

3-4	<p>Закрепление позиций ног, рук. Закрепление видов ходьбы и прыжков. Танцевальные движения: пружинка, пружинка с поворотом, подскок с притопом на месте. Специальные упражнения: укрепление позвоночника методом поворотов и наклонов в стороны - «маятник», «месяц», «муравей». Игры-этюды: (для развития внимания и слуха) «Жмурки с голосом», «Кто ушел?», «Встреча эмоций». Постановка танца.</p>	4
Всего		8
ДЕКАБРЬ		
1	<p>Разучивание позиций ног: «бабочка» (1 п.), «стрекоза» (2 п.), «елочка» (3 п.), «стрелочка» (4 п.), «лодочка» (6 п.). Разучивание позиций рук: «луна» (подг. п.), «кораблик» (1 п.), «звездочка» (2 п.), «солнце» (3 п.). Закрепление видов ходьбы и прыжков. Разучивание новых видов шагов: боковой приставной шаг. Постановка танца. Игра – этюд.</p>	2
2	<p>Закрепление новых позиций ног и рук. Закрепление видов ходьбы и прыжков. Знакомство с прыжками на двух ногах: подскоки, галоп. Ритмические фантазии: гимнастика с лентами «Многоцветие осенней листвы». Постановка танца. Игра – этюд.</p>	2
3	<p>Закрепление позиций ног и рук. Закрепление видов ходьбы и прыжков. Портерная гимнастика: «поплавок», «качалочка». Разучивание танцевальных движений: притоп - веселый каблучок. Постановка танца. Игра – этюд.</p>	2
4	<p>Презентация «Карнавальные костюмы». Совершенствование ранее разученных видов ходьбы, прыжков и танцевальных движений. Постановка танца «Новогодний хоровод». Игра – этюд.</p>	2
Всего		8

ЯНВАРЬ

1-2	<p>Позиции ног (совершенствование).</p> <p>Позиции рук (совершенствование): «луна», «кораблик», «звездочка», «солнце».</p> <p>Виды шага (совершенствование): «топотушки», хороводный шаг, боковой хороводный шаг, высокий шаг.</p> <p>Закрепление танцевальных движений в «Новогоднем хороводе».</p>	4
3-4	<p>Разминка, перестроение парами</p> <p>Упражнение на развитие мышц шеи, плеча, кисти рук</p> <p>Закрепление танцевальных движений «пружинка», «пружинка» с поворотом, притоп - веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке, подскок с притопом на месте.</p> <p>Ритмические фантазии: упр. с султанчиками, «Метелица».</p> <p>Портерная гимнастика (закрепление): «поплавок», «качалочка».</p> <p>Совершенствование танцевальных движений в «Новогоднем хороводе».</p> <p>Выступление на утреннике.</p>	4
Всего		8

ФЕВРАЛЬ

1-4	<p>Повторение позиций ног и рук</p> <p>Разучивание позиций рук: «кулачки на бочок», «полочка».</p> <p>Совершенствование изученных видов шага; сужение, расширение круга.</p>	
	<p>Ознакомление: галоп вперед, боковой галоп лицом и спиной в круг по одному и в парах.</p> <p>Знакомство с танцевальным движением: «пружинка», «носочек-пяточка».</p> <p>Веселый тренинг («Достань мяч», «Соедини ладошки»).</p> <p>Игра-этюд для развития творческого воображения «Снег и ветер».</p>	8
Всего		8

МАРТ

1-2	<p>Совершенствование позиций ног (1- 6 позиции).</p> <p>Совершенствование позиций рук (1 -3 позиции).</p> <p>Разучивание видов шага: на носочках, пружинящий.</p> <p>Разучивание прыжков на одной ноге: «часики», простая моталочка.</p> <p>Психогимнастика: «Путешествие на сказочную планету».</p> <p>Постановка танца к весеннему празднику.</p>	4
-----	--	---

3-4	<p>Портерная гимнастика: «поплавок», «качалочка», «бабочка».</p> <p>Закрепление видов шага: на носочках, пружинящий.</p> <p>Закрепление прыжков на одной ноге: «часики», простая моталочка.</p> <p>Психогимнастика «Вежливый ребенок»- развивать выразительность жеста, выразить различные эмоции</p> <p>Постановка танца к весеннему празднику.</p>	4
Всего		8
АПРЕЛЬ		
1-2	<p>Закрепление позиций ног (1 - 4, 6) и рук (1-3)</p> <p>Закрепление видов шагов и прыжков, переменный шаг.</p> <p>Танцевальные движения: «пружинка», вертушка.</p> <p>Ритмические фантазии «Заводные игрушки».</p> <p>Специальные упражнения: (для укрепления мышц тазового пояса и мышц ног) «бабочка», «лягушка», «жучок», «зайчик».</p> <p>Постановка танца.</p>	4
3-4	<p>Закрепление позиций ног (1 - 4, 6) и рук (1-3)</p> <p>Закрепление видов шагов и прыжков, переменный шаг.</p> <p>Танцевальные движения: «каблучок», «ковырялочка», «пружинка» с поворотом, присядка, вертушка.</p> <p>Ритмические фантазии «Заводные игрушки».</p> <p>Специальные упражнения: (для укрепления мышц тазового пояса и мышц ног) «бабочка», «лягушка», «жучок», «зайчик».</p> <p>Постановка танца.</p> <p>Творческая игра (для развития выразительности танцевальных движений) «Свободный танец», «Танец огня».</p>	4
Всего		8
МАЙ		
1-2	<p>Презентация «От жеста к танцу»</p> <p>Закрепление позиций ног и рук.</p> <p>Закрепление видов шагов и прыжков, приставной шаг.</p> <p>Танцевальные движения: закрепление «пружинка», «пружинка» с поворотом, «ковырялочка».</p> <p>Ритмические фантазии: упражнение с обручами «Дружные ребята».</p> <p>Постановка танца.</p> <p>Портерная гимнастика (закрепление пройденного материала).</p> <p>Игра-этюд (для развития творческого воображения): «Рождение листочка».</p>	4

3-4	<p>Закрепление позиций ног и рук.</p> <p>Закрепление видов шагов и прыжков, приставной шаг с пружинкой, переменный шаг.</p> <p>Танцевальные движения: закрепление «пружинка», «пружинка» с поворотом, притоп-веселый каблучок, «ковырялочка».</p> <p>Ритмические фантазии: упражнение с обручами «Дружные ребята».</p> <p>Постановка танца.</p> <p>Портерная гимнастика (закрепление пройденного материала).</p> <p>Игра-этюд для развития творческого воображения: «Рождение листочка».</p>	4
Всего		8
ИЮНЬ		
4	<p>Повторение пройденного материала.</p> <p>Диагностика музыкально-ритмических навыков и умений детей.</p> <p>Тематический показ для родителей «Музыкальный калейдоскоп».</p>	5 2 1
Всего		8
За 1 год		72

Тематическое планирование занятий (группа 5 -6 лет)

№ п/п	Тема/ Месяц	Кол-во занятий
Неде- ли	ОКТЯБРЬ	
1	<p>Что такое танец? Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности.</p> <p>Диагностика с целью выявления уровня развития у детей ритмических движений, разнообразных двигательных и эмоциональных умений, способностей.</p>	4
2	<p>Определение посредством анкетирования родителей интереса и склонностей детей в сфере двигательной деятельности.</p> <p>Формирование групп детей.</p>	1
3-4	<p>Презентация «Мир танца»</p> <p>Ознакомление с позициями ног, рук.</p> <p>Закрепление видов шагов и прыжков, приставной шаг с пружинкой, переменный шаг, прыжки с отбрасыванием ног назад и выбрасыванием ног вперед.</p> <p>Закрепление танцевальных движений «пружинка», притоп-веселый каблучок.</p> <p>Партерная гимнастика (закрепление пройденного материала: «поплавок», «качалочка», «бабочка»),</p> <p>Игра-этюд для развития творческого воображения: «Рождение листочка»</p> <p>Ритмические фантазии: упр. с султанчиками, «Полет радужных салютиков».</p>	3
Всего		8
НОЯБРЬ		
1-2	<p>Беседа «Азбука танца»</p> <p>Закрепление позиций ног и рук.</p> <p>Ознакомление с видами ходьбы: шаг с припаданием.</p> <p>Прыжки на двух ногах: подскок на правой и левой ноге, прыжки с отбрасыванием ног назад и выбрасыванием ног вперед.</p> <p>Знакомство с танцевальным движением: «ковырялочка» .</p> <p>Партерная гимнастика (закрепление пройденного материала: «поплавок», «качалочка», «бабочка»).</p> <p>Специальные упражнения: укрепление позвоночника методом поворотов и наклонов в стороны - «маятник», «месяц», «муравей».</p> <p>Игра-этюд: (для развития внимания и слуха) «Жмурки с голосом», «Кто ушел?».</p> <p>Постановка танца: «Дождя не боимся».</p>	4

3-4	<p>Просмотр видеоматериалов «Движения и музыка» Закрепление позиций ног и рук. Ознакомление с видами ходьбы: шаги и кружение с припаданием. Прыжки на двух ногах: подскок на правой и левой ноге, прыжки с отбрасыванием ног назад и выбрасыванием ног вперед, ковырялочка на подскоке. Закрепление танцевальных движений: пружинка, пружинка с поворотом, каблучок. Партерная гимнастика (закрепление пройденного материала: «бабочка», «лягушка», «кошечка»).</p> <p>Специальные упражнения: укрепление позвоночника методом поворотов и наклонов в стороны - «стрекоза», «лисичка», «орешек».</p> <p>Игра-этюд: (для развития внимания и слуха) «Встреча эмоций», «Заряд бодрости».</p> <p>Постановка парного танца: «Ой, ты зимушка-зима» р.н.м..</p>	
Всего		8
ДЕКАБРЬ		
1-2	<p>Презентация «Рисунок танца» Разучивание позиций ног: «бабочка» -1 п., «стрекоза» - 2 п. и рук: «луна» - подготовительная. п., «кораблик- 1 п.. Разучивание видов шагов: боковой приставной шаг, переменный шаг. Прыжки на двух ногах: подскоки, галоп. Танцевальные движения: притоп - «ковырялочка» на прыжке, сложный каблучок. Ритмические фантазии: гимнастика с мячами «Капли дождя». Партерная гимнастика: «поплавок», «качалочка». Отработка танцевальных движений, рисунка парного танца: «Ой, ты зимушка-зима» р.н.м..</p>	4
3-4	<p>Закрепление и разучивание позиций ног: «бабочка» -1 п., «стрекоза» - 2 п., «елочка» -3 п., «стрелочка»- 4.п., «лодочка» -6 п. и рук: «луна» подготовительная. п. «кораблик- 1 п., «звездочка» - 2 п., «солнце» - 3 п.. Закрепление и разучивание видов шагов: боковой приставной шаг, переменный шаг, перекрестный шаг. Прыжки на двух ногах: «качели», «ножницы». Танцевальные движения: сложная «ковырялочка», «гармошечка». Ритмические фантазии: гимнастика с мячами «Снежные комочки». Партерная гимнастика: «поплавок», «качалочка», «лягушка». Выступление на новогоднем празднике с танцем: «Ой, ты зимушка-зима» р.н.м..</p>	4
Всего		8

ЯНВАРЬ

1-2	Просмотр видеоматериалов «Русские забавы» Закрепление позиций ног. Закрепление позиций рук : «луна», «кораблик», «звездочка», «солнце». Закрепление видов шага: боковой хороводный шаг, высокий шаг, переменный шаг, перекрестный шаг, шаг с притопом. Совершенствование прыжков на двух ногах: подскоки, галоп, «ножницы», вертушка. Закрепление танцевальных движений: «пружинка», «пружинка» с поворотом, притоп - веселый каблучок. Партерная гимнастика: «поплавок», «качалочка», «лягушка», «кошечка». Выступление в младших группах «Ой, ты зимушка-зима» р.н.м..	4
3-4	Просмотр видеоматериалов «Русские забавы» Закрепление позиций ног. Закрепление позиций рук : «луна», «кораблик», «звездочка», «солнце». Закрепление видов шага: хороводный шаг, боковой хороводный шаг, высокий шаг, переменный шаг, перекрестный шаг, шаг с притопом. Совершенствование прыжков на двух ногах: подскоки, галоп, «ножницы», вертушка. Закрепление танцевальных движений: «пружинка», «пружинка» с поворотом, притоп - веселый каблучок. Партерная гимнастика: «качалочка», «лягушка», «кошечка», сложный каблучок, «гармошечка». Постановка танца «Морячка».	4
Всего		8
ФЕВРАЛЬ		
1-2	Тематическая презентация «Армейские песни и пляски». Совершенствование позиций ног; Разучивание позиций рук: «кулачки на бочок», «полочка». Ознакомление с видами прыжков и перестроений: подскоки, боковой галоп лицом. Веселый тренинг («Насос», «Соедини ладошки») Партерная гимнастика: «кошечка», сложный каблучок, «гармошечка». Игра-этюд для развития творческого воображения «Конькобежцы», «Белые снежинки». Разучивание элементов танца «Барбарики» Постановка танцев «Морячка»;	4

3-4	<p>Совершенствование позиций ног; Закрепление позиций рук: «кулачки на бочок», «полочка». Ознакомление с видами шагов: боковой шаг- крестик. Ознакомление с видами прыжков: боковой галоп лицом и спиной в круг по одному и в парах, «веревочка». Веселый тренинг («Насос», «Соедини ладошки», «Цапля»)). Партерная гимнастика: «кошечка», сложный каблучок, «гармошечка». Игра-этюд для развития творческого воображения «Веселые фигуристы», «Метелица» Постановка танца «Барбарики». Выступление с танцем «Морячка» на тематическом занятии.</p>	4
Всего		8
МАРТ		
1-2	<p>Презентация «Широкая Масленица» Совершенствование позиций ног и рук. Разучивание видов шага: семенящий плавающий шаг, хороводный шаг косичка. Прыжки на одной ноге: «часики», «веревочка». Танцевальные движения: «моталочка», сложная «ковырялочка», сложный каблучок. Психогимнастика: «Хрустальная вода». Партерная гимнастика: «поплавок», «качалочка», «бабочка», «лягушка». Выступление с танцами «Барбарики», «Морячка» на празднике «Мамочка любимая»</p>	4
3-4	<p>Совершенствование позиций ног (1 - 4, 6) и рук (1 -3) позиций. Разучивание видов шага: семенящий плавающий шаг, хороводный шаг косичка. Закрепление прыжков на одной ноге: «часики», «веревочка». Танцевальные движения: сложный каблучок, верёвочка , вертушка. Психогимнастика: «Хорошее настроение». Партерная гимнастика: «качалочка», «бабочка», «лягушка». Разучивание элементов танца с воздушными шарами.</p>	4
Всего		8

АПРЕЛЬ		
1-2	<p>Беседа с видеоматериалами «Пробуждение природы»</p> <p>Игра-этюд (для развития творческого воображения): «Рождение листочка».</p> <p>Закрепление позиций ног (1 - 4, 6) и рук (1 - 3)</p> <p>Специальные упражнения для укрепления мышц тазового пояса и мышц ног: «бабочка», «лягушка», «жучок», «зайчик».</p> <p>Закрепление танцевальных движений вальса: поклон, поворот, махи руками, перестроение.</p> <p>Постановка танца с воздушными шарами.</p>	4
3-4	<p>Беседа с видеоматериалами «День Победы»</p> <p>Творческая игра (для развития выразительности танцевальных движений) «Бравые солдаты».</p> <p>Закрепление позиций ног (1 - 4, 6) и рук (1 - 3).</p> <p>Специальные упражнения для укрепления мышц тазового пояса и мышц ног: «бабочка», «лягушка», «жучок», «зайчик».</p> <p>Закрепление танцевальных движений вальса: поклон, поворот, махи руками, перестроение.</p> <p>Постановка танца с воздушными шарами.</p>	4
Всего		8
МАЙ		
1-2	<p>Закрепление позиций ног и рук.</p> <p>Закрепление видов шагов.</p> <p>Партерная гимнастика: «качалочка», «бабочка», «лягушка», «кошечка».</p> <p>Совершенствование танцевальных движений вальса: поклон, поворот, махи руками, перестроение.</p> <p>Разучивание элементов к танцу «Куда уходит детство...»</p> <p>Выступление на концерте ко «Дню Победы» с танцем.</p>	4
3-4	<p>Закрепление позиций ног и рук.</p> <p>Совершенствование видов шагов и прыжков.</p> <p>Партерная гимнастика : «поплавок», «качалочка», «бабочка», «лягушка», «кошечка».</p> <p>Игра-этюд (для развития творческого воображения): «Первые цветы».</p> <p>Разучивание танцевальных движений к композиции и постановка танца: «Куда уходит детство...»</p>	4
Всего		8

ИЮНЬ

4	Повторение пройденного материала. Диагностика музыкально-ритмических навыков и умений детей. Тематический показ для родителей «Музыкальный калейдоскоп»	5 2 1
		Итого 8
		За 1 год 72



«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ № 4

И.В.Тюрякова

2016г.

Учебный план программы по ритмике и танцу для детей 5-6 лет

Вид занятия	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в месяц	Кол-во занятий в год
Интегрированное занятие: - Развитие ритмических навыков; - Развитие танцевальных навыков; - Игровая деятельность для развития муз.слуха и внимания; - Развитие спец.физдвижений на полу (партерный станок)	2	8	72
Итого	2	8	72



«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ № 4

И.В.Тюрякова

2016г.

Учебный план программы по ритмике и танцу для детей 4-5 лет

Вид занятия	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в месяц	Кол-во занятий в год
Интегрированное занятие: -Развитие ритмических навыков; - Развитие танцевальных навыков; -Игровая деятельность для развития муз.слуха и внимания; -Развитие спец.физдвижений на полу (партерный станок)	2	8	72
Итого	2	8	72

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бриске И.Э. «Ритмика и танец» - Челябинск, 1993г.
2. Власенко Г. Создание танцев на основе игровых песен. – Самара, 1992. 4. Ритмическая мозаика. – СПб, 2004.
3. Генералова Л. Движение и музыка. – М., 1966.
4. Руднева С., Фиш С. Ритмика. Музыкальное движение. – М. 1982.
5. Никашина Г.А. «Практическое пособие по хореографии» - М.2002
6. Е.Черемнова «Танцетерапия» Танцевально - оздоровительные методики. Ростов 2008г.
7. Буренина А. И.«Коммуникативные танцы - игры для детей»
8. Коротаева С. СД диск «Арттерапия»
9. Шалар Т.О.«Практическое пособие по хореографии» -М.2004
10. Раевская Е.П. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду»- М.1991г.
11. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей №1» - СПб, 2003
12. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей №2» - СПб, 2003
13. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей №3» - СПб, 2003

Анкета для родителей

Просим Вас принять участие в опросе, который проводится с целью изучения Вашего мнения о музыкально-ритмическом развитии Вашего ребенка в семье. Ваши ответы помогут педагогу улучшить взаимодействие семьи и педагога по ритмике и танцам.

1. Ф.И.О. родителей _____

2. Ф.И. ребенка и его возраст _____

3. Умеет ли ребенок выражать свои эмоции через движение? _____

4. Как Ваш ребенок исполняет танцевальные движения и какие?:

1. С удовольствием (притопы, приставной шаг, переменный шаг....)
2. Выполняет движения ритмично, легко, выразительно, пластично, др.
3. К элементам какого танца ребенок проявляет интерес? (современным, народным, бальным, эстрадным? _____)

5. А Вы хотите видеть своего ребенка с правильной осанкой, развитым опорно-двигательным аппаратом, духовно и физически развитым....?

6. Тогда записывайтесь в кружок по дополнительному образованию «Веселая ритмика» _____ ДА _____ НЕТ (обведите или подчеркните)!

Спасибо!