

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Муслюмовский детский сад общеразвивающего вида "Кубэлэк"
Муслюмовского муниципального района Республики Татарстан

Принята на заседании
Педагогического совета
от «___» _____ 2024г.
Протокол № _____

Утвержден
приказ №___ «__» _____
заведующим МБДОУ «Кубэлэк»
Карамовой Г.Р.

Дополнительная общеобразовательная оздоровительная программа
художественной направленности «Развивающая оздоровительная ритмика»
Кружок «БЭБИ-ДЭНС»

Составила: Мазитова Айгуль Наиловна
музыкальный руководитель

Муслюмово, 2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной оздоровительной программы:

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
- 1.4. Планируемые результаты

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий:

- 2.1. Условия реализации программы
- 2.2. Формы контроля
- 2.3. Оценочные материалы
- 2.4. Методические материалы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность: Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. Дополнительная общеобразовательная программа «Развивающая оздоровительная ритмика» имеет художественную направленность.

Программа художественной направленности составлена с учетом психофизических особенностей дошкольников. Она рассчитана на детей подготовительного дошкольного возраста (от 6 до 7 лет). Программа предполагает один год обучения.

Актуальность: Движение и ритм – это жизнь. Музыка и движение обладают огромными возможностями для полноценного физического и духовного развития ребенка.

Данная программа – это система специальных комплексных занятий, на которых средствами музыки и специальных двигательных упражнений, происходит овладение двигательными навыками, развитие двигательных качеств, развитие и совершенствование координации движений и равновесия, создание навыка правильной осанки, улучшение коммуникативной и эмоционально-волевой сферы, развиваются такие важные для подготовки к школьному обучению личностные качества, как саморегуляция, произвольность движений и поведения. Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность, способствующую целенаправленной деятельности.

В работе кружка используются:

- информативно – коммуникативные технологии;
- игровой метод обучения;
- эмоционально-насыщенное общение;
- предметно-творческая деятельность (создание коллективного художественного образа).

Данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к

импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

Образовательная программа дополнительного образования имеет оздоровительную и развивающую направленность. Реализация данной программы способствует физическому, музыкально-ритмическому, эстетическому, и в целом психическому развитию ребенка. Формирует художественный вкус и творческие способности.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в том, что обучение ритмическим движениям рассматривается как базисный этап, развивающий психофизические качества, укрепляющий здоровье детей.

Педагогическая значимость освоения данной программы обусловлено тем, что овладение ритмическим и ритмопластическим движением под музыку теснейшим образом связано с речевым, интеллектуальным, физическим, эмоциональным и нравственным развитием личности.

Возраст детей. Программа обучения в кружке рассчитана на детей в возрасте от 6 до 7 лет.

Срок реализации программы: 1 год

Режим занятий. Занятия в кружке ритмикой проводятся 2 раза в неделю по 25-30 минут.

Особенности набора детей. Набор детей производится в свободном порядке, по желанию детей и родителей. Количество детей 10-16 человек.

Формы организации образовательной деятельности учащихся – групповая, подгрупповая, индивидуальная.

Основной целью программы является содействие всестороннему гармоничному развитию личности дошкольника средствами музыки и ритмических движений. А также средствами танцевально-игровой гимнастики.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы – содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами музыкально-ритмического движения.

Достижение цели предполагает реализацию следующих задач:

1. Укрепление здоровья.

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- формирование осанки, мышечного корсета;
- содействовать профилактике плоскостопия.

2. Развитие основных видов движения, серии движений, музыкально-ритмических движений, музыкальности.

- нормализация мышечного тонуса;
- развитие основных видов движения;
- развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений;
- преодоление двигательного автоматизма движений;
- формирование чувства музыкального темпа;
- согласование движения с музыкой;
- изменение характера движения в соответствии с изменением контраста звучания (громко-тихо, быстро-медленно, высоко-низко).

3. Развитие психических функций, совершенствование психомоторики.

- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых качеств;
- формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности танцевальных движений;
- развитие мелкой моторики;
- развитие разных видов внимания, памяти, мышления;
- развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движения (слово управляет движением).

4. Развитие способности ориентироваться в пространстве.

- развитие пространственной организации собственных движений;
- развитие пространственных представлений, понимание вербальных инструкций (способность к словесному выражению пространственных отношений - движение влево, вправо, назад, вперед, руки вверх, вниз и т.д.)

5. Развитие творческих и созидательных способностей.

- развитие имитационно-подражательных, выразительных движений под музыку;

- формирование навыков самостоятельного выражения движений под музыку.

6. Развитие эмоционально-волевой сферы и компонентов личности.

- формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов (мимика, пластика и т.д.)

- развитие произвольности при выполнении движений и действий;

- развитие коммуникативных навыков посредством выполнения совместных действий и движений.

Учитывая возрастные особенности и навыки воспитанников, формируются постоянная группа (на период обучения):

группа – дошкольники подготовительного возраста (6-7 лет)

Содержание учебного плана

Тема 1. Ритмопластика.

Теория: что нам дает пластика движений под музыку.

Практическая работа: разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве.

Тема 2. Танцевальная азбука.

Теория: знакомство с разновидностями танцев, выучить словесные понятия исполняемых движений.

Практическая работа: разучивание танцевальных движений и шагов.

Тема 3. Театральная игра.

Теория: познакомить с театральными героями.

Практическая работа: учить детей изображать в движении героев.

Тема 4. Разучивание танца.

Теория: познакомить с разновидностями танцев. Закрепить словесные понятия исполняемых движений, выучить новые.

Практическая работа: учить композиции танцев.

Тема 5. Игровой танец.

Теория: познакомить с разновидностями игрового танца.

Практическая работа: учить передавать игровой характер музыки.
Воспитывать четкость движений, манерность.

Тема 6. Музыкально – двигательный этюд.

Теория: показать и отработать движения: притопы, бег с поджатыми ногами, «хлопушка», повороты и т.д.

Практическая работа: уметь выполнять перестроения самостоятельно, точно передавать в движении характер музыки. Красиво и точно выполнять движения под музыку.

Тема 7. Организация мини-концертов.

Практическая работа: Открытое занятие для родителей.

1.4. Планируемые результаты.

1. К концу года дети должны уметь выполнять более сложные комбинации, построения и перестроения.
2. Уметь быстро переключаться с одного движения на другое, с одной фигуры на другую.
3. Уметь выполнять более сложные комбинации гимнастических упражнений.
4. Уметь анализировать, давать самооценку при выполнении ритмических упражнений и акробатических этюдов.
5. Уметь уважать друг друга, иметь желание объединяться для коллективных композиций.
6. Уметь владеть своим телом.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Условия реализации программы.

Программа может быть успешно реализована при наличии следующих материалов и оборудования:

1. Освещенность соответствует нормам СанПин
 - естественная – 5 окон;
 - искусственная – 18 энергосберегающих светильника.

В зале один основной выход и один пожарный выход. Пол покрытый линолеумом, застеленный двумя паласами, дети занимаются на индивидуальных ковриках.

Используемый инвентарь:

- ленты разных цветов;
- платочки разных цветов;
- погремушки по числу детей в группе;
- цветы небольшие;
- музыкальные инструменты;
- гимнастические палки;
- коврики для занятия на полу;
- мячики;
- аудио материал.

Занятия по ритмике имеют свою специфику. Каждое из них – это определенная «оздоровительная доза» (в виде движений физической нагрузки), направленная на укрепление здоровья ребенка, его правильное физическое развитие и физическую подготовленность. Крепнут мышцы пальцев, кистей, плеч, спины и брюшного пресса. Ребенок становится гибким, ловким, находчивым, здоровым, уверенным в себе. Кроме того занятия дают ребенку возможность общения со сверстниками и педагогом. Музыкальное сопровождение на занятиях по ритмике способствуют развитию чувства ритма, позволяет целенаправленно развивать умение детей совмещать свои движения с музыкой.

Осуществлен подбор упражнений и заданий развивающего характера. Используется системный подход к применению разнообразных форм, средств, методов физического воспитания, которые имеют единую целевую направленность.

2.2. Формы контроля.

Основным методом диагностирования является метод педагогического наблюдения, который с особой эффективностью подтверждает результативность обучения во время подготовки и участия в концертной деятельности, в отчетных концертах. Педагогическое наблюдение как метод отслеживания результатов проводится в течении учебного года.

Виды контроля:

- входной контроль проводится с целью определения уровня развития детей;
- текущий контроль – с целью определения степени усвоения учащимися учебного материала;
- промежуточный контроль – с целью определения результатов обучения;
- итоговый контроль – с целью определения изменения уровня развития детей, их творческих способностей.

Формы подведения итогов:

- выступление на концертах;
- выступление на родительских собраниях;
- устный опрос;
- показ перед сверстниками.

2.3. Оценочные материалы.

Оценка уровня.

Формы подведения итогов:

Проведение педагогической диагностики (мониторинг) развития ребенка необходимо для:

- выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы;
- оценка эффекта педагогического воздействия.

Цель диагностики – выявление уровня музыкального и психомоторного развития детей.

Метод диагностики – наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития в соответствии с 5-ти балльной системой.

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом.

5 баллов – движения выражают музыкальный образ и совпадают с фразами;

2 – 4 балла – передают только общий характер, темп и метроритм;

0 – 1 балл – движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания.

Критерии оценки:

Эмоциональность. Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, восторг, тревогу и т. д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.

Творческие проявления. Умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку.

Внимание. Способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно – это высокий уровень, оценка – 5 баллов. Если выполняет с некоторыми подсказками, то 4-х до 2-х баллов. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания – оценка 0-1 балл.

Память. Способность запоминать музыку движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти – оценка – 5 баллов. Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений оценивается в 2-0 баллов.

Подвижность. Лабильность нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего отмечаются как повышенная возбудимость. Оценки выставляются следующим образом: Ч – норма (5 баллов); В (возбудимость), З (заторможенность) – от 1 до 4 баллов.

Координация, ловкость движений. Точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе,

общеразвивающих и танцевальных движениях), правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе.

Гибкость и пластичность. Мягкость, плавность музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения («рыбка» и др. от 1 до 5 баллов). В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний бал для общего сравнения динамики.

2.5. Методические материалы

Принципы и методы обучения

Принцип доступности и индивидуализации, предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка.

Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений. Задача состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки малыша.

Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

Принцип систематичности – один из ведущих. Имеются в виду непрерывность и регулярность занятий. Ребенок должен знать, что каждое занятие обязательно, что пропускать можно только из-за болезни или если в семье какое-то непредвиденное событие.

Принцип сознательности и активности, предлагает обучение опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям.

Принцип повторяемости материала занятия требуют повторения выработываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип.

Принцип наглядности в обучении хореографии понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

Организация занятий основами хореографии обеспечивается рядом **методических приемов,** которые вызывают у детей желание творчества.

Метод показа. Разучивание нового движения педагог предваряет точным показом.

Музыкальное сопровождение как методический прием. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движение с музыкой.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

Структура занятий

Занятия ритмикой имеют принцип игрового обучения. Длительность занятия зависит от возраста детей.

1. Вводная часть: 3-5 минут. Включает в себя различные виды ходьбы, бега с движениями рук, с изменением темпа и ритма движений – упражнения на ориентировку в пространстве, упражнения на развитие координации движений.
2. Основная часть: от 10 до 15 минут. Включает в себя развитие моторики, голоса, дыхания, мимики, упражнения на развитие внимания, памяти, упражнения на развитие чувства темпа, ритма, упражнения на развитие координации движения, слушание музыки для снятия напряжения, игровые упражнения на развитие мелкой моторики.
3. Заключительная часть: от 5 до 7 минут. Включает в себя: упражнения на восстановление дыхания, спокойные виды ходьбы, упражнения на релаксацию.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУСЛЮМОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО
ВИДА "КУБЭЛЭК" МУСЛЮМОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН**, Карамова Гульназ Рустамовна, ЗАВЕДУЮЩАЯ

21.10.24 15:22 (MSK)

Сертификат 429B35AEA17FB3702AC8875C640BC0D8