

Департамент образования Администрации городского округа Самара
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества «Восход» г.о. Самара

443080, город Самара, улица Блюхера, 23, тел/факс: 8(846)2240819, e-mail: voshod97@yandex.ru



«Утверждаю»

Директор МБУ ДО «ЦДТ «Восход» г.о. Самара
Ф.В. Городецкая

Программа рассмотрена на
методическом (педагогическом) совете
Протокол № 1 от 30.07.2021.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«РИТМИКА»**

(музыкально-ритмические движения: ознакомительный уровень)

Возраст детей: 5-7 лет

Срок реализации 1 год

Ф.И.О., должность разработчика
программы:

**Севостьянова Юлия
Александровна**

педагог дополнительного
образования

г. Самара, 2021

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия хореографией не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Предмет хореография способствует развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Программа «Ритмика» является начальным этапом изучения хореографии детей дошкольного возраста. На уроках ритмики происходят первые соприкосновения с музыкой, развивается внимание, музыкальная память, чувство ритма, умение двигаться под музыку. Между тем ритмика обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие не только музыкальных, двигательных навыков, но и прививает основы нравственной культуры: основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дает представления об актерском мастерстве; и, вместе с тем учит сохранять и укреплять здоровье.

1.1 Направленность программы: художественная.

1.2 Нормативно правовая база:

1. Данная программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, нормативных документов и учебно-методического обеспечения реализации программы;
2. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2 Концепции развития дополнительного образования детей (Утверждена Распоряжением правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726 – р);
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
4. Стратегии развития и воспитания в российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996 – р);
5. Приказ Министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019г. № 262 – од «Об утверждении Правил персонифицированного

финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата ПФДО детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;

6. Методическим рекомендациям по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242;
7. Методическим рекомендациям по разработке дополнительных общеобразовательных программ» Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015г. № МО – 1609-01/826-ТУ;
8. Методическим рекомендациям по разработке и оформлению модульных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, включенных в систему ПФДО (разработанные ГБОУ ДО СО «Самарский Дворец детского и юношеского творчества», Региональным модельным центром дополнительного образования детей в Самарской области).

1.3.Актуальность программы: обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, к укреплению психического и физического здоровья, к получению общего эстетического, морального и физического развития. Необходимо отметить, что движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам.

Начиная заниматься ритмикой в детском возрасте, можно предотвратить возникновение негативных установок, изменить образ мыслей, улучшить отношение к окружающим. Таким образом, танец является чем-то большим, чем просто движением под музыку. Танец способствует всестороннему развитию ребенка, его ритмических движений и более успешной работе мозга, а сам процесс занятий ритмикой приносит детям истинную радость и способность к самовыражению в творчестве.

1.4.Новизна программы

Новизна данной программы «Ритмика» заключается в том, что по форме организации процесса она является модульной. Также программа основывается на новом направлении в здоровьесберегающих технологиях для дошкольников, в основе которых лежат двигательные действия, поддерживающие на определенном уровне работу сердечнососудистой, дыхательной и мышечной

систем, а также вестибулярного аппарата. Урок построен в игровой форме это связано с возрастными особенностями учащихся, при этом в программу включено изучение элементов русского народного танца.

Дошкольник 5-7 лет – это человек с богатым и разнообразным эмоциональным миром. В этом возрасте у ребёнка активно формируются нравственные эстетические категории. Достаточно хорошо ребёнком понимаются правила поведения, запрета, но не всегда ещё достаточен контроль чувств и желаний. В этом возрасте очень развито воображение. Дети часто одухотворяют природу, приписывают неодушевлённым вещам способность мыслить и чувствовать. К концу дошкольного возраста формируется познавательный интерес к изучению окружающего мира и «образ себя», а также, основы волевой регуляции, инициативности, самостоятельности. Активно развивается самооценка – важная форма самосознания. Критерии, используемые ребёнком при самооценке, в значительной мере зависят от педагога. Познавательная потребность – одна из наиболее значимых и заметных в этом возрасте. Мотивом деятельности нередко выступают и мотивы личных достижений, самолюбие, самоутверждение. Актуальные потребности теснейшим образом переплетаются с импульсивной активностью. Она побуждает и ассоциативную речь ребёнка.

Обучение детей ритмике и развитие у них на этой основе творческих способностей требует от педагога не только знаний соответствующей методики, но и предполагает наличие у него правильного представления о танце, как художественной деятельности, виде искусства.

1.5. Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых педагогических технологий основанных на импровизации и игре. Это связано с тем, что дошкольный возраст справедливо называют возрастом игр. В игре воображение ребёнка не только копирует, но и создаёт, преобразует, творит. Психологи называют игру ведущей деятельностью дошкольника, подчёркивая при этом, что именно играя, ребёнок овладевает умением обобщать, анализировать и припоминать то, что нужно в данный момент. В процессе игры ещё более развивается память, творческая фантазия, воображение, образное мышление, расширяются ассоциативные связи, развивается речь ребёнка. Учитывая все возрастные особенности, урок проводится в игровой форме, и основан на изучении и исполнении простейших танцевальных движений, а так же проявления своего творческого мышления в упражнениях импровизационного характера.

1.6. Цель программы: создание условий для раскрытия индивидуальных возможностей и творческих способностей ребёнка в процессе занятий ритмикой.

Задачи программы:

Образовательные:

- ознакомление воспитанников с элементарными танцевальными движениями
- формирование навыков правильного и выразительного и методичного исполнения движений;
- формирование танцевальных знаний, умений и навыков на основе овладения и освоения танцевальных движений включенных в программный материал;
- использование приёма импровизации, как метода личного и хореографического исследования.

Развивающие:

- развитие способности принимать и сохранять учебную задачу;
- развитие основных физических качеств (силы, выносливости, ловкости, координации движений);
- развитие двигательных качеств и умений (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости.), изучение танцевальных элементов;
- развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- учить сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных задач.

Воспитательные:

- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе, взаимоуважения;
- воспитание положительного отношения к искусству танца;
- формирование внешней и внутренней культуры воспитанника;
- воспитание настойчивости, целеустремленности, чувства
- высокой ответственности за коллектив;
- воспитывать чувство эмпатии и сопереживания, эмоционально-нравственной отзывчивости;
- воспитывать умение доводить начатое дело до конца;
- воспитывать у детей опыт творческой деятельности и поведения в условиях конкуренции.

Целостность образовательного процесса обеспечивается подчинённостью всех целей одной общей и достигается через содержание программы. Данная

образовательная программа создаёт условия и образовательную среду для раскрытия природных хореографических данных воспитанников, тем самым помогает приобщению детей к ценностям культуры.

1.7. Ожидаемые результаты реализации программы.

по окончании реализации программы, обучающиеся должны

Знать:

1. Правила поведения в объединении, правила техники безопасности;
2. Главную цель работы в объединении;
3. Знать правила постановки корпуса;
4. Положение рук на талии;
5. Позиции ног (прямая 6, свободные)
6. Взаимосвязь движения, ритма и музыки;
7. Название основных музыкально-ритмических движений движений и их элементов;
8. Иметь представление о двигательных функциях отдельных частей тела (головы, плеч, рук, ног, корпуса)
9. Различные виды шага и бега;
10. Терминологию партерного экзерсиса;
11. Элементарные движения русского танца («гармошка», «елочка», «ковырялочка», хлопки, притопы);
12. Правила сценического поведения.
13. Простейшие музыкальные понятия, понимать характер музыкального образа;
14. Знание точек танцевального зала (координация в пространстве);
15. Разновидности пространственного рисунка.

Уметь:

1. Правильно и красиво двигаться в такт музыки;
2. Вовремя начинать и заканчивать движения;
3. Чувствовать характер музыки и передавать его в движении;
4. Ориентироваться в пространстве: определять и использовать основные рисунки, направления в движении; уметь самостоятельно размещаться в танцевальном зале;
5. Методично выполнять элементарные движения русского танца;
6. Исполнять упражнения партерного экзерсиса;
7. Быстро и чётко реагировать на замечания педагога;
8. Координировать движения;
9. Исполнять этюды, танцевальные композиции и танцы.

10. Передать особенности музыкального сопровождения по средствам танцевальных движений;
11. Правильно и выразительно выполнять основные движения под музыку, танцевальные элементы, характерные и образные движения;
12. Улучшить показатели основных физических данных: подъем, выворотность, гибкость вперед, назад, шаг, прыжки др.;
13. Держать интервал, перестроение в круг, в 2 круга, из круга в шахматном порядке, в колонны;
14. Быть частью общего танцевального действия;
15. Исполнить танцевальный этюд;
16. Исполнять движения совместно, согласовано, соразмеряя свою художественную индивидуальность с индивидуальностью остальных членов ансамбля.

1.8. Возрастные особенности детей 5-7 лет

Программа рассчитана на учащихся 5-7 лет. Для реализации программы важно не только содержание, но и то, каким способом ввести ребенка в таинственный мир, именуемый «искусство». В основе работы лежит индивидуальный подход к воспитанникам, учитываются различные параметры: характер, физическое, эмоциональное состояние, настроение ребёнка, его желания. Возрастные особенности детей диктуют методы и средства обучения. При восприятии учебного материала дети 5-7 лет склонны обращать внимание на яркое, эмоционально окрашенное. Поэтому на занятиях необходимо сочетать сразу несколько приёмов обучения: игру, рассказ, показ, музыкальное сопровождение. Ведущей деятельностью в этом возрасте является игра, это определяет метод обучения. В результате игрового процесса возникает некая модель реальности, созданная воображением ребенка. Здесь существует действительность и вымысел, условность и безусловность, волшебство превращения. Игра развивает в детях творческие способности, что необходимо для высокого исполнительского уровня танцевальных номеров. Немаловажен эмоциональный фактор, который роднит игру и искусством. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Возрастная слабость нервной системы дошкольников является причиной быстрого утомления от однообразной деятельности. В связи с этим, на занятиях необходима достаточно частая смена видов упражнений. Незавершённость развития опорно-двигательного аппарата создаёт предпосылки как для правильного так и для неправильного его формирования.

Поэтому педагогу необходимо уделять внимание укреплению мышц спины. Обогащение двигательного опыта ребёнка, разнообразие статических упражнений способствует совершенствованию мышечной системы. На занятиях ритмикой необходимо переобуваться в чешки, надевать носочки или даже заниматься босиком. Мышцы стоп при этом испытывают дополнительное напряжение, что ведёт к их укреплению и правильному формированию свода стопы.

1.9.Сроки реализации программы. Режим работы

Занятия проводятся 2 раза в неделю, по 2 академических часа. Наполняемость группы 15 учащихся. Программа реализуется за 1 учебный год в количестве 144 учебных часов.

1.10.Формы, методы обучения и педагогические технологии

Процесс обучения предусматривает использование следующих методов:

- наглядный: демонстрация движений педагогом, просмотр видеоматериалов;
- репродуктивный: непосредственное повторение движений за педагогом;
- практический: самостоятельное исполнение движений с целью их закрепления;
- словесный: устное объяснение теоретического материала, корректировка движений.

Форма взаимодействия ученика и педагога происходит путем практического показа и словесных объяснений. Педагогу необходимо четко определять баланс в сочетании этих двух методов. Излишнее и подробное словесное объяснение может привести к потере внимания учащихся, вызовет скуку на занятии. В то же время нельзя ограничиваться только практическим показом, в этом случае дети воспринимают материал подражательно и неосознанно.

В ходе реализации программы используются следующие современные образовательные технологии:

1. Игровые;
2. Здоровьесберегающие;
3. Личностно-ориентированные;
4. Информационно-коммуникативные;
5. Сотрудничества и соавторства;
6. Коллективного творческого дела.

Данная программа реализуется с учетом следующих принципов:

1. Принцип гуманизации и демократизации предлагает:

- исключение авторитарных форм воздействия на ребёнка и критики;
- творческий союз и соавторство педагога и ребёнка, при котором учитываются индивидуальные вкусы и интересы детей;
- создание установки: «Я всё сумею, всё смогу!», творческую заинтересованность и активность детей.

2. Принцип лично – ориентированного подхода предлагает индивидуальный подход к каждому ребёнку. Роль педагога – не «переделать», не навредить ребёнку, а способствовать развитию неповторимости и индивидуальности.

3. Принцип субъективности предлагает восприятие ребёнка, как субъекта. Роль педагога заключается в оказании помощи в осознании ребёнком своего «Я», нахождении контакта с окружающим миром и людьми.

4. Принцип вариативности предполагает создание условий для самостоятельного, свободного выбора ребёнком способов самореализации и формы участия в деятельности коллектива.

5. Принцип систематичности и последовательности заключён в подаче материала от «простого к сложному», в углублении проблемы.

6. Принцип природосообразности предлагает учитывать возрастные и психологические особенности детей.

- Учета возрастных и индивидуальных особенностей личности обучающегося;
- Показа личной значимости учебно-творческой деятельности;
- Оптимального сочетания теории и практики;
- Наглядность работы, демонстрация процесса обучения.

Программа составлена на год обучения, в ней предусмотрен круг познавательных, теоретических и практических задач.

В ходе организации образовательного процесса учитываются возрастные физиологические особенности детей. Именно с их учетом планируется режим, структура и темп занятий.

1.11. Формы подведения итогов реализации программы.

Основными формами контроля знаний и умений воспитанников являются выступления детей на праздниках, досугах, а так же проведение открытых уроков.

Главный показатель – личностный рост каждого ребенка, его творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству.

Способы фиксации результатов:

1. Составление диагностической карты «оценка результатов усвоения программы»
2. Диагностика проводится в форме открытых занятий в конце учебного года («Праздник танца»). Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка.

Критериями оценки усвоения программы являются следующие:

- восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать);
- элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок);
- развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, выворотность, шаг, стопа, баллон, апломб, вестибулярный аппарат);
- знание элементарных танцевальных понятий;
- степень усвоения танцевального репертуара.

1.12. Учебно-тематический план.

№	Название модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Ритмика. Учебно-тренировочная работа	20	50	70
2	Ритмика. Ориентировка в пространстве	14	30	44
3	Музыкально–ритмические игры	10	20	30
	Итого	44	100	144 часов

II. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЕЙ.

Модуль №1 «Ритмика. Учебно-тренировочная работа».

Реализация данного модуля направлена на развитие природных данных у детей, подготовку двигательного аппарата к сложным движениям, а также формирование у учащихся интереса к народным танцам через знакомство с основными элементами русского танца

Цель модуля: включить все тело в активное движение, разогреть мышцы, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Научить детей двигаться под музыку.

Задачи модуля:

1. работа над постановкой корпуса. (формирование правильной осанки)
2. изучить основные танцевальные ходы, танцевальный бег, основные танцевальные упражнения.
3. научить элементам русского танца и характерным чертам исполнения.
4. совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение».
5. изучить правила выполнения упражнений, последовательность, образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Ожидаемые результаты модуля

Знать:

1. Правила поведения в объединении, правила техники безопасности;
2. Главную цель работы в объединении;
3. Знать правила постановки корпуса
4. Положение рук на талии;
5. Позиции ног;
6. Название основных музыкально-ритмических движений и их элементов;
7. Иметь представление о двигательных функциях отдельных частей тела (головы, плеч, рук, ног, корпуса);
8. Терминологию партерного экзерсиса;
9. Элементарные движения русского танца («гармошка», «елочка», «ковырялочка», хлопки, притопы);

Уметь:

1. Взаимосвязывать движения, ритм и музыку;
2. Правильно выполнять различные виды шага и бега;
3. Методично выполнять элементарные движения русского танца;
4. Исполнять упражнения партерного экзерсиса.

Учебно-тематический план модуля

«Ритмика. Учебно-тренировочная работа».

№	Название темы	Количество часов			Аттестация
		Теория	Практика	Всего	
1	Развитие	2	8	10	Практический

	«мышечного чувства»				показ
2	Партерный экзерсис.	8	12	20	Практический показ
3	Музыкально-ритмические упражнения	2	8	10	Практический показ
4	Освоение элементарных танцевальных движений.	8	12	20	Практический показ
5	Обобщение и закрепление пройденного материала.	2	8	10	Практический показ
	Итого	22	48	70	

Содержание модуля.

Данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы, определяются основные правила этики, безопасности и гигиены, а также происходит знакомство с детьми.

1 Развитие «мышечного чувства».

- движения для головы (повороты, наклоны, смещения, круговые движения);
- движения плеч (вверх, вниз, вперёд-назад, круговые – вперёд-назад); - движения рук (сжатие и разжимание кулака, движение кисти вперёд-назад по кругу, вниз-вверх, сгибание в запястье, сгибание руки в локте, натяжение и расслабление рук – «деревянные» и «тряпичные» руки и т. д.);
- движения корпуса: наклоны вперёд-назад, в стороны, круговые движения; равновесие на одной ноге: «журавлик»;
- подготовка к прыжкам: «пружинка», полуприседание и подъём на полупальцы.
- поднимание согнутой в колене ноги.
выставление ноги на носок.

2 Партерный экзерсис.

- упражнения для стоп (натяжение и сокращение стоп одновременное и попеременное, круговое движение);

- наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, стопы вывернуты, стопы сокращены, ноги в положении «лотос», колени на полу);
- упражнения из положения «лёжа на спине» (броски поочерёдно и вместе двумя ногами, «разножка», «велосипед», «плуг»);
- упражнения в положении «лёжа на животе» (поднимание ног вместе и поочерёдно, поднимание плеч, «лодочка», «пловец», «коробочка», «фонарик»);
- упражнения для развития выворотности («бабочка», «лягушка»)
- упражнения на развитие шага.

3 Музыкально-ритмические упражнения.

- Упражнение 1. Учащиеся должны прослушать музыку, пропеть, отхлопать ладонями затем выполнить ритмический рисунок ногами в движении вперед и назад.
- Упражнения 2. Музыкальный размер 2/4. «Раз» - сильная доля, «Два» - слабая. В предмете «ритмика» размеры тактов принято выражать специальными движениями рук – «тактирование». Исходное положение - поднять руки вверх для всех видов тактирования.

А. «1» - опустить обе руки вниз сильными движениями, сжимая кисти в кулаки.

«2» - поднять мягкие, свободные руки вверх. Выполнять это несколько раз.

Б. Музыкальный размер 2/4 можно тактировать и движениями ног, ходьбой с акцентами, танцевальными движениями. Первый шаг соответствующий сильной доле и его надо сделать со стуком в пол, второй – мягче.

В. Соединить движения руками с движениями ногами. Все виды тактирования и ритмические упражнения руками следует исполнить в построении по кругу. Тренировать до абсолютной точности исполнения. При верном исполнении можно несколько убыстрить или замедлить темп сопровождения, но делается это только тогда, когда группа справляется с основными заданием.

- Упражнение 3. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$.

А. «раз» - руки сильно опустить вниз, сжимая кулаки;

«два» - руки свободно и легко развести в стороны;

«три» - руки поднять вверх с хлопками.

Б. Выполнить тактирование на $\frac{3}{4}$ несколько раз, запомнить.

В. Выполнить тактирование на $\frac{3}{4}$ в ходьбе: первый шаг с акцентом, два последующих – мягко. (Акцент будет переходить с одной ноги на другую).

Г. Соединить упражнения Б и В.

4 .Освоение элементарных танцевальных движений.

- шаги танцевальные, с носка

- переменный шаг вперед
- притоп - удар всей стопой
- 4 шаг с притопом в сторону
- тройной притоп
- «Гармошка», «Елочка», «Ковырялочка» (поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблук в открытом положении, без подскоков)
- боковые шаги с вынесением ноги на каблук
- полуприседания
- упражнения на развитие подвижности стоп (носок – каблук).
- шаг с подниманием колена
- ход на полупальцах
- ход на пятках
- ход на внутреннем и внешнем ребре стоп
- танцевальный бег
- подскоки
- галоп
- прыжки (с вытянутыми стопами, поджатые, из положения «лягушка».
- бег «лошадки» - высоко поднимая колени,
- «ножницы» - с выбросом ног вперёд, с захлёстыванием голени.
- прыжки по 6-й позиции: «мячик», «маятник», с поворотом, сочетание прыжков, с поджатыми ногами, хлопками.

5 Обобщение и закрепление пройденного материала.

повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения.

Модуль №2 «Ритмика. Ориентировка в пространстве».

Реализация данного модуля направлена на расширение навыков освоения пространственного рисунка.

Цель модуля: свободное передвижение учащихся по залу, умение строится в заданный рисунок, а так же перестраиваться в другой.

Задачи модуля:

1. научить различать правую, левую ноги, руки и плечи;
2. научить поворотам вправо и влево;
3. изучить движение по линии танца и против линии танца;
4. изучить движение по диагонали;
5. изучить перестроения из одного рисунка в другой.

Ожидаемые результаты модуля

Уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- держать интервал, перестроение в круг, в 2 круга, из круга в шахматном порядке, в колонны и тд;
- слушать педагога, быть внимательным при выполнении заданного материала;
- самостоятельно размещаться и перемещаться по залу.

Знать:

- отличие правой и левой стороны;
- правила перестроения.

Учебно - тематический план модуля

«Ритмика. Ориентировка в пространстве»

№	Название темы	Количество часов			Аттестация
		Теория	Практика	Всего	
1.	Основные понятия левой правой сторон.	2	2	4	Практический показ
2.	Основное построение групп.	2	2	4	Практический показ
3.	Простые движения по линии танца, против линии танца.	2	4	6	Практический показ
4.	Построения в колонну в шеренгу.	2	4	6	Практический показ
5.	Построение в круг.	2	4	6	Практический показ
6.	Свободное размещение по площадке.	2	4	6	Практический показ
7.	Движение в рисунках.	2	10	12	Практический показ
	Итого	14	30	44	

Содержание модуля:

- различение правой, левой ноги, руки и плеч;
- повороты вправо и влево;
- движение по линии танца и против линии танца;
- движение по диагонали.

Построения и перестроения.

- в колонну по одному;
- в пары и обратно;
- круг;
- сужение и расширение круга;
- свободное размещение в зале;
- «воротца»;
- «паровозик»;
- «змейка»;
- «ручеек»;
- из колонны в шеренгу.

Модуль № 3 «Музыкально-дидактические игры».

Реализация данного модуля направлена на выработку выразительности, точности и индивидуальности в манере исполнения упражнений.

Цель модуля: Передавать различными формами движения динамические акценты музыки, отрывистость, связность и плавность входящей и исходящей линии мелодии. Освоение подражательных движений, игр под музыку. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Задачи модуля:

1. познакомиться с музыкально – дидактическими играми
2. изучить игры на развитие воображения
3. научиться двигаться в соответствии с характером музыки
4. научиться импровизировать на музыкальные темы

Ожидаемые результаты модуля

Знать:

- элементарные танцевальные движения;
- взаимосвязь движения ритма и музыки.

Уметь:

- Передать особенности музыкального сопровождения по средствам танцевальных движений;
- Ориентироваться в пространстве;
- Правильно и выразительно выполнять основные движения под музыку; танцевальные элементы, характерные и образные движения;
- Быть частью общего танцевального действия;
- Выделять ритмический рисунок хлопками, притопами;

- Слушать педагога, быть внимательным при выполнении заданного материала;
- Исполнять движения совместно, согласовано, соразмеряя свою художественную индивидуальность с индивидуальностью остальных членов ансамбля;
- Сочинять собственные танцевальные и музыкально - игровые импровизации на предложенную музыку.

Учебно-тематический план

«Музыкально-дидактические игры»

№	Название темы	Количество часов			Аттестация
		Теория	Практика	Всего	
1	Игры на развитие воображения.	6	14	20	Практический показ
2	Импровизация движения на музыкальные темы.	2	8	10	Практический показ
	Итого	8	22	30	

Содержание модуля:

1.Игры на развитие воображения:

- «Повтори за мной»
- «Узнай, кто я»
- «Гусеница»
- «Это мой нос»
- «Ха-ха-ха»
- «Невидимая надпись»
- «Кукольный театр»
- «Танцы – противоположности»
- «Мой хороший попугай» (мишка, заяка).
- «Липучка»
- «Кенгуру»
- «Щепки на реке»
- «Солдаты»
- «Эхо»

2.Импровизация движения на музыкальные темы.

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно

выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа. Ритмическая игра всегда ставит какую-нибудь учебную задачу музыкального или организующего порядка – ориентировку в строении музыкального примера, концентрацию внимания, быструю реакцию на сигнал. Эти задачи обличены в игровую форму.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. А.: Учите детей танцевать.// Владос, 2004.
2. Золотарев В. Шагают девочки и мальчики: Музыка и движение.-М.-2008
3. Глизэ Р. Вальс: методическое пособие по ритмике.-М.-2009
4. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие.-М.-2010
5. Мессерер А.М. Танец.Мысль .Время.- М.:Искусство,2007
6. Арсеновская, О.Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения/ О.Н. Арсеновская.// – Волгоград: Учитель, 2011.
- 7.Луговская А. Ритмические упражнения, ингры и пляски.- М.: Советский композитор , 1991.
8. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – Спб., 2012
9. Буренина А.И. «Коммуникативные танцы – игры для детей» Санкт-Петербург 2004г.
10. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., 2011
11. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать.- М., 2003
12. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу – М., 2008
- 13.Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
14. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.
15. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.
16. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.

Приложение 1

Комплекс упражнений партерной гимнастики, направленных на развитие природных физических данных детей младшего школьного возраста (5-7 лет).

методическая рекомендация

Партерная гимнастика даёт детям первоначальную хореографическую подготовку, развитие природных физических данных, формирует основные двигательные качества и навыки, необходимые для успешного освоения классического, историко-бытового, современного и других направлений танцев.

Существуют такие физические способности и качества, как выворотность, подъём стопы, ширина, высота, легкость шага, сила ног (балетный шаг), гибкость, сила, выносливость, координация, ловкость, быстрота и многие другие.

Так же важны: пропорциональность сложения тела, стройная, хорошая форма ног, гибкая, красивая линия вытянутой ступни – подъем ноги, изящная, пластическая форма рук, осанка. Все эти качества в детях развивает партерная гимнастика.

Среди врожденных природных качеств у ребенка важны и многие другие: чувство координации, общая пластичность, чувство ритма и музыкальность, артистичность, творческое воображение, музыкальная и двигательная память, координационные способности.

Упражнения на растяжку объединены по принципу «от простого к сложному» при изучении движений используются муз. размеры 2/4 3/4 4/4

Таким образом, в предлагаемой методической разработке дается основной комплекс упражнений по партерной гимнастике для детей дошкольного возраста (5-7 лет), необходимым условием которого является развитие природных физических данных учащихся.

Комплекс упражнений сидя на полу

Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава

Перед работой с партерной гимнастикой детей нужно разогреть все мышцы и настроить на рабочий процесс. Для занятий партерной гимнастикой понадобятся индивидуальные коврики.

Сокращение и вытягивание стоп обеих ног

И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе.

Музыкальное сопровождение: размер - 4/4.

На «1» - стопы сокращаются, на «2» - стопы вытягиваются в И.П., на «3» - стопы вновь сокращаются, на «4» - стопы возвращают в И.П.



Сокращение и вытягивание стоп обеих ног с выворотными позициями

И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе.

Музыкальное сопровождение: размер 4/4

На «1» - стопы принимают выворотное положение, носки натянуты, мизинцы достают до пола, на «2» стопы в 1 позиции, мизинцы на полу, на «3» стопы вновь вытягиваются, на «4» стопы снова сокращаются

Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.



Упражнения для растягивания ахилового сухожилия

«Книжка»

И.П.: ноги вытянутые, руки находятся в свободном положении, ладони лежат на полу.

Музыкальное сопровождение: размер - 4/4.

На «1» - руки поднимаются вверх, на «2» - корпус вместе с руками опускается на ноги. На «3, 4» лежим. В этом положении находимся 4 такта 4/4.

Недопустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубление.

Следить за сомкнутыми между собой ногами, за тем, чтобы первоначально ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.



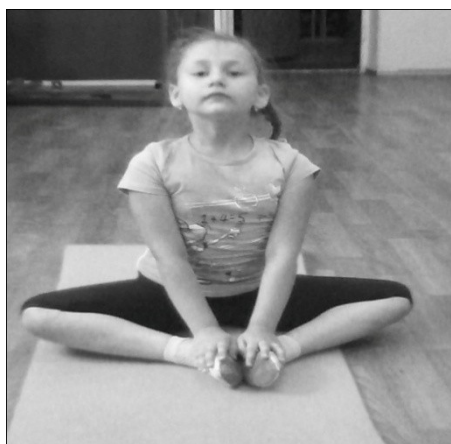
Упражнения для развития паховой выворотности **«Бабочка»**

И.П.: ноги согнуты в коленях, стопы соединены.

Музыкальное сопровождение: размер - 4/4. На «1» - руки тянутся вперед, на «2» - корпус вместе с руками опускаются между ног - на стопы. На «3, 4» лежим. В этом положении находимся 4 такта 4/4.

Недопустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубление.

Следить за тем, чтобы первоначально ложились колени (на пол), затем ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.



«Лягушка».

И.П.: лежа на животе, ноги вытянутые, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - плавный, мелодичный, темп - умеренный.

На 1 такт ноги, сгибаясь в коленях, собираются стопа к стопе в выворотном положении. 2-4 такт сохраняем положение. Упражнение повторяется 2-4 раза.



Комплекс упражнений лёжа на спине

Упражнения на пресс

Поднятие ног

И.П.: ноги вытянутые, поясница лежит на полу, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - плавный, мелодичный, темп - умеренный.

На 1-ый такт 4/4 - правая нога отрывается от пола и поднимается как можно выше, на 2-ой такт 4/4 - нога сохраняет положение, усиливая амплитуду, на 3-ий такт 4/4 - нога медленно опускается в И.П., на 4-ый такт 4/4 - пауза в И.П. Аналогично движение повторяет левая нога, затем это же движение выполняют обе ноги одновременно.

Следить за натянутостью стоп, колен, как рабочей ноги, так и опорной, за ровностью спины. Помощь руками не желательна.

«Ножницы»

На «1» ноги раскрываются широко в сторону, на «2» ноги, не сгибая колен, собираются вверх, правая перекрещивает левую (в районе бедра). На «3-4» движение повторяется (левая нога впереди).

«Велосипед»

И.П.: ноги вытянутые, поясница лежит на полу, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер - 2/4, характер - чёткий.

На вступление ноги поднимаются вверх под углом 90°; колени, стопы дотянуты, «носки в потолок».

На «1» правая нога, сгибаясь в колени, исполняет движение по кругу; на «2» правая нога продолжает круг одновременно левая, сгибаясь в колени, начинает движение по кругу (крутим педали).

Упражнения для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника

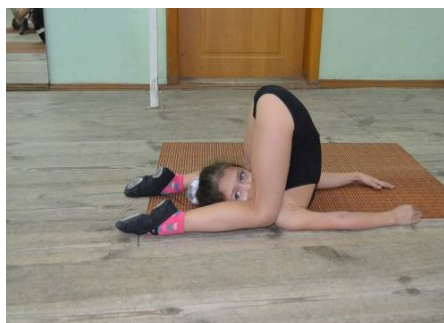
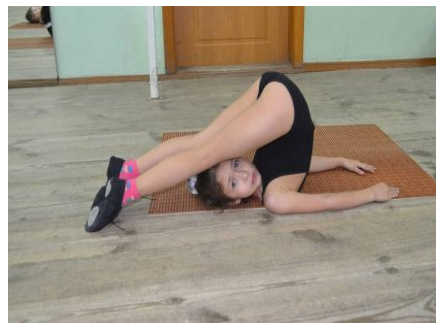
«Берёзка»

И.П.: ноги лежат на полу, стопы вытянуты, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, темп - умеренный.

На «1, 2» натянутые ноги поднимаются на 90 градусов, на «3,4» - носки стремятся ввысь, при этом таз отрывается от пола, и так же стремится ввысь. Должна образоваться прямая линия, начиная от стоп ног заканчивая лопатками. На «1, 2» ноги опускаются за голову, колени натянуты, на «3, 4» опускаем колени на пол. Держаться в таком положении 4 такта 4/4, повторить все в обратном порядке.

Следить за тем, чтобы были натянуты колени, и носки.



лёжа на животе:

Комплекс упражнений

Упражнения для развития гибкости

«Колечко»

И.П. ноги вытянуты, пятки вместе, руки в свободном положении.

Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - чёткий.

На «1» - руки сгибаются в локтях и ставятся возле грудной клетки, на «2» - спина прогибается назад, на «3» - ноги сгибаются в колени, на «4» - Носки достают до головы. В этом положении находимся 4 такта 4/4. Затем возвращаемся в исходное положение.



«Корзиночка»

И.П.: ноги в вытянутом положении, пятки вместе, руки лежат под подбородком. Кисти рук обхватывают голеностопные суставы обеих ног и вытягивают их вверх.

Следить за тем, чтобы корпус стремился вверх



«Корабль в паре»

И.П. ноги вытянуты, пятки вместе, руки перед собой, ладони соединены.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – четкий.

На «1, 2» Корпус поднимается вверх, руки стремятся вверх. На «3, 4» опускаем корпус.



Упражнение на развитие подъемов стоп

«Уголок»

И.П. Сидим на пятках в т. 3. Руки на коленях.

На «1» кладем ладони на пол, на «2, 3» встаем на подъемы, при этом колени вытянуты. На «4» возвращаемся в И.П. На «1» ставим ладони за спину, на «2, 3» отклоняемся назад на подъемы, при этом колени поднимаются. На «4» возвращаемся в И.П.

Следить за тем, чтобы колени были вытянуты, и стопы не скошены.



«Собачка»

И.П. Сидим на пятках в т. 3. Руки на коленях.

На «1» кладем ладони на пол перед собой. На «2, 3» встаем на стопы, при этом они параллельны, колени вытянуты. На «4» пауза. На «1, 2» правая нога поднимается вверх к потолку, «3, 4» опускается. Упражнение повторить с левой ноги.

Следить за тем, чтобы колени были вытянуты, пятка касалась пола, а спина была прямой.



Упражнение на гибкость спины, и пресса
«Солдатык с мостиком»

И.П. стоим на коленях, руки вдоль корпуса.

Музыкальный размер 3/4.

На «1, 2, 3» Корпус опускается назад, на «1, 2, 3» корпус возвращается обратно. На «1» руки поднимаются вверх, На «2, 3» опускаемся в мостик, стоим в таком положении 6 тактов, 3/4.

Следить за тем, чтобы корпус был прямой, спина не прогибалась.



Шпагат.

Следить за тем, чтобы стопы были вывернуты, и носки смотрели в потолок



Значение упражнений партерной гимнастики.

Упражнения важны для формирования осанки; укрепляются мышцы; формирования опорно-двигательного аппарата; для развития органов дыхания; для развития отдельных двигательных качеств и способностей (силы, гибкости, координации, ловкости, выносливости); на развитие психики (внимания, сообразительности, ориентировки в пространстве и во времени); развитие музыкальных качеств.

Ребенок приобретает определенные навыки, которые могут пригодиться ему в будущем.

В занятиях ребёнок познаёт себя, раскрывает свои физические возможности, который ему пригодятся в дальнейшем. Благодаря системе и комплексу упражнений с каждым занятием ребёнку становится интереснее и легче выполнять физически сложные упражнения.

**Музыкально-танцевальные игры для детей дошкольного
возраста (методическая рекомендация).**

1 «Повтори за мной».

Педагог простукивает определённый ритм ладонями (фраза чёткая и короткая) дети поочередно повторяют фразу.

2 «Узнай, кто я».

Нужно узнать предмет по устному описанию, или показу.

3 «Гусеница».

Группа становится в линию. Каждый из группы передаёт свою руку тому, кто стоит сзади. Для этого играющие расставляют ноги на ширину плеч и подают руку назад между своих ног. При этом каждый берет руку стоящего впереди. Группа начинает двигаться вперёд, потом назад, пока все не лягут на пол.

4 «Это мой нос».

Показывая на часть тела, называют другую: показывая на ухо, спрашиваем: “Это мой нос”.

5 «Ха-ха-ха».

Все ложатся, кладя голову на живот другому участнику, образуя длинную цепь. Первый играющий говорит: ”Ха”, второй “Ха-ха”, третий: ”Ха-ха-ха”. Так продолжается до последнего. Игра начинается заново, если кто-то засмеётся.

6 «Невидимая надпись». Взрослый, или дети в паре рисуют на ладошке другого любую букву из его имени. Дети отгадывают.

7 «Кукольный театр». Дети делятся на пары: 1-й кукольник, 2-й кукла. Кукла сидит совершенно расслаблено, свесив голову вниз, как тряпичная. Кукольник

придаёт какое-то положение её рукам ногам, лицу, чтобы выражалось какое-то чувство. Кукольники угадывают, какая кукла, что показывает. Меняются в парах.

8 «Танцы – противоположности». Дети в парах под ритмичную музыку танцуют танец, изображая противоположные чувства. 1- грустный, 2- веселый. Через 1-2 минуты дети меняются ролями. Примерные пары чувств: нервный - спокойный, беспечный – озабоченный, сердитый - довольный, жадный - щедрый, трусливый – смелый, бунтарский - покорный.

9 «Мой хороший попугай»(мишка, зайка).

По кругу передают любую игрушку. Получив игрушку, ребёнок прижимает её, гладит, говорит что-то приятное, бережно передаёт другому.

10 «Липучка».

Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников приговаривая: “Я - липучка – приставучка, я хочу тебя поймать“. Каждый пойманный присоединяется.

11 «Кенгуру».

1-й кенгуру , 2-й кенгурёнок сначала встаёт спиной к нему, а затем приседает. Оба берутся за руки. Задача: в таком положении пройти как можно дальше.

12 «Щепки на реке».

Участники встают в два длинных ряда, один напротив другого. Это берега реки. Расстояние между рядами больше вытянутой руки. По реке плывут щепки. Сами решают, как будут двигаться – быстро или медленно, прямо или крутиться, останавливаться, поворачивать назад. Участники игры “берега“ помогают руками легкими прикосновениями движению щепок. Глаза у щепок могут быть открыты или закрыты.

13 «Смена кадра».

Воспитанники с помощью предлагаемых обстоятельств выстраивают дружное «фото». Небольшое передвижение в пространстве помогает создать различные условия.

14 «Магазин».

Дети идут по кругу со словами:

Дин-дин-дин, дин-дин-дин,

Открываем магазин!

Заходите, заходите,
Выбирайте, что хотите.
Продавец спрашивает покупателя, что он хочет купить. Покупатель отвечает куклу. Продавец говорит: «Заходите, заходите, выбирайте, что хотите!» В это время все дети изображают кукол. Покупатель выбирает ту куклу, которая ему больше всех понравилась. Кого выбрали, тот становится покупателем, а прежний покупатель встает в круг.

15 «Веселый зоосад».

Это – лев. Он – царь зверей.
В мире нет его сильней.
Он шагает очень важно,
Он красивый и отважный.
(Дети идут неторопливо с гордо поднятой головой. Шаг выполняют грациозно, с легким подъемом ноги на носок и небольшим разворотом туловища. Руки находятся на поясе).
А смешные обезьяны
Раскачали так лианы,
Что пружинят вниз и вверх
И взлетают выше всех!
(Стоя на месте, поставив ноги на ширине плеч и согнув в локтях руки с растопыренными пальцами, дети выполняют полуприседания. На последнюю строчку делают прыжок с хлопком над головой).
Лапку к лапке приставляя,
Друг за другом попевая,
Шли пингвины дружно в ряд,
Словно маленький отряд.
(Дети двигаются мелким «семенящим» шагом на прямых, ненапряженных ногах. При этом пятка приставляется к пятке, руки прижаты к туловищу).
Кенгуру так быстро скачет,
Словно мой любимый мячик.
Вправо-влево, поворот,
Прыжок назад, потом вперед.
(Стоя на месте, дети выполняют прыжковые движения по тексту).
Вот змея, она пугает
И к себе не подпускает.
По земле ползет она,

Извивается слегка.

(Дети сидят на коленях, затем медленно проскальзывают на пол. Лежа на животе, выполняют легкое покачивание корпусом).

Вот олень - красавец стройный,

Благородный и спокойный.

У него рога ветвисты,

Ноги тонки, ноги быстры.

(Шагают высоко, поднимая ноги. Руки поднимаются над головой, кисти с раскрытыми пальцами красиво разворачиваются ладонками в стороны).

Пони бежит по кругу,

Улыбнется мне, как другу.

Если очень захочу –

Вместе с пони поскачу.

(Выполняется движение прямого галопа или бега с высоким подъемом ног. В руках воображаемые вожжи).

Вот шагает добрый слон,

Всем на свете шлет поклон.

(Дети двигаются не спеша, размеренно, слегка увеличив длину шага. Руки находятся за спиной).

16 «Лесная зверобика» .

Мышка, мышка,

Серое пальтишко.

Мышка тихо идет,

В норку зернышко несет.

(Мягкий, пружинный шаг, спина слегка прогнута вперед, «лапки» перед грудью).

А за мышкой шел медведь

Да как начал он реветь:

У-у! У-у!

Я вразвалочку иду!»

(Ноги расставлены, корпус прямой. Руки перед грудью слегка согнуты в локтях, словно мишка держит бочонок с медом).

А веселые зайчата –

Длинноухие ребята –

Прыг да скок, прыг да скок,

Через поле за лесок.

(Легкие прыжки с продвижением вперед).

Шел по лесу серый волк,

Серый волк – зубами щелк!
Он крадется за кустами,
Грозно щелкает зубами!
(Широкий пружинный шаг с чуть наклоненным вперед корпусом. Руки попеременно выносятся вперед).
Ищут маму медвежата,
Толстопятые ребята,
Неуклюжие, смешные,
Все забавные такие.
(Шаг на четвереньках, движение рук и ног поочередное).
В воздухе над лужицей
Стрекозы быстро кружатся.
Взлетают и садятся,
На солнышке резвятся.
(Легкий бег. Руки отведены в стороны и чуть опущены вниз. Бег чередуется с остановками).
Вот ползет сороконожка
По тропинке на дорожку.
Спинка изгибается,
Ползет – переливается.
(Движение выполняется из положения «сидя на полу». Руки согнуты в локтях, прижаты к телу, ноги соединены вместе).
Нес однажды муравей
Две травинки для дверей:
На полянке под кустом,
Муравьишка строит дом.
(Пружинный шаг, руки сложены «топориком» на плече).
Птички в гнездышках проснулись,
Улыбнулись, встрепнулись:
«Чик – чирик, всем привет!
Мы летаем выше всех!»
(Легкий бег враспынную; птички чистят крылышки; машут хвостиком (руки сзади, ладошками друг к другу), легко прыгают).

Приложение 3

Методические рекомендации по использованию импровизации на уроках ритмики.

По своей природе детское творчество синтетично и часто носит импровизационный характер. Оно дает возможность значительно полнее судить об индивидуальных особенностях и своевременно выявить способности у детей.

У детей способность импровизировать существует подспудно, и ее можно и нужно развивать. Ребята обычно по-разному относятся к заданиям, содержащим элементы импровизации. Это зависит от индивидуальных особенностей ребенка: одним импровизация дается легче, другим труднее. В этом случае важно, чтобы все участники танца увлеклись ощущением «сиюминутности» процесса творчества. Успех импровизации порой зависит от настроения и самочувствия каждого, поэтому провожу игры и этюды импровизации не в начале занятия, когда дети еще недостаточно собраны и их воображение «не разогрето», а во второй его половине.

Именно в игре можно начинать формировать у детей способность находить собственные решения, действовать в плане образных представлений. Игровая ситуация увлекает ребенка, дает возможность самостоятельной деятельности. Так, например, в связи с изменением игровой ситуации он должен проявить более сложную, то есть мгновенную и правильную реакцию, поскольку лишь быстрота действия приводит к благоприятному результату.

Игру и танец объединяет легкость, возможность быстро переходить от одной реальности к другой, постоянная смена состояний и сознание того, что все это как бы не всерьез, но при этом абсолютно реально. Здесь импровизация используется как способ раскрытия творческих ресурсов личности.

При использовании на занятиях игр – импровизаций необходимо описывать ситуацию, но ничего не показывать, чтобы дети не подражали, а сами искали образ, проявляя свою творческую индивидуальность. Игры способствуют развитию пластики, чувства ритма, музыкальности слуха, пантомимики, закрепляют знания об окружающем, дают возможность ребенку проявить себя через самовыражение.

Чтобы изобразить листочек или снежинку, ребенок должен ее хорошо представить в воображении. Поощряется непохожесть, оригинальность, поиск, комментируя действия детей.

Игровая ситуация “Подснежник”.

Дети импровизируют в танце, стараясь выразить этот образ.

Педагог. Ребята, представьте, что мы с вами находимся под землей, мы — корни растения — подснежника. Пригревает солнышко, тает снег, появляются первые проталинки. Пробиваются сквозь землю нежные листочки подснежника. Становится пасмурно, солнышко скрылось, подул легкий ветерок. Стебелек растения колыхнется, приклоняется к земле. Ветер стих. Растение снова ожило, радуя окружающих. Дети наклоняются вправо, влево, приклоняются к полу. Наступил вечер, листочки закрываются в бутоны и готовятся к ночному отдыху. Дети соединяют руки, изображая бутон.

Игровая ситуация “Капельки”.

Педагог. Ребята, помните, вчера вечером шел дождь? С неба летели капельки — большие и маленькие. Вот и вы сейчас в них превратитесь. Хотите? Дождь шел сильный, но теплый. Капельки, одна за другой, падали на землю, на травку, на листочки деревьев. Вот дождь и кончился, капельки лежат на листочках, не высыхают, ведь уже наступила ночь. Капельки так устали, что заснули. А утром проснулись. Дети кружатся, затем по очереди подпрыгивают и садятся на корточки. Дети складывают руки, опускают голову, закрывают глаза — “спят”.

Было холодно: (Брр.) капельки потянулись, зевнули, задрожали. Дети открывают глаза, поднимаются, тянутся, зевают, дрожат.

Вот подул ветер, и капельки стали спрыгивать с листочка на листочек, с листочка на веточку. Но вот уже и самая последняя, нижняя ветка. Капельки посмотрели вниз. До земли ой как далеко! Ведь они такие маленькие. А ветер все сильнее, капельки слетели с дерева и закружились в воздухе. Они плавно летали то в одну, то в другую сторону, то опускались вниз, то кружили вокруг себя. А вот и земля, и наши капельки упали на травку, на цветочки. Дети прыгают на месте, с небольшим продвижением на одной, двух ногах. Смотрят вниз, прыгают на двух ногах. Кружатся, свободные движения, плавные. Подпрыгивают, плавно приседают, встают, успокаиваются.

Выглянуло долгожданное солнце, капельки потянулись к нему, погрели один бочок, другой.

Дети встают, тянутся, поднимают руки вверх, подставляют бочок, спинку. День становился жаркий, солнце пекло все сильнее, и наши капельки стали понемногу испаряться. Дети приседают медленно, опускают голову, руки, делают как можно меньше. А капельки, которые испарились, собрались на небе в большое облачко. Им стало очень весело вместе. Дети встают в круг, берутся за руки.

Понравилось вам быть капельками? Хотите еще побыть кем-нибудь? Кем? Хорошо, в следующий раз еще поиграем.

Работая над ритмическими движениями, стремлюсь не только закрепить у детей ощущение музыкального ритма, но и научить свободному владению грамматикой, техникой движения, добиваясь того, чтобы пластика тела каждого ребенка становилась одухотворенной и выразительной. Поэтому при освоении технических приемов исполнения ритмических движений дети сразу получают установку на выразительность, то есть на передачу эмоционального содержания, заложенного в движении. Для этого сначала предлагаю мини – этюды, способные привлечь внимание детей, вызвать интерес к предстоящей деятельности. Воссоздающее воображение помогает детям представить образ и показать его через пантомимику. Для детей первоначально провожу игры по подражанию, затем они начинают фантазировать сами.

Мини-этиюд “Березка”.

Упражнение активизирует воображение детей, развивает музыкальность, эмоциональность и фантазию. Используется музыкальное произведение “Березка” Е. Тиличевой.

Педагог. Наконец после долгой, холодной зимы наступила теплая весна. Белоствольные березки расправили свои нежные листочки, протянули свои тонкие веточки к солнышку и ощутили на них долгожданное тепло. Улыбнулись березки солнышку. Вдруг прилетел шаловливый ветерок и предложил березкам поиграть. Удивились они, но согласились. Закачали березки своими тонкими веточками, сначала совсем тихо, потом все сильнее и сильнее. Каждый листочек-пальчик поздоровался со своим соседом. Но шалун ветер принес с собой тучку, которая закрыла солнышко. Огорчились березки. Обняли себя веточками, чтобы согреться. А тут еще дождь закапал, вымокли березки до последней нитки. Повисли ветви, как плети. Испугался ветер, что березки могут заболеть. Разогнал тучи. Выглянуло солнышко, и березки радостно вздохнули.

Практика показала, что развитие активного творческого воображения у дошкольников хорошо осуществляется с помощью игр – путешествий, вызывающих у детей неизменный интерес, желание фантазировать, вместе со взрослым переживать воображаемые ситуации, дополнять предлагаемый взрослым образ новыми деталями.

Приложение 4

ОТКРЫТЫЙ УРОК ПО РИТМИКЕ

«ТАНЦУЕМ, ИГРАЕМ, ВСЕХ ПРИГЛАШАЕМ».

Занятия имеют определенную структуру, так называемый план урока. План урока - это необходимое руководство к действию педагога.

Структура занятия:

- 1.Подготовительная часть(разминка, разогрев)
- 2.Основная часть(изучение, исполнение танцевальных движений, небольших танцевальных этюдов)
- 3.Заключительная часть(музыкально-развивающие игры).

Так же существуют основные направления последовательности усвоения материала и ожидаемых результатов:

- планирование - преимущественно перед исполнением. На начальных стадиях дети пробуют применить на практике и научиться использовать приобретенные ими навыки.
- исполнение и улучшение его качества - это главный результат, к которому всегда следует стремиться и достигать.
- объединение двигательных действий- дети последовательно объединяют взаимосвязанные движения, реагируя на поставленную задачу.

Цель урока: Развитие творческого потенциала ребёнка, воспитание национального самосознания через приобщение к танцу, воспитание музыкально-двигательной культуры. Дать учащемуся необходимые двигательные навыки, увлечь, заинтересовать танцем, дать возможность почувствовать радость от ощущения своего тела, свободно двигающегося и подчиняющегося музыкальным ритмам. Способствовать гармоническому развитию души и тела ребёнка.

Тема урока: Двигательные реакции на музыку, выражающие мысли созданием музыкально-двигательных образов.

Организационный момент: построение, поклон.

Подготовительная часть (разминка). Разминка это разогрев тела. Цель разминки, прежде всего, состоит в том, чтобы поднять температуру тела достаточно, чтобы создать идеальные условия для гладкой работы всех физических систем, необходимых для тренировки.

Педагог: Нам лениться не годится,
Помните, ребята,
Даже птицы, даже звери.
Делают зарядку.
Все движения разминки повторяйте без запинки.

«Голову наклонить и согнуть колени,
Вырастать, как рождественские ели.
На колени всем медленно опуститься,
Согнуться и в мячик превратиться.
Голову подняв, подпрыгнуть, как мяч,
Рукой помахать и «Привет» сказать.

- Часики тикают «тик-так» (наклоны головы); стрелочка тикает (круговые движения головой); отказываемся «не хочу»(повороты головы); похожи на жирафа(вытягиваем шею вперед).
- «незнайки» работа плеч вверх-вниз; круговое движение плеч (одеди кофточку, сняли).
- движения рук: зажимаем, разжимаем кулак вместе с глазами (моргаем и подмигиваем); широкий круг руками (зовем всех к нам); натяжение и расслабление рук(тряпичные куклы).
- движение корпуса: наклоны корпуса вправо-влево (большие часики);наклон вперед(«бом») , прогнуться назад; круговые движения корпуса.
- «Журавлик»- равновесия на одной ноге; «пружинки»- подготовка к прыжкам; «качели»-перекат с носков на пятки.

Основная часть.

Педагог: Дружно все взяли за руки:
Возьмемся за руки мы, встав в один огромный круг
Возьмемся за руки, споем всех веселей вокруг.
Поднимем руки высоко, затем опустим вниз
Помашем , скажем мы «Привет», готовы? Становись.
Отправляемся в дорогу, Дружно зашагаем в ногу! Вы, ребята, не зевайте. С правой все ноги шагайте!

- шаг танцевальный с носка
- шаг с носка с хлопками(на каждый шаг)

Педагог: Довернулись лицом в круг и вместе повторяем:

Мы летели, мы летели (руки, руки вытянутые в локтя, поднимаем перед собой на верх, при этом кисти рук изображают взмахи крыльев)

И до неба долетели (руки вытянуты наверх, подняться на полупальцы-вытянуться наверх)

В стороны мы полетели (продолжая работу кистями, руки раскрываются до стороны)

На заборчик сели (сесть на «корточки»,руки на коленях).

Продолжаем движение по кругу на полупальцах, руки вытянуты наверх; чередуем с шагами в положении сидя (как в положении на заборчике).

- шаги «пингвина» (внутреннее ребро стопы, руки опущены прижаты вдоль корпуса, согнуты в запястье)

- шаги на внешнем ребре стопы- «мишки»(руки круглые, держим бочку с медом)

- шаг «солдата» - марш(высоко поднятые колени наверх).

Педагог: А сейчас мы узнаем историю о двух братьев миноре и мажоре (дети садятся на коврики)

Цель: Развитие у детей навыков восприятия музыки. Отличие мажорного по настроению звучания музыкального произведения от минорного.

Педагог: В давние – давние времена в сказочной стране под названием Ладия, жили, были два брата – Лада. Один был веселый плясун-хохотун, другой грустный, задумчивый. Веселого звали МАЖОР, а грустного – МИНОР.

Педагог: Как вы думаете, кто из них окрашивает музыку в грустные, печальные тона?

Дети:Минор.

Педагог: А кто любит яркие, веселые, жизнерадостные краски?

Дети: Мажор.

Музыкальное – ритмическое упражнение: учащиеся должны прослушать музыку, пропеть, отхлопать ладонями.

Педагог: Ребята вы любите загадки? Да ну тогда давайте их отгадывать. Отгадали загадку, значит, покажем отгадку. Согласны, тогда начнем.

1 Если ты его отточишь,
Нарисуешь все, что хочешь!
Солнце, море, горы, пляж.
Что же это?..

Ответ: Карандаш

Упражнения для стоп: подточенные, сломанные карандаши. Рисуем солнышко(круг стопами).

2 Ты беседуй чаще с ней,
Станешь вчетверо умней

Ответ: Книжка

(Исполнение упражнения «Книжка»).

3 Над цветком порхает, пляшет,
Веером узорным машет.

Ответ: Бабочка

(Исполнение упражнения «Бабочка»).

4 Скачет по болоту
Зелёная квакушка.
Зелёненькие ножки,
Зовут её...

Ответ: Лягушка

(Исполнение упражнения «Лягушка»).

5 Руль, колёса и педали.
Транспорт для езды узнали?
Тормоз — есть, кабины — нет.
Мчит меня ..

Ответ: Велосипед

(Исполнение упражнения «Велосипед»).

6 Режем мы и вырезаем,
Маме шить мы помогаем

Ответ: Ножницы

(Исполнение упражнения «Ножницы»).

7 Русская красавица

Стоит на поляне

В зелёной кофточке,

В белом сарафане.

Ответ: Берёзка

(Исполнение упражнения «Берёзка»).

8 В магазине ювелирном

Я колечко подберу

И себе колечко это

Я на память заберу.

(Исполнение упражнения «Колечко»).

9 С ней можно по грибы ходить,

А можно ягоды собрать,

Её нетяжело носить,

И очень запросто сломать!

Из прутьев, лыка их плетут,

Скажите, как её зовут?

Ответ: Корзиночка

(Исполнение упражнения «Корзиночка»).

10 Ходит город-великан

На работу в океан.

Ответ: Корабль

(Исполнение упражнения «Корабль»).

11 Он готов в огонь и бой,

Защищая нас с тобой.

Он в дозор идёт и в град,

Не покинет пост ...

Ответ: Солдат

(Исполнение упражнения «Солдаты»).

Переходим к танцевальному этюду «Матрешки».

Цель: Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку. Формирование навыков кружения на месте, развитие координации, чувства ритма, точности и ловкости движений, памяти и внимания.

Используются ранее изученные элементы русского танца.

Заключительная часть (музыкально-развивающие игры).

1 Мышка, мышка,

Серое пальтишко.

Мышка тихо идет,

В норку зернышко несет.

(Мягкий, пружинный шаг, спина слегка прогнута вперед, «лапки» перед грудью).

А за мышкой шел медведь

Да как начал он реветь:

У-у! У-у!

Я вразвалочку иду!»

(Ноги расставлены, корпус прямой. Руки перед грудью слегка согнуты в локтях, словно мишка держит бочонок с медом).

А веселые зайчата –

Длинноухие ребята –

Прыг да скок, прыг да скок,

Через поле за лесок.

(Легкие прыжки с продвижением вперед).

Шел по лесу серый волк,

Серый волк – зубами щелк!

Он крадется за кустами,

Грозно щелкает зубами!

(Широкий пружинный шаг с чуть наклоненным вперед корпусом. Руки попеременно выносятся вперед).

Ищут маму медвежата,

Толстопятые ребята,

Неуклюжие, смешные,

Все забавные такие.

(Шаг на четвереньках, движение рук и ног поочередное).

В воздухе над лужицей

Стрекозы быстро кружатся.

Взлетают и садятся,

На солнышке резвятся.

(Легкий бег. Руки отведены в стороны и чуть опущены вниз. Бег чередуется с остановками).

Вот ползет сороконожка

По тропинке на дорожку.
Спинка изгибается,
Ползет – переливается.
(Движение выполняется из положения «сидя на полу». Руки согнуты в локтях, прижаты к телу, ноги соединены вместе).
Нес однажды муравей
Две травинки для дверей:
На полянке под кустом,
Муравьишка строит дом.
(Пружинный шаг, руки сложены «топориком» на плече).
Птички в гнездышках проснулись,
Улыбнулись, встрепнулись:
«Чик – чирик, всем привет!
Мы летаем выше всех!»
(Легкий бег врассыпную; птички чистят крылышки; машут хвостиком (руки сзади, ладошками друг к другу), легко прыгают).

2 «Танцы – противоположности».

Дети в парах под ритмичную музыку танцуют танец, изображая противоположные чувства. 1- грустный, 2- веселый. Через 1-2 минуты дети меняются ролями. Примерные пары чувств: нервный - спокойный, беспечный – озабоченный, сердитый - довольный, жадный - щедрый, трусливый – смелый, бунтарский - покорный.

3 «Магазин».

Дети идут по кругу со словами:

Дин-дин-дин, дин-дин-дин,

Открываем магазин!

Заходите, заходите,

Выбирайте, что хотите.

Продавец спрашивает покупателя, что он хочет купить. Покупатель отвечает куклу. Продавец говорит: « Заходите, заходите, выбирайте, что хотите!» В это время все дети изображают кукол. Покупатель выбирает ту куклу, которая ему больше всех понравилась. Кого выбрали, тот становится покупателем, а прежний покупатель встает в круг.

Педагог: Вы сегодня все активно, хорошо выполняли упражнения, танцевали. Молодцы ребята.

Поклон.