

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГАТЧИНСКИЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ЖУРАВУШКА»

ПРИНЯТО

на Педагогическом совете
протокол № 3
от «30» августа 2017 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора
МБОУ ДО «ГДДТ «Журавушка»
от «1» сентября 2017 г. № 56
Микулина Ю.Т.



Дополнительная общеразвивающая программа
«Ритмика»

Возраст обучающихся: 6 лет
Срок реализации: 1 год

Разработал:
педагог дополнительного
образования
Афанасьева
Юлия Игоревна

г.Гатчина
2017г.

Пояснительная записка

Ритмика — один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Движения под музыку издавна применялись в воспитании детей (Древняя Индия, Китай, Греция). Но впервые рассмотрел ритмику и обосновал ее в качестве метода музыкального воспитания швейцарский педагог и композитор Эмиль Жак-Далькроз (1865-1950).

Перед ритмикой он, прежде всего, ставил задачу развития музыкальных способностей, а также пластичности и выразительности движений.

Обучать ритмике необходимо всех детей, развивая в них глубокое «чувствование», проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях.

1.1 Направленность программы.

Дополнительная общеразвивающая программа относится к художественной направленности. Программа соответствует стартовому уровню.

1.2 Актуальность программы.

На занятиях ритмикой особое внимание уделяется не только развитию ритмической, но и эмоционально-действенной связи музыки и танца. Двигаться, как подсказывает музыка, идти от музыки к движению, творчески отображая музыкальные впечатления.

1.3. Педагогическая целесообразность.

Качественное изучение дополнительной общеразвивающей программы «Ритмика» создает условия для творческой самореализации личности обучающегося, укрепления физического здоровья. Программа позволяет практически применить основные педагогические принципы: доступность, системность, последовательность, заинтересованность, перспективность, учет особенностей при работе с обучающимися. Программа соответствует возрастным психолого- педагогическим особенностям учащихся. В процессе работы возможна корректировка программы в зависимости от контингента учащихся, их индивидуальных возможностей.

1.4. Цель программы.

Цель программы: активизация музыкального восприятия через движение.

1.5 Задачи программы.

Обучающие.

- Формировать умение соотносить движение с музыкой;
- Обучать общетеоретической и практической грамотности, предполагающей знания основ музыкального искусства
- Обучать творческому использованию полученных умений и практических навыков.

Воспитательные.

- Воспитывать качества: дисциплинированности, трудолюбия, инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- Воспитывать культуру поведения
- Формировать межличностные отношения в коллективе, выработку навыков коллективной творческой деятельности.

Развивающие.

Развивать музыкальность:

- развивать способность чувствовать настроение и характер музыки.
- развивать чувство ритма.
- развивать музыкальную память..

Развивать двигательные качества и умения:

- развивать точность, координацию движений.
- развивать гибкость и пластичность.
- формировать правильную осанку.
- развивать умение ориентироваться в пространстве.
- обогатить двигательный опыт разнообразными видами движений.

Развивать творческие способности, потребность самовыражения в движении под музыку:

- развивать творческое воображение и фантазию.
- развивать способность к импровизации.

Развивать и тренировать психические процессы:

- развивать умение выражать эмоции в мимике и пантомимике.
- развивать восприятие, внимание, память.

Развивать нравственно-коммуникативные качества личности:

- формировать умение сопереживать другому.

1.6. Отличительные особенности программы.

Главное отличие программы «Ритмика» состоит в использовании компенсаторных возможностей обучающихся в период их раннего развития. Уже на раннем этапе развития обучающиеся, освоив минимум движений, могут участвовать в простых этюдных постановках. В обучении делается упор на использование игровых технологий, которые способствуют лучшему освоению обучающимися трудных элементов в игровой форме, а также позволяют обучающимся расслабиться и переключить внимание.

1.7. Возраст обучающихся:

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной программы - 6 лет.

В творческое объединение принимаются обучающиеся без специального отбора.

1.8. Сроки реализации программы .

Программа рассчитана на 1 год обучения.(144 часов)

1.9. Формы и режим занятий.

Форма обучения – очная.

Форма проведения занятий – аудиторные.

Форма организации занятий - индивидуально- групповая.

Занятия проводятся в формах: игра, репетиция, концерт.

Режим занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (30 мин с 10 мин. перерывом).

1.10 Планируемые результаты

Личностные результаты

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Метапредметные результаты:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека, управление эмоциями,

Предметные результаты:

- приобретение теоретических и практических знаний основ музыкального искусства.
- творческое использование полученных умений и практических навыков.
- точное соотношение движений с музыкой.
- технически правильное, выразительное выполнение двигательных действий.

1.11 Формы подведения итогов.

Формами подведения итогов реализации образовательной программы являются:

- открытые занятия в конце каждого учебного года;
- выступления обучающихся на отчётных концертах;
- диагностика
- педагогические наблюдения

Форма промежуточной аттестации

- открытые занятия,
- концерты.
- диагностика

**2. Учебно - тематический план дополнительной
общеразвивающей программы «Ритмика»**

Дополнительная общеразвивающая программа	Год обучения	Количество часов	Форма промежуточной аттестации
«Ритмика»	1 год	144	открытые занятия, концерты.

2.1. Учебно- тематический план дополнительной общеразвивающей программы

№	Раздел	Теория	Практика	Количество часов
1	Вводное занятие			2
1.1	«Знакомство»	1	1	2
2	Азбука музыкальной грамотности			32
2.1	Сильная, слабая доля. Метр	1	9	10
2.2	Музыкальные размеры.	2	8	10
2.3	Музыкальный темп.	1	6	7
2.4	Характер музыкального произведения. Контрастная музыка Динамические оттенки	1	4	5
3	Азбука хореографии			26
3.1	Позиции ног	1	4	5
3.2	Позиции и положения рук	1	4	5
3.3	Поклон	-	4	4
3.4	Танцевальные движения	1	11	12
4	Фигурная маршировка			12
4.1	Линейно – плоскостные и объёмные рисунки и фигуры	1	5	6
4.2	Перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые	1	5	6
5	Пластические этюды			42
5.1	Упражнения и этюды на повторение «движений» растений.	1	9	10
5.2	Упражнения и этюды на повторение движений животных.	1	9	10
5.3	Пластическое изображение жестов.	1	1	2
5.4	«Оживление предметов», имитация действий	1	9	10
5.5	Пластические этюды под чтение стихов	2	8	10
6	Музыкально- ритмические упражнения и этюды с предметами.			28
6.1	Упражнения и этюды с мячом.	1	7	8
6.2	Упражнения и этюды со скакалкой.	1	9	10
6.3	Упражнения и этюды с платком.	1	9	10
7	Итоговое занятие			2
7.1	Открытое занятие для родителей	-	2	2
	Итого	20	124	144

3. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Ритмика».

Раздел 1. Вводное занятие.

Тема 1.1 «Знакомство»

Теория:

Требование к форме и обуви;
Правила поведения на занятиях и во время выступления на сцене;
Инструктаж по технике безопасности.
Беседа на тему «Музыкальное движение»

Практика:

Прослушивание музыкальных фрагментов. Музыкально - ритмические игры.

Раздел 2 Азбука музыкальной грамотности.

Тема 2.1 Сильная и слабая доля. Метр.

Теория:

Определение понятий – сильная и слабая доля, метр.

Практика:

Определение сильных и слабых долей в музыкальном произведении. Исполнение упражнений и игр на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки

Тема 2.2 Музыкальные размеры.

Теория:

Понятие о музыкальных размерах 2/4, 3/4, 4/4. Дирижирование.

Практика:

Выполнение:

- упражнений и игр под музыкальные произведения с различными муз. размерами (2/4, 3/4, 4/4).
- упражнений и игр с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2/4, 3/4, 4/4).

Тема 2.3 Музыкальный темп.

Теория:

.Понятие о музыкальных темпах. Классификация музыкальных темпов: медленный, умеренный, быстрый.

Практика:

Выполнение упражнений в различных темпах. упражнения и игры на изменение темпа. Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы;
Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки;
Соотношение резко меняющегося темпа музыки с движением;
Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе

Тема 2.4. Характер музыкального произведения. Контрастная музыка. Динамические оттенки.

Теория:

Прослушивание музыкальных фрагментов определение характера музыки, силы звучания. Понятия – «стакато» и «легато». Понятия - «пиано» и «форте».

Практика:

Упражнения, игры, этюды на соотношение:

- характеров музыки и движения;
- резко меняющейся силы музыкального звучания с движением;
- усиления и ослабления силы звучания музыки с движением;

Раздел 3. Албука хореографии.

Тема 3.1. Позиции ног

Теория:

- понятие «правая» и «левая нога», «опорная» и «рабочая».
- правила исполнения 1, 2, 3, 6 позиций ног.

Практика:

Выполнение позиций, игры.

Тема 3.2. Позиции и положения рук

Теория:

- понятие «правая» и «левая рука»
- положение кисти в позициях
- подготовительная, 1, 2, 3 позиции
- положение рук на поясе
- положение рук за юбку
- положение рук в паре

Практика:

Выполнение позиций и положений рук.

Тема 3.3. Поклон

Практика:

Разучивание поклона.

Тема 3.4. Танцевальные движения

Теория:

Объяснение правил исполнения танцевальных движений.

Практика:

Исполнение танцевальных движений:

- сценический шаг
- бег
- подскоки
- галоп
- танцевальные комбинации

Раздел 5. Фигурная маршировка.

Тема 4.1. Линейно – плоскостные и объёмные рисунки и фигуры. Точки зала.

Теория:

Определение точек зала. Горизонтальные и вертикальные линейно - плоскостные рисунки и фигуры (шеренга, колонна). Объёмные рисунки и фигуры (круг, «цепочка»). Понятие о правилах перестроения.

Практика:

Выполнение построений, работа над чёткостью исполнения рисунков и фигур. Отработка различных танцевальных движений (шагов, бега, прыжков) в заданных фигурах и рисунках. Игры.

Тема 4.2 Перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые.

Теория:

Приёмы и правила перестроения:

- из линейных в линейные;
- из объёмных в объёмные;
- из объёмных в линейные и наоборот:

Практика:

Выполнение перестроений.

Раздел 5. Пластические этюды.

Тема 5.1. Упражнения и этюды на повторение «движений» растений.

Теория:

Создание устного образа растения, который затем будет оживлен под музыку.
Прослушивание музыки, определение ее характера

Практика:

Воплощение созданного образа при помощи пластических средств.

Тема 5.2 Упражнения и этюды на повторение движений животных.

Теория:

Создание устного образа животного, который затем будет оживлен под музыку.
Прослушивание музыки, определение ее характера

Практика:

Воплощение созданного образа при помощи пластических средств.

Тема 5.3. Пластическое изображение жестов.

Теория:

Создание устного образа.

Практика

Воплощение жеста при помощи пластических средств под музыку.

Тема 5.4 Оживление предметов, имитация действий.

Теория:

Создание устного представления о предметах, действиях.

Практика:

Выполнение действий под музыку.

Тема 5.5. Пластические этюды под чтение стихов.

Теория:

Разучивание стихов.

Практика:

Соединение чтения стихов с движениями и музыкой.

.

Раздел 6 . Музыкально – ритмические упражнения и этюды с предметами.

Тема 6.1 Упражнения и этюды с мячом.

Теория:

Техника безопасности и методические указания по работе с предметом

Практика:

Выполнение упражнений и этюдов с мячом.

Тема 6.2 Упражнения и этюды со скакалкой.

Теория:

Техника безопасности и методические указания по работе с предметом

Практика:

Выполнение упражнений и этюдов со скакалкой.

Тема 6.2 Упражнения и этюды с платком.

Теория:

Методические указания по работе с предметом

Практика:

Выполнение упражнений и этюдов с платком.

Раздел 7. Итоговое занятие

Тема 7.1. Открытое занятие для родителей.

Практика:

Участие в открытом занятии.

4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№	Разделы и темы занятий.	Форма занятий.	Методы и технологии.	Дидактический материал и ТСО	Форма подведения итогов.
1	Вводное занятие				
1.1	«Знакомство»	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
2	Азбука музыкальной грамотности				
2.1	Сильная, слабая доля. Метр	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
2.2	Музыкальные размеры.	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
2.3	Музыкальный темп.	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
2.4	Характер музыкального произведения. Контрастная музыка Динамические оттенки	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
3	Азбука хореографии				
3.1	Позиции ног	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.

3.2	Позиции и положения рук	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
3.3	Поклон	Учебное занятие.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
3.4	Танцевальные движения	Учебное занятие	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
4	Фигурная маршруровка				
4.1	Линейно – плоскостные и объёмные рисунки и фигуры	Учебное занятие.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
4.2	Перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые	Учебное занятие.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано.	Наблюдение.
5	Пластические этюды				
5.1	Упражнения и этюды на повторение «движений» растений.	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
5.2	Упражнения и этюды на повторение движений животных.	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
5.3	Пластическое	Учебное	Объяснительно-	CD, MP3-	Наблюдение.

	изображение жестов.	занятие .Игра.	иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	проигрыватели, фортепиано	
5.4	Оживление предметов, имитация действий	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
5.5	Пластические этюды под чтение стихов	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
6	Музыкально - ритмические упражнения и этюды с предметами.				
6.1	Упражнения и этюды с мячом.	Учебное занятие. Игра	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
6.2	Упражнения и этюды со скакалкой.	Учебное занятие. Игра	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
6.3	Упражнения и этюды с платком.	Учебное занятие. Игра.	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
7	Итоговое занятие				
7.1	Открытое занятие для родителей	Учебное занятие. Концерт.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение. Диагностика.

Методы, используемые на занятиях:

- объяснительно- иллюстративный
- репродуктивный

Технологии:

- информационно-коммуникационные
- здоровьесберегающие
- игровые

Техническое оснащение занятий.

Для решения поставленных задач и целей необходимы:

- просторное помещение
- фортепиано
- зеркала;
- мячи, скакалки, платки.
- CD, MP3-проигрыватели.
- костюмы;
- танцевальная обувь

Обучающиеся занимаются в специальной танцевальной форме:

балетные купальники, трико, юбки, футболки, шорты;
специальной обуви: мягкая балетная обувь.

5. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Антропова Л.В. Развитие выразительности в процессе обучения хореографическому искусству // Образование и общество. – 2011
2. Бахтов С. М., Программы для хореографических школ искусств. М., 1984
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2000
4. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2. М., 1981
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000
6. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004
7. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007
8. Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960
9. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М.: Музгиз, 1963, 1972, 1979
10. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000
11. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 1987
12. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
13. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001
14. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972
15. Уфимцева Т.И. Воспитание ребенка. – М.: Наука. 2000.
16. Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе, М., 1997
17. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М., 1989
18. Школа танца для юных. СПб, 2003
19. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа», 1998

Для обучающихся:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии ,М., Рольф, 1999 г.
2. Дэлаэй Ж., Марлье М., Мартина «балетная мышка» ТОО Внешсигма, 1994 г
3. Идом Хелен., Кэртрэк Никола. Хочу танцевать. Изд –во «Махаон», 1998 г.

6. Результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы «Ритмика»

1. Текущий контроль

№ пп	Разделы программы	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
		чел	%	чел	%	чел	%
1	Раздел 1 :Вводное занятие						
2	Раздел 2: Азбука музыкальной грамотности						
3	Раздел 3: Азбука хореографии						
4	Раздел 4: Фигурная маршировка						
5	Раздел 5: Пластические этюды						
6	Раздел 6: Музыкально-ритмические упражнения и этюды с предметами.						
7	Раздел 7: Итоговое занятие						

Критерии :

Высокий уровень –обучающийся выполняет задания, соблюдая все требования

Средний уровень-обучающийся выполняет задания самостоятельно, но допускает ошибки

Низкий уровень – обучающийся слабо справляется с заданиями

2. Промежуточная аттестация

№ пп	Фамилия, имя уч-ся	Формы промежуточной аттестации		
		Открытые занятия	Концерты	Диагностика
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

