

Описание к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе  
художественной направленности  
«Непоседы»  
Возраст обучающихся: 4-5 лет  
Срок реализации: 10 месяцев

Калининград 2020 г

**Направленность (профиль) программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Непоседы» имеет художественно-эстетическую направленность.

**Актуальность и назначение программы.** Несмотря на увеличение количества школ и студий танцев в системе дополнительного образования, лишь немногие дети и педагоги способны по-настоящему владеть своим телом. Большинству не хватает раскованности и легкости в движениях. Это происходит оттого, что у каждого человека имеются приобретенные с детства психологические блоки, которые замедляют прогресс в ходе занятий танцами. Как правило, эти блоки обусловлены различными психологическими установками, индивидуальными особенностями личности, образом мышления и восприятия окружающего мира. Ощущение неуверенности в себе, отсутствие гибкости мышления или слабость характера могут проявляться в заблокированных мышцах спины, рук или ног. Начиная заниматься ритмикой и танцами в детском возрасте, можно предотвратить возникновение негативных установок, изменить образ мыслей, улучшить отношение к окружающим.

Ритмика — вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ. Она доступна детям, начиная с раннего возраста, и дает выход повышенной двигательной энергии ребенка, создает ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, дает детям творческий импульс, возможность высвободить их энергию. Ритмика закладывает надежный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребенка, для укрепления здоровья, умения контролировать свое тело, положительно влияет не только на физическую подготовку ребенка, но и развивает у него восприятие музыки и основные психологические функции (память, внимание, мышление, речь и воображение). Поэтому в дальнейшем ребенок сможет успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: хореография, гимнастика, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях.

Занятия ритмикой включают в себя элементы танца, художественной гимнастики, лечебной физкультуры и общей физической подготовки. Регулярные занятия — это хорошая профилактика таких проблем, как вялая осанка, сколиоз и плоскостопие. У ребенка формируется правильная походка, развивается координация и пластика тела. Так же, занятия помогают выработать естественную грацию движений, гибкость, ловкость, пластичность и координацию, способность выражать чувства и эмоции через

танец. В процессе дети также учатся правильно воспринимать и чувствовать музыку.

Ритмика предоставляет возможность полноценно развивать индивидуальные особенности каждого ребенка, сформировывать хороший эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребенка. Занятия танцами дарят ребенку радость движения, общения, обогащают его внутренний мир и помогают познать себя.

С целью развития творческой активности детей дошкольного возраста, владеющих своими эмоциями и способными их выражать, а также физического совершенствования детей разработана и реализуется данная дополнительная общеразвивающая программа.

### ***Новизна и отличительная особенность данной программы***

Сущность танцевально-ритмической гимнастики заключается в восприятии детьми музыки через движения, с целью укрепления здоровья, развития музыкально-эстетических чувств, двигательных качеств и умений, познавательного интереса, творческого воображения, психических процессов. Для реализации перечисленного необходимы новые подходы в обучении детей среднего дошкольного возраста.

Отличительная особенность программы заключается в изменении подхода к обучению детей, а именно – внедрению в образовательный процесс современных методик организации занятий танцевально-ритмической гимнастикой с дошкольниками, таких как:

- включение в занятия по ритмике нетрадиционных средств физического воспитания;
- использование интенсивных методов обучения – выполнения большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка;
- обеспечение психологического комфорта детей в процессе выполнения движений под музыку;
- выбор оптимальной системы занятий.

Содержание программы по ритмике определяют следующие разделы:

- игоритмика;
- танцевально-ритмическая гимнастика;
- пальчиковая гимнастика;
- строевые упражнения;
- игровой самомассаж;
- музыкально-подвижные игры;

- креативная гимнастика;
- элементы хореографии;
- образно-игровые движения.

1. «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

2. «Танцевально – ритмическая гимнастика». Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов. Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. Все упражнения для занятий подобраны с учетом их корrigирующего значения.

3. «Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают мир внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Очень важным фактором, необходимым для развития речи, является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами. Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются.

4. «Строевые упражнения» являются средством организации занимающихся и целесообразного их размещения в зале. Строевые упражнения способствуют развитию умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

5. «Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие

упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

6. «Музыкально-подвижные игры» содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике .

7. «Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим играм создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

8. «Элементы хореографии». Они используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища. Все хореографические упражнения являются прекрасным средством формирования осанки и культуры движений.

9. «Образно-игровые упражнения» представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д. Для детей дошкольного возраста предлагается следующая последовательность использования образов:

- знакомые детям животные и птицы;
- интересные предметы;
- растения и явления природы;
- люди, профессии.

**Цель.** Развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. Технология нацелена на общее, психическое, духовное и физическое развитие детей от четырех лет.

### **Задачи.**

#### **Образовательные:**

- способствовать всестороннее развитие и раскрытие творческого начала в каждом ребенке;
- способствовать раннему развитию ребенка через различные виды музыкально-ритмических движений;
- гармонически развивать танцевальные и музыкальные способности, память и внимание;

- приобщать детей к основам актерского мастерства, к умению вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

**Развивающие:**

- развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- развитие музыкальной памяти.
- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации в движении.
- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

**Воспитательные:**

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения;
- формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

**Объем и срок освоения программы предусматривает:**

Срок освоения программы: 10 месяцев - 78 часов.

Форма обучения - очная.

**Особенности организации образовательного процесса**

Набор детей в объединение – свободный, вне зависимости от пола, физических особенностей развития, способностей ребенка. Основной формой кружка является групповое занятие. Во время проведения занятия возможна индивидуальная форма работы педагога с детьми. Состав формируется из воспитанников одного возраста Состав группы постоянный.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Данная образовательная программа рассчитана на детей от 4 до 5 лет. Учебные группы комплектуются по возрастному принципу. Численный состав групп 10-20 человек. Режим проведения учебных занятий

2 раза в неделю по 20 минут. Таким образом, образовательная программа по ритмике рассчитана на 78 учебных занятий в год.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на возрастную группу детей 4-5 лет. Это средняя группа ДОУ. Важно отметить, что в игровой деятельности детей появляются ролевые взаимодействия. Это должно учитываться при использовании форм, методов и приемов обучения воспитанников ритмике. Двигательная сфера характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но вызывает у него интерес. У детей формируется потребность уважения со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Взаимодействия со сверстниками характеризуется избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. В группах начинают выделяться лидеры. Появляется конкурентность, соревновательность.

Для детей 4-5 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену характера музыки.

#### Принципы отбора содержания.

- принцип полноты и целостности музыкального образования детей, подразумевающий совокупность знаний, умений и навыков по всем видам детской музыкальной деятельности, их органическую взаимосвязь;
- принцип деятельностного подхода, предусматривающий признание ведущей роли обучения музыкальной деятельности в воспитании их нравственной сферы, развития способностей, познавательных процессов и личностных новообразований;
- принцип культурообразности, заключающийся в последовательном освоении красоты разнообразных направлений музыкального искусства;
- принцип последовательности, подразумевающий логичное усложнение задач музыкального образования детей и содержания музыкального репертуара;

- принцип тематизма, позволяющий средствами музыкального искусства последовательно знакомить детей с разнообразием окружающих их социумов: миром ребенка и сверстников, миром взрослых людей, миром природы и т.п.

- принцип системности, обеспечивающий организацию процесса музыкального образования;

- принцип развивающего обучения, ориентирующий педагога на зону ближайшего развития каждого ребенка;

- принцип гуманизации, предусматривающий реализацию программы в условиях личностно ориентированной модели музыкально-педагогического процесса.

**Основные формы и методы.** В процессе реализации поставленных задач педагог сталкивается с проблемой выбора методов и форм развития ребенка, обеспечения максимально комфортных условий для занятий с детьми и, в то же время, поиска наиболее эффективных способов достижения результатов. Как научить детей тонко воспринимать музыку, выполнять разнообразные двигательные упражнения, свободно импровизировать, выражая в пластике музыкальный образ? Для реализации этих задач необходимы следующие условия:

1. Использование интенсивных методов обучения — выполнение большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка.
2. Обеспечение психологического комфорта детей и педагогов в процессе выполнения движений под музыку.
3. Выбор оптимальной системы занятий.
4. Объединение усилий всего педагогического коллектива на решение поставленных задач.

### **Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарно - эпидемиологическими правилами и нормативами СанПин 2.4.1.3049 – 13 от 29.05.2013г., Программы по

ритмической пластике для детей «Ритмическая мозайка» Бурениной А.И., Федерального Государственного образовательного стандарта дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Р.Ф. от 17 октября 2013 №1155. Указанные нормативные основания позволяют образовательному учреждению разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей воспитанников.

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей воспитанников, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;
- формирование коммуникативных навыков в среде сверстников.

#### Материально-технические условия.

Музыкальный зал в МАДОУ «Детский сад № 74» предназначен для проведения музыкальных занятий и занятий ритмикой с дошкольниками, праздников, вечеров развлечений, совместных мероприятий с родителями и воспитателями, а также, для индивидуальной работы с детьми. Музыкальный зал находится на втором этаже, соответствует требованиям СанПина и правилам пожарной безопасности. Зал окрашен в приятный спокойный цвет, который создает психологический комфорт у детей. Развивающая предметно-пространственная среда для всех групп содержательно насыщена и соответствует возрастным возможностям детей. Игровой материал периодически меняется, появляются новые предметы, стимулирующие игровую, двигательную и исследовательскую активность детей, (с учётом изменения - сезонной тематики), таким образом, развивающая среда является вариативной. Образовательное пространство музыкального зала оснащено:

- Детскими стульчиками
- Шкафами, предназначенными под атрибуты
- Столы для музыкальных инструментов и атрибутов. Размер столов позволяет любому ребенку взять инструмент или атрибут самостоятельно.
- CD проигрывателем с колонками.
- Музыкально-дидактическими играми и пособиями
- фортепиано

Зал поделен на две зоны: спокойную и активную. Активная зона. В музыкальном зале активная зона - это самое большое пространство для музыкального движения. Поскольку некоторая часть активной деятельности происходит сидя, стоя или лежа на полу, то в музыкальном зале есть коврики, которые быстро и легко можно расположить на полу. Спокойная зона. В спокойной зоне осуществляются восприятие музыки и танца. В зоне смонтированы технические средства обучения. Атрибуты и оборудование, необходимые для реализации программы: палочки, платочки, погремушки, кубики, шарики, куклы, ленточки, фляжки, цветы; сultanчики, резиновые игрушки, мягкие игрушки, бубенчики, колокольчики, шарфы, грибочки, листочки, мячики. Оборудование: нотные приложения; музыкальные записи на компакт-дисках; дидактический материал; ИКТ (компьютер, интерактивная доска, мультимедийное оборудование).

**Планируемые результаты.** Результатом занятий будет способность детей средней группы (4-5 лет) передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения; передавать основные средства музыкальной выразительности; различать жанр произведения и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове; передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений; ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов; выполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку; самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки; передавать в мимике и пантомиме образы знакомых

животных и персонажей; выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании; выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры; находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами.

Дети пятого года жизни, прошедшие обучение по данной Программе, должны знать: назначение спортивного зала и правила поведения в нём; правила подвижных игр; понятия: круг, шеренга, колонна.

### **Список литературы**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.
5. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. А.И. Буренина Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
7. Н.А. Ветлугина Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
8. Н.С. Голицына Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
9. Л.Г.Горькова, Л.А. Обухова Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007. - 112 с.
- 10.М.А. Давыдова Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. -240 с.
- 11.Е.Кутузова. С.Коваленко Танцевально-игровое пособие «Кукоша»
- 12.Н.Н. Ефименко Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, достижения. – Харьков: Ранок. Веста. 2005 – 64 с.

- 13.Н.Зарецкая, З.Роот, Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
- 14.Т.А.Затямина, Л.В. Степетова Музыкальная ритмика. – М.: Глобус, 2009. – 110 с.
- 15.И.Каплунова, И. Новоскольцева Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. – СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
- 16.Т.Ф. Коренева Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста в 2 частях. – М: Владос, 2001. -103 с.
- 17.М.А.Михайлова, Н.В. Воронина Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.
- 18.Т.И. Суворова «Спортивные олимпийские танцы для детей»- СПб.: Музыкальная палитра, 2008. – 48 с.
- 19.Т.И. Суворова Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
- 20.Т.И. Суворова Танцевальная ритмика малышам. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44с.
- 21.Г.П. Федорова Весенний бал. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.
- 22.Г.П. Федорова Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40