

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №35»

Утверждено

Заведующий МКДОУ № 35

_____ В.В. Андрулис

Приказ № 76-А от 29.08.2023

Дополнительная образовательная программа
по ритмической пластике для детей 5-7 лет
«Ритмическая мозаика»
(срок реализации – 2 года)

Составлена на основе программы
«Ритмическая мозаика»
- автор Буренина А.И.

пгт. Приладожский

2023 г.

Пояснительная записка.

Направленность программы «Ритмическая мозаика» по содержанию является художественно-эстетической. Основная цель программы- психологически раскрепостить ребенка через освоение своего тела как выразительного инструмента.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, развивают музыкальный слух, двигательные способности, а также психические процессы, которые лежат в их основе.

Данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагогов, развивающим память, волю, внимание, подвижность и гибкость мыслительных процессов, а также развивающим у ребенка музыкальность, эмоциональность, творческое воображение, фантазию, способность к импровизации в движениях под музыку.

Разнообразие композиций, входящих в программу, по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений, позволяют использовать их в любых формах организации работы с детьми: от утренней гимнастики до праздничных утренников.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами: принцип взаимосвязи обучения и развития, сотрудничества педагога и ребенка, на интеграцию различных видов художественной деятельности в педагогическом процессе.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

1. Развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.
2. Сформировать навыки выполнения различных танцевальных движений.
3. Воспитывать чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению.

Задачи 1 года обучения:

1. Развитие музыкальности:
 - воспитание интереса и любви к музыке
 - обогащение слушательского опыта
 - развитие умения передавать в пластике характер музыки
 - развивать умение передавать средства муз.выразительности
 - развитие способности выражать жанр произведения

2. Развитие двигательных качеств и умений:
 - ходьба, бег, прыжки
 - имитационные движения
 - плясовые движения

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:
 - находить свободное место в зале
 - перестраиваться в круг, становиться в пары, друг за другом,
 - строиться в шеренгу, колонну, в несколько кругов.

4. Развитие творческих способностей:
 - воспитание потребности к самовыражению в движениях под музыку.
 - формировать умение выполнять знакомые движения в других игровых ситуациях, под другую музыку.
 - развитие воображения, фантазии, умения находить свои оригинальные движения.

5. Развитие и тренировка психических процессов:
 - развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движения вместе с музыкой.
 - развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомиме.
 - тренировка подвижности нервных процессов на основе движения в различных темпах.
 - развитие восприятия, внимания, воли и т.д.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимать музыкальный образ, настроение, выразить свои чувства в пластике.

Задачи 2 года обучения:

1. Развитие музыкальности:
 - воспитание интереса и любви к музыке
 - обогащение слушательского опыта
 - развитие умения выразить в движении характер музыки
 - развитие умения передавать в движениях темп, динамику, метроритм, различать 2-3-частную форму произведения
 - различать жанр произведения

2. Развитие двигательных качеств и умений:
 - различные виды ходьбы, бега, прыжков
 - общеразвивающие упражнения на различные группы мышц
 - имитационные движения
 - плясовые движения

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:
 - умение выполнять различные перестроения

4. Развитие творческих способностей:
 - развивать умение сочинять несложные плясовые движения
 - развивать навык импровизировать в драматизации, игровых ситуациях

5. Развитие и тренировка психических процессов

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств

Первая отличительная особенность данной программы- ориентация на индивидуальный стиль деятельности педагога в области ритмопластических движений, работа «на себя во взаимодействии с детьми».

Вторая особенность- это использование в качестве музыкального сопровождения целостных произведений – в граммпзаписи и при непосредственном, «живом» исполнении. Идя от простого к сложному, от детских песенок к симфоническим произведениям композиторов-классиков,ребенок постепенно приобщается к миру прекрасного, обыгрывая своим телом музыкальную ткань произведения, постигая при этом язык средств музыкальной выразительности.

Третья особенность программы- акцентированное внимание педагогов не только на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям, сколько на анализе внутренних процессов, кот.являются регулирующей основой движений под музыку.

Разнообразие композиций по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений позволяет использовать композиции программы с детьми 3-4 лет, включая их на музыкальных занятиях, гимнастиках

Вся программа разделена на уровни сложности, что позволяет начинать заниматься ритмопластикой с малышами и носит игровой характер.

В возрасте 4-5 лет у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения, возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа.

В возрасте 5-7 лет ребенок достигает кульминации в развитии движений. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого лежит не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Основное содержание цикла занятий рассчитано на 2 этапа, содержание и задачи каждого из них взаимосвязаны, от этапа к этапу идет усложнение.

В программе определены критерии доступности композиций в соответствии с 1, 2, 3 уровнями сложностями:

1. Доступность музыкального образа.

2. Доступность музыки.
3. Доступность движений.

Требования к подбору движений:

1. Движения должны быть доступными
2. Понятными по содержанию игрового образа
3. Разнообразными, нестереотипными

Контроль за самочувствием детей:

1. Дозировка физической нагрузки согласовывается с предписанием врача
2. Проверка медицинским персоналом внешнего вида ребенка и их частоту сердечных сокращений на занятиях
3. Внимание к жалобам детей на самочувствие
4. Беседы с родителями о здоровье ребенка и его индивидуальных особенностях
5. Контроль за чистотой зала, проветриванием, удобством одежды и обуви

Систему работы можно условно разделить на 3 этапа:

- 1 этап – способность детей к подражанию, т.е. «вовлекающий показ»
- 2 этап – развитие у детей умения самостоятельно исполнять выученные ранее композиции
- 3 этап – подведение к творческой интерпретации, развитие способности к самовыражению

Данная программа ориентирует педагога на сотрудничество с ребенком, на интеграцию различных видов художественной деятельности в педагогическом процессе.

Ритмопластикой занимаются дети старшей и подготовительной группы по 1 разу в неделю. Продолжительность занятия составляет 35 минут.

Оформление занятия – кассеты «Ритмопластика» № 1,2,3,4.

Методическое обеспечение: шорты, майки, футболки, чешки.

Развитие двигательных качеств и умений:

Основные:

Ходьба- бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, гусиным шагом, с ускорением и замедлением.

Бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы; широкий. Острый, с остановками, пружинящий бег.

Прыжковые движения – разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах, с продвижением вперед, различные виды галопа, поскоков.

Общеразвивающие упражнения – на различные группы мышц и различных характер, способ движения (на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног, с предметами и без них.

Имитационные упражнения – разнообразные образно-игровые движения, жесты, раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях)

Плясовые движения – элементы народных плясок и бального танца, танцевальные упражнения, включающие асимметрию (из современных

ритмических танцев), а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические движения: шаг польки, шаг с притопом, шаг с каблучка и др.

Развитие ориентировки в пространстве – самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, самостоятельно выполнять перестроения и уметь их моделировать на плоскости листа бумаги, фланелеграфе, доске и т.д.

Распределение нагрузки (1 год обучения)

	Количество занятий
1. Вводное занятие Учебно – трен. Работа	1 зан
2. Азбука музыкальных Движений	2 зан
3. Элементы народного танца	4 зан
4. Элементы детского бального Танца	4 зан
5. Творческая деятельность	5 зан
6. Работа над репертуаром	16 зан
Итого	32 зан

К концу первого года обучения дети умеют:

- выразительно и непосредственно двигаться под музыку
- умеют координировать движения со средствами муз.выразительности
- способны к запоминанию и самостоятельному исполнению композиции
- способны импровизировать под музыку различные виды движений

Распределение нагрузки (2 год обучения)

	Кол-во занятий
1. Вводное занятие Учебно – трен. работа	1
2. Азбука музыкальных Движений	4
3.Элементы народного танца	6
4.Элементы детского бального Танца	4
5.Творческая деятельность	8
6.Работа над репертуаром	9
Итого	32

К концу 2 года обучения дети умеют:

- выразительно выполнять движения под музыку
- самостоятельно отображают в движениях средства муз.выразительности.
- освоение большого объёма движений и муз.композиций.
- умение передавать свой опыт младшим
- способны импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений.
- точно и правильно исполняют движения в танцевальных и гимнастических композициях.

Планирование занятий по ритмопластике в ст. гр.

Сентябрь – октябрь-ноябрь:

« Любитель-рыболов»

«Ритмическая композиция»

«Белые кораблики»

«Белочка»

«Антошка»

«Дровосеки»

«Упражнение с осенними листьями»

Декабрь – январь – февраль

«Танец кукол и мишек»

«Дровосеки»

«Разноцветная игра»

«Вместе весело шагать»

«Марш» - Свиридова

«Кошку девочка ругала»

«Волшебный цветок»

«Кремена»

«Красная Шапочка»

Март – апрель- май

«Волшебный цветок»

«Все мы делим пополам»

«Упражнение с цветами»

«Чунга – чанга»

«Песенка о лете»

«Козочки и волк»

«Танцуйте сидя»

Планирование занятий по ритмопластике в подг. Гр.

Сентябрь – октябрь –ноябрь

«Марш»

«Танец с зонтиками»

«Осенний парк»

«Кот Леопольд»

«Кукла»

«Все мы делим пополам»

«Танец Месяца и Звездочек»

Декабрь – январь – февраль

«Танец Месяца и Звездочек»

«Танец Богатырей»

«Воздушная кукуруза»

«Светит месяц»

«Танец Снеговиков»

«Марш»- Свиридова

«Упражнение с обручами»

Март – апрель – май

«Голубая вода»

«Домисолька»

«Танец цветов и Бабочек»

«Менуэт»

«Аэробика»

«Полкис»

Итоговые занятия и досуговые мероприятия

В роли итоговых занятий могут быть использованы игровые занятия, программы утренников, развлечений, комплексы общеразвивающих упражнений, фрагменты логоритмических занятий, в играх – драматизациях.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ:

1. Ритмическая пластика для дошкольников» - А.И.Буренина 1994 г.
2. «Ритмическая мозаика» - А.И.Буренина 2000 г.
3. «Музыкальное движение вчера, сегодня, завтра» - 1998 г.
4. «Ритмическая мозаика» - А.И.Буренина 1997 г.