

Департамент культуры города Москвы
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Москвы
«Детская школа искусств «Родник»



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУДО г. Москвы
ДШИ «Родник»
С.Ю. Нефедова

Направленность деятельности: художественная

Дополнительная общеразвивающая программа
«Ритмика»
(платные образовательные услуги)

Автор – составитель:
Педагог дополнительного
образования
ГБУ ДО г. Москвы ДШИ «Родник»

Охрименко О.П.

Срок реализации программы - 1 год
Возраст учащихся от 4 - 6 лет

Программа принята педагогическим советом
от «29» августа 2016 г.

Москва
2016 г.

Пояснительная записка

Музыкально – хореографическое образование имеет огромное значение в эстетическом воспитании учащихся. Сочетание музыки и движения открывает для ребёнка богатый мир добра, света, красоты. Хореографическое искусство является одним из предметов, входящих в систему дополнительного образования детей. В основе ритмики лежит изучение тех элементов музыкальной выразительности, которые наиболее естественно и логично могут быть отражены в движении.

Данная программа предназначена для учащихся отделения народный танец (платные услуги) ГБУДО г. Москвы ДШИ «Родник». Срок реализации программы 1 год. Общий объем курса – 54 часа.

Режим занятий – 2 раза в неделю по 0,75 часа.

Возраст обучающихся: 4-6 лет.

Форма обучения – групповое занятие.

Наполняемость группы: 4-12 человек.

АКТУАЛЬНОСТЬ разработки данной программы обусловлена необходимостью реализации концептуальных положений программы деятельности ГБУДО г. Москвы ДШИ «Родник», а также потребностью подбора различных ритмических движений в различных жанрах танцевального искусства в связи с возрастными особенностями детей.

ЦЕЛЬ программы: активизировать музыкальное восприятие детей через движение.

ЗАДАЧИ программы:

- *сформировать* у детей такие качества как внимание, собранность, целеустремлённость, работоспособность, творческое отношение к труду;
- *развивать* общие танцевальные данные, музыкальность, артистизм, творческие способности;
- *обучать* танцевальным элементам и технике исполнения;
- *воспитывать* творческую, всесторонне развитую личность;

Занятия ритмикой *способствуют* освоению элементов классического, народного и бального танцев, их характера и манеры исполнения.

При написании программы по предмету «Ритмика» автор программы опирался на методические пособия и исследования: Коновой Е.В. (Методическое пособие по ритмике.- М., «Музыка», 1978 г.), Лифиц И.В. (Ритмика. - М., 1992 г), Яновской В. (Ритмика. М., 1979г.).

Особенностью данной программы является потребностью подбора различных ритмических движений в различных жанрах танцевального искусства в связи с возрастными особенностями детей.

Основными направлениями образовательной деятельности по предмету «Ритмика» являются изучение и освоение следующих разделов:

1. Изучение и анализ характера музыкальных произведений, темпа и динамических оттенков в них.
2. Основные виды движений.
3. Элементы партерной гимнастики.
4. Гимнастические упражнения с предметами, без предметов.
5. Разучивание танцевальных жанров и их элементов на примере танцевальных композиций.
6. Музыкально-ритмические игры.

1. Изучение и анализ характера музыкальных произведений, темпа и динамических оттенков в них.

Работа по реализации данного раздела программы направлена на то, чтобы научит учащихся:

а) воспринимать характер музыки, чувствовать развитие музыкальных образов, отражать в движении характер музыки (весёлый, спокойный, энергичный, оживлённый, жизнерадостный и т. д.)

б) изменять характер движений в зависимости от изменения характера музыки.

в) понимать выразительное значение темпа музыки, разнообразных темповых изменений (медленно, умеренно, быстро, очень быстро).

г) выполнять движения в различных темпах, изменять темп движений в зависимости от музыки (смена контрастных темпов, постепенное ускорение или замедление темпа) сохранять устойчивость темпа движений по окончании звучания музыки.

д) воспринимать и различать различные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, громко, очень громко) и отражать их в движении. Выполнять движения различного объёма силы, размаха, эмоциональной яркости.

2. Основные виды движений.

В процессе изучения развивается физическая сила, выносливость и координация:

1) ходьба:

- спокойная ходьба (прогулка);
- на носках;
- на пяточках;

2) бег:

- лёгкий бег;
- стремительный бег;
- высокий бег;

3) боковой галоп

4) подскоки

5) приставной шаг

6) упражнение «каблучок»

7) упражнение «пружинка»

8) упражнение «лёгкие и тяжёлые руки»

9) упражнение «крылья бабочки»

10) упражнение «ветерок»

11) упражнение «змейка»

12) похлопывание простых ритмических рисунков

13) перестроение из одной шеренге в две

14) прыжки:

- подскоки с ноги на ногу («точка», «часики», «лесенка», «солнышко»).

-прыжки на двух ногах (на месте, с продвижением вперед, в кружении, на одной ноге, со сменой ног).

3. Элементы партерной гимнастики.

В процессе изучения используются также движения, как растяжка, выворотность, которые способствуют формированию у детей гибкости.

Элементы партерной гимнастики:

- упражнения для развития подвижности стопы;
- упражнение «складочка»;
- упражнение «кошечка»;
- упражнение «алёнушка»;
- упражнение «лягушка»
- упражнение «колечко»;
- упражнение «лодочка»;
- упражнение «велосипед»;
- упражнение «лодочка»;
- упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;

4. Гимнастические упражнения с предметами, без предметов.

Упражнения без предметов: гимнастические комплексы включающиеся упражнения для различных групп мышц, разного характера, исполняемые с разной степенью мышечного напряжения в зависимости от характера музыки и её выразительных средств плавные, мягкие и маховые движения рук.

Упражнения с предметами в соответствии с характером музыки: с мячами – подбрасывание, перебрасывание, перекачивание на плавную музыку; с обручами, скакалками, лентами, флажками. Быстро строиться в шеренгу, парами, рядами, ходить шеренгой, змейкой, цепочкой.

5. Разучивание танцевальных жанров и их элементов на примере танцевальных композиций.

Данный раздел программы предполагает, формирование музыкально-исполнительской культуры на основе восприятия музыки, развитие творческую активность детей, развитие выразительности, способности

непосредственно и искренне передавать эмоциональное содержание музыки и танца, повышение техники танцевальных движений;

В процессе реализации этого раздела изучаются:

Элементы русской народной пляски:

1. «Ковырялочка».
2. «Качалочка».
3. «Елочка».
4. «Козлик».
5. Притопы.
6. Полуприседание с выставлением ноги на пятку.

Элементы парных и бальных танцев:

1. Боковой галоп.
2. Шаг польки.
3. Выставление ноги на пятку или на носок.

Элементы классического танца:

1. Основные позиции ног.
2. Основные позиции рук.
3. Повороты на двух ногах по 6 позиции, по $\frac{1}{4}$ круга.

6. Музыкально-ритмические игры.

Музыкально-ритмические игры строятся на основных и танцевальных движениях. Они развивают восприятие музыки, двигательные навыки, творческие способности детей. В игре дети учатся выражать посредством движений свое отношение к музыке, создавать художественный образ.

Формы контроля.

Объектом повседневного контроля должны являться: наличный уровень знаний и умений, учебная работа учащихся, а также динамика их танцевально - музыкального развития. Основная форма контроля на занятии: наблюдение за самостоятельным выполнением учащимися заданий, отдельных танцевальных или танцевально-ритмических упражнений. Проверка знаний по определенным разделам программы проводится в конце каждого полугодия в виде контрольных занятий (открытых занятий).

Формами подведения итогов реализации образовательной программы могут являться: участие в концертной деятельности, отчетный концерт отделения.

Критерии оценки.

В качестве системы оценивания выбрана трёхуровневая система.

Минимальный уровень ставится, когда за время обучения ребёнок должен ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, начинает движение с подсказки педагога, а не сам. Сохраняет правильную осанку, но иногда не втягивает колени, сутулится, поднимает плечи, опускает подбородок. Выполняет некоторые виды танцевальных движений: шагов, бега, прыжковых движений, полуприседание с выставлением ноги на пятку, делает эти элементы с не дотянутыми стопами, коленями, корпусом и руками, не музыкально. Не запоминает порядок рисунка танца.

Средний уровень ставится, когда за время обучения ребёнок ритмично двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, передавать не сложный музыкально-ритмический рисунок, самостоятельно начинает движение после музыкального вступления. Сохраняет правильную осанку, выполняет виды танцевальных движений: шагов, бега, прыжковых движений, полуприседание с выставлением ноги на пятку, делает эти элементы иногда с не дотянутыми стопами, коленями, корпусом и руками. Выучить танцы состоящих из этих элементов.

Максимальный уровень ставиться, когда за время обучения ребёнок ритмично двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, передавать не сложный музыкально-ритмический рисунок, самостоятельно начинает движение после музыкального вступления. Сохраняет правильную осанку, выполняет виды танцевальных движений: шагов, бега, прыжковых движений, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Выучить танцы состоящих из этих элементов.

Параметры и критерии оценивания представлены в Таблице:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможно е кол-во баллов	Методы диагностики и
<p>I. Практическая подготовка</p> <p>1. Качество исполнения танцевальных композиций</p>	<p>-Умение самостоятельно использовать танцевальные элементы -Умение ориентироваться в пространстве. -Умение правильно выполнять основные танцевальные движения.</p>	<p>1. <u>Минимальный уровень:</u> - учащийся недостаточно хорошо ориентируется в пространстве; - сохраняет правильную осанку, но иногда не втягивает колени, сутулится, поднимает плечи, опускает подбородок; - выполняет некоторые виды танцевальных движений: шагов, бега, прыжковых движений, но делает эти элементы с не дотянутыми стопами, коленями, корпусом и руками, не музыкально; - не держит интервалы.</p> <p>2. <u>Средний уровень:</u> - ребенок ориентируется в пространстве, ритмично двигается</p>		<p>Просмотр</p>

		<p>соответствии с разнообразным характером музыки, передает не сложный музыкально-ритмический рисунок; - самостоятельно начинает движение после музыкального вступления; - сохраняет правильную осанку, выполняет виды танцевальных движений: шагов, бега, прыжковых движений, делает эти элементы иногда с не дотянутыми стопами, коленями, корпусом и руками.</p> <p><u>3 Максимальный уровень:</u></p> <p>- ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренных программой за конкретный период;</p> <p>- свободно ориентируется в пространстве;</p> <p>- ритмично двигается в соответствии с разнообразным</p>		
--	--	---	--	--

<p>2. Творческие навыки</p>	<p>- Умение импровизировать при воплощении сценического образа.</p> <p>- Развитость навыков сценического общения.</p> <p>- Умение создавать сценический образ.</p>	<p>характером музыки;</p> <p>- передает не сложный музыкально-ритмический рисунок;</p> <p>- самостоятельно начинает движение после музыкального вступления;</p> <p>- сохраняет правильную осанку, выполняет виды танцевальных движений: шагов, бега, прыжковых движений.</p> <p>1. <u>Начальный уровень:</u></p> <p>- ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога;</p> <p>- ребенок не готов к импровизации, испытывает трудности при создании сценического образа.</p> <p>2. <u>Репродуктивный уровень:</u></p> <p>- выполняет задания на основе образца;</p>		<p>Просмотр</p>
-----------------------------	--	--	--	-----------------

		<p>-ребенок пробует импровизировать, точно выполняет поставленные движения;</p> <p>- обладает умениями сценического общения.</p> <p>3. <u>Творческий уровень:</u></p> <p>- выполняет практические задания с элементами творчества;</p> <p>- свободно импровизирует, предлагает новые варианты исполнения, раскрепощен;</p> <p>- владеет навыками сценического общения.</p>		
<p>III. Общеучебные умения и навыки ребенка.</p> <p>1. Умение слушать и слышать педагога.</p>	<p>- Адекватность восприятия информации, идущей от педагога.</p> <p>-Внимательность ребенка.</p>	<p>1. <u>Минимальный уровень:</u></p> <p>- ребенок с трудом воспринимает информацию от педагога, отвлекается.</p> <p>2.<u>Средний уровень:</u></p> <p>- ребенок хорошо воспринимает материал.</p> <p>3.<u>Максимальный уровень:</u></p> <p>- ребенок с</p>		Наблюдение

		удовольствием слушает педагога, с удовольствием воспринимает материал и занимает активную позицию на занятиях.		
--	--	--	--	--

Результатом работы будет: приобщение ребенка к миру искусства, развитие его творческих способностей, развитие и совершенствование двигательных навыков, которые к концу учебного года должны стать более выразительными, координированными, а главное музыкально-ритмичными.

Также работа педагога и развитие двигательных навыков детей оцениваются родителями и администрацией школы на открытых занятиях, праздничных мероприятиях (таких как новый год, 8 марта, отчетный концерт отделения), а также на контрольных занятиях в середине и конце учебного года.

Диагностика

В начале и в конце учебного года проводится диагностика развития двигательных навыков ребенка. В начале года выявляется уровень развития двигательных навыков. Он сравнивается с уровнем развития двигательных навыков, которым должен обладать ребенок данного возраста. В конце года выявляется уровень достижений и соответствие развития двигательных навыков возрастным нормам.

Способы диагностики: диагностика осуществляется следующими методами: наблюдение, беседа. Результаты диагностики фиксируются и анализируются.

Ожидаемые результаты

Предполагается, что за время обучения:

- *сформируются* у детей такие качества как внимание, собранность, целеустремленность, работоспособность, умение работать в коллективе;
- *разовьются* общие танцевальные данные, музыкальность, артистизм, техники исполнения танцевальных элементов;

Занятия ритмикой будут *способствовать* освоению элементов классического, народного, бального танца их характера и манеры исполнения.

Учебно-тематический план.

Название темы	Количество теоретических часов	Количество практических часов	Всего
1. Вводное занятие (организационный момент).	0,75	—	0,75
2.Изучение средств музыкальной выразительности.	3,75	5	8,75
3. Основные виды движений.		12	12
4.Элементы партерной гимнастики.	—	8,5	8,5
5. Гимнастические упражнения с предметами без предметов.	—	7	7
6. Музыкальные имитационные игры и упражнения.	—	5	5
7. Танцевальные этюды, танцы.	—	9	9
Итого	4,5ч	46,5ч	51ч
Организационные и итоговые мероприятия, открытые занятия, выступление	—	3	3
Итого	4,5ч	49,5ч	54ч

Структура занятий

№	Наименование разделов занятий	Количество минут
1	Вводная часть.	2мин
2	Теоретическая часть.	5мин
3	Основная часть (практическая).	13мин
4	Элементы партерной гимнастики.	7 мин
5	Гимнастические упражнения с предметами без предметов.	5 мин
6	Постановочная работа.	6мин
7	Музыкальные, имитационные игры и упражнения.	5мин
8	Заключительная часть.	2мин
	Итого	45мин

Структура составлена из расчёта продолжительности занятия 0,75 часа.

Содержание занятий

1. Вводная часть.

Приветствие. Цели и задачи занятия. Инструктаж по технике безопасности, цели и задачи занятия.

2. Теоретическая часть.

Воспринимать характер музыки, чувствовать развитие музыкальных образов, отражать в движении характер музыки (весёлый, спокойный, энергичный, оживлённый, жизнерадостный и т. д.); изменять характер движений в зависимости от изменения характера музыки; понимать выразительное значение темпа музыки, разнообразных темповых изменений (медленно, умеренно, быстро, очень быстро); выполнять движения в различных темпах, изменять темп движений в зависимости от музыки (смена контрастных темпов, постепенное ускорение или замедление темпа) сохранять устойчивость темпа движений по окончании звучания музыки.

3. Основная часть (практическая).

Изучение основных движений, построений и перестроений средствами музыкальной выразительности.

- ходьба и (на носках, пятках, высоко поднимая колени)
- бег по кругу
- боковой галоп
- подскоки
- приставной шаг
- упражнение «каблучок»
- упражнение «пружинка»
- упражнение «лёгкие и тяжёлые руки»
- упражнение «крылья бабочки»
- упражнение «ветерок»
- упражнение «змейка»
- различные виды прыжков
- похлопывание простых ритмических рисунков

- перестроение из одной шеренге в две
- основные позиции рук в классическом танце
- основные позиции ног в классическом танце

4. Элементы партерной гимнастики:

- упражнения для развития подвижности стопы;
- упражнение «складочка»;
- упражнение «кошечка»;
- упражнение «алёнушка»;
- упражнение «лягушка»
- упражнение «колечко»;
- упражнение «лодочка»;
- упражнение «велосипед»;
- упражнение «лодочка»;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;
- упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;

5. Гимнастические упражнения с предметами без предметов.

а) упражнение с предметами:

- мячами;
- кубиками;
- скакалкой;
- бубнами;
- обручами;
- флажками

б) упражнения на равновесие:

- «ласточка»;
- «цапля»;

в) упражнения на координацию.

6. Постановочная работа.

Хоровод «зимняя фантазия», пляска «смени пару», танец «игрушки в магазине»

7. Музыкальные, имитационные игры и упражнения.

Игра «По своим местам», «История про сороконожку», двигательная игра «Угадай и догони».

8. Заключительная часть.

Подведение итогов занятия.

Ожидаемые результаты

Предполагается, что по окончании обучения учащиеся приобретут навыки и умения выполнения: бокового галопа, подскоков, приставного шага, упражнений «каблучок», «пружинка», «лёгкие и тяжёлые руки», «крылья бабочки», «ветерок», «змейка», различных видов прыжков, похлопывание простых ритмических рисунков, перестроение из одной шеренге в две, основные позиции рук и ног в классическом танце. Познакомятся с элементами классического танца, бального танца. Дети также познакомятся с элементами игрового творчества это музыкальные игры, сюжетно-образные задания.

Методическое обеспечение программы.

1. Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса. Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;

- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного, бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой.
5. Игровой метод способствует развитию двигательных навыков, творческих способностей; выявляет характер: смелость, активность, сообразительность, находчивость, быстроту реакции

Материально-техническое обеспечение.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- аккомпанемент концертмейстера;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи,
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером – коврик);

Используемая литература

1. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.- М., 1997г.
2. Конорова Е.М. Методическое пособие по ритмике.- М., «Музыка», 1978 г.
3. Лифиц И.В. Ритмика. - М., 1992 г
4. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поем, играем, танцуем дома и в д\с. - Ярославль, «Академия развития», 1996 г.
5. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль, «Академия развития», 2001 г.
6. Савинкова О.В., Полякова Т.А. Раннее музыкально-ритмическое развитие детей - методическое пособие.
7. Федорова Г.П. Танцы для детей. - С-П., «Детство-пресс», 2000 г.
8. Франио Г. С. Ритмика в детской музыкальной школе.- М., «Пресс-Соло», 1997г.
9. Франио Г.С. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей.- М., «Музыка», 1990г.
10. Чибрикова-Луговская А.Е. Музыкальное и физическое развитие на занятиях ритмикой. - М., Классике Стиль, 2003 г.
11. Яновская В. Ритмика. Москва 1979г.
12. Школа танца для юных. М., «Эксмо», 2003 г.
13. Кассета: музыкально-ритмические движения «Бесконечная сказка».