

**Областное государственное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Зырянская детская школа искусств»
Томской области**

**Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа
«Ритмика и танец»
для отделения эстетического развития детей
(подготовительное)**

Срок реализации – 3 года

Разработчик: Копылова Татьяна Владимировна
преподаватель по классу хореографии

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета «Ритмика и танец» для учащихся отделения эстетического развития детей разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», утвержденных приказом Министерства культуры Российской Федерации, а также с учетом педагогического опыта в области дошкольного музыкального образования.

В возрасте 3-7 лет дети особенно активно воспринимают мир, с интересом изучая его. Дети в этом возрасте естественно принимают предлагаемые им условия изучения различных дисциплин, непосредственно реагируя на различные задания и быстро запоминая излагаемый материал. В отличие от логического, анализирующего и обобщающего взрослого мышления, детское образное, а значит, наглядное (зрительное, слуховое, пространственное), целостное чрезвычайно эмоционально насыщенное и необыкновенно пронизательное и продуктивное. Его пронизывают самые активные процессы восприятия, в которых большое место занимают воображение и фантазия.

Сравнивая детей и взрослых, доктор медицинских наук, профессор В. Ротенберг заметил, что «мы, взрослые-логики, счётчики, прозаики. Дети же – поэты. Детство гениально, как гениален всякий истинный поэт. Мы же, в лучшем случае, талантливы...»

Предмет «Ритмика и танец» имеет огромное значение не только развития музыкальности, ритмичности ребёнка, но, в первую очередь, для воспитания активного и эмоционального отношения к музыке, совершенствования двигательных, координационных навыков детей и особенно важный для развития коммуникативных качеств маленького человека, установления доверительного отношения внутри группы, а также педагога и учащихся. Помимо этого, ряд упражнений способствует «мышечному раскрепощению», что так важно в дальнейшем для общего гармоничного развития детей.

Дети любят занятия ритмики, так как подвижность свойственна их возрасту. Движение, как реакция на прослушанное, как творческое отображение музыки в действии, является естественным процессом осмысления музыкального произведения детьми. Они подвижны, эмоциональны, восприимчивы к музыке, многие понятия по музыкальной грамоте ими усваиваются через движение гораздо быстрее. Потому, как двигаются дети под музыку, педагог может проверить прочность приобретённых ими музыкальных способностей, внимания, памяти, самостоятельности, выявить их творческие возможности.

Музыка пробуждает у детей светлые и радостные чувства. Они получают огромное удовольствие от свободных и легких движений, от сочетания музыки с пластикой своего тела, жестов. Занятия ритмикой поднимают тонус, улучшают самочувствие.

Соприкосновение с миром прекрасного в таком раннем возрасте обогатит духовный мир ребенка и позволит ему раскрыться как личность.

Данная общеразвивающая образовательная программа рассчитана на трехлетний срок обучения.

Возраст детей, приступающих к освоению программы, 3,8 - 4 года.

Отличительные особенности

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что в ней используются:

- метод эмоционального воздействия;
- игровые моменты;
- личностно-ориентированная технология.

Программа по учебному предмету «ритмика и танец» для учащихся отделения эстетического развития детей интегрирует со всеми предметами, изучаемыми на отделении, а именно: музыкальной грамотой, фольклорным пением, основами театрального искусства, ИЗО.

Полученные на уроках ритмики знания и навыки должны помочь учащимся в их занятиях по другим предметам и в их дальнейшем обучении на других отделениях ДШИ.

Учебный материал распределяется по четвертям. Последовательность изучения материала в четверти определяется педагогом. Все разделы в процессе урока должны быть обязательно взаимосвязаны.

Срок реализации учебного предмета. Объем учебного времени

При реализации программы учебного предмета «Ритмика и танец» со сроком обучения 3 года, продолжительность учебных занятий составляет 35 недель в год. Объем аудиторных занятий 3-х летнего срока обучения составляет 99 часов. Из них:

- 33 недели (99) – аудиторные занятия;
- 1 неделя – резерв учебного времени;
- 1 неделя – зачетная неделя.

Форма проведения учебных занятий

Основной формой обучения по предмету «Ритмика и танец» является урок. Урок проходит в форме мелкогруппового или группового занятия один раз в неделю, продолжительностью:

1 класс – 15 мин.

2 класс – 20 мин.

3 класс – 25 мин.

Цель предмета

Воспитание чуткого, фантазийного отношения к музыке и способности через пластику, движение или жесты передать настроение, характер музыки.

Задачи предмета

- Развивать творческое отношение детей к музыке, пробуждать потребность выражения чувств, эмоций, настроений музыкального произведения через жесты и движения.
- Формировать у детей чувство ритма, музыкального вкуса, любви к музыке.

- Развивать координационные навыки и умения учащихся.
- Воспитывать морально-волевые качества: ловкость, точность, быстроту, внимание, умение сосредотачиваться.

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- наглядный (показ, наблюдение, демонстрация приемов работы);
- практический (освоение приемов игры на инструменте);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления).

Структура программы

Программа содержит следующие разделы:

Пояснительная записка :

- характеристика учебного предмета «Ритмика и танец»;
- срок реализации учебного предмета. Объем учебного времени;
- форма проведения учебных занятий;
- цель учебного предмета;
- задачи учебного предмета;
- методы обучения;
- материально-технические условия реализации учебного предмета

Содержание учебного предмета.

Требования к уровню подготовки учащегося.

Формы и методы контроля.

Методическое обеспечение учебного процесса.

Списки рекомендуемой литературы.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Оборудование кабинета:

- фортепиано;
- музыкальный центр;
- зеркала;
- станок.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Первый год обучения

Тема 1. Знакомство с группой. Игры – знакомства

Эта тема является весьма необходимой для дальнейшей работы с учащимися, ведь именно на таком занятии учащиеся впервые встречаются и находят общие точки соприкосновения. Необходимо выстроить урок таким образом, чтобы каждый ребенок чувствовал себя комфортно, свободно общаясь с другими. Первое занятие обязано также дать учащимся возможность понять требования педагога, когда можно выполнять предложенное задание, а когда нет. Ребята должны познакомиться с условными знаками преподавателя: «Внимание», «Стоп», «Начало игры», которые облегчат дальнейшую работу на уроках и станут определенным залогом хорошей дисциплины. Перед работой над упражнениями или музыкальными произведениями необходимо познакомить учащихся с понятиями «Вступление», «Первая часть». Для этого необходимо использовать короткие примеры и доступные для них произведения. Вступление обычно используется как момент подготовки к движению. Дети должны запомнить музыку и самостоятельно без команды педагога начать движение. Для данного занятия можно использовать следующие игры: «Веселый мячик», «Шел по крыше воробей», «Внимание» - все они направлены на знакомство детей друг с другом в веселой форме.

Яркий музыкальный материал вступления, даст возможность учащимся быстро сориентироваться в движении и четко начать выполнение задания: «Хор мальчиков» из оперы «Кармен» Ж. Визе, «Марш» Ф. Шуберт, «Марш» С. Прокофьев из сюиты «Детская музыка».

Тема 2. Мышечная свобода. Упражнения по снятию мышечного зажима

Данная тема предполагает развитие основных навыков саморегуляции, умение управлять своим телом, освободить мышцы. Дети в этом возрасте чаще всего имеют ограниченный двигательный запас. В процессе работы с ними наблюдаются следующие недостатки: скованность, медлительность, с одной стороны, или расхлябанность, суетливость с другой. Для этого необходимо особое внимание уделять гимнастическим упражнениям и играм, в которых сочетаются состояние напряжения и расслабления. Участие в гимнастических упражнениях имеет также оздоровительное значение.

Небольшое количество часов, отведенное на данную тему, не является показателем значительности данных упражнений для занятий ритмикой.

Комплекс упражнений, выученных на первых занятиях, должен стать частью каждого урока как разминка тела, внимания и настройка на дальнейшие занятия. В разминочные упражнения можно вплетать и элементы новых движений для последующих игр или танцев.

Рекомендуемые упражнения:

- Упражнение «Легкие и тяжелые руки» вырабатывает способность учащихся двигать руками без напряжения, свободно ронять руки вниз, расслабив мышцы.

- Упражнение с прыжками «Шалуны» позволяет сосредоточить свое внимание на четком выполнении легких прыжков, внимательном отношении к музыкальному оформлению задания, где каждую фразу приходится особый вид движения.
- Песня «Как у дяди Трифона» развивает координацию движений и умение корректного общения друг с другом.
- Зарядка для рук «Веселые ручки» задает активный тонус урока, способствует расслаблению кистей рук, беглости пальцев, координации движений обеих рук.
- Различные упражнения с вальсовым аккомпанементом помогают учащимся делать «мягкие», плавные движения руками вверх и вниз, что развивает координацию и выразительность жестов рук и кистей рук.

Тема 3. Сказка о Королеве Музыке и «жителях» её Музыкального королевства. Магистр-регистр

Для учащихся дошкольного возраста занятия музыкой являются путешествием в необыкновенную звучащую страну, и задача педагога сделать это путешествие интересным, загадочным, увлекательным. Преподаватель как бы открывает детям дверь в большой новый мир страны Королевы музыки, и поэтому все последующие уроки должны быть построены в форме сказочного действия.

Первым подобным уроком будет знакомство с магистром Регистром. Необходимо подобрать такие упражнения и игры, которые позволят учащимся быстро узнавать звучание регистров и реагировать на их появление.

Рекомендуемые игры и упражнения:

- Игры «Гномы и Великаны», «Воробьи - медведя» помогут в игровой форме усвоить материал.
- Португальский танец «Indo ue» позволит учащимся найти ассоциации высокого и низкого регистров в окружающем их мире (земля – небо, червячок – бабочка, ноги – голова и т.д.)
- «Пьеса» Е. Тиличевой направлена не только на восприятие учащимися регистров, но и на развитие внимания.

Тема 4. Принцесса Динамика

Эта тема наиболее проста для восприятия учащимися. Дети хорошо реагируют на музыкальную динамику. Но предварительно необходимо обратить внимание на новую для них терминологию: форте, пиано, крещендо, диминуэндо. Занятие ритмики по данной теме более всего развивают внимание учащихся, умение сконцентрироваться на слуховых ощущениях.

Рекомендуемые игры и упражнения:

- Песня Т. А. Боровик «Бабах» помогает ввести новые термины в игровой форме.
- Игра «Найди игрушку» способствует усвоению приемов крещендо и диминуэндо, а также развивает остроту внимания восприятия динамики.
- Игра «Кот и мыши» интересна детям и дает возможность запомнить слова форте и пиано, а также развивает воображение детей и вносит в урок элемент театральности.

Тема 5. Синьор Мажор и Сударь Минор

Данная тема весьма интересна для детей и дает возможность педагогу проявить изобретательность в подборе заданий. Для осознания контраста звучаний этих ладов можно сочетать активное движение – мажор и мягкое свободное перемещение минор. Интересно использование тематических занятий «лето-осень» и других связанных контрастом ладового звучания. Учащиеся с большим увлечением выполняют театральные задания с использованием элементов кукольного театра, где лица кукол имеют различные эмоциональные состояния. Преподаватель может предложить детям изобразить различные психологические состояния звучащей музыки. Для психо-эмоционального развития учащихся такие игры чрезвычайно полезны.

Рекомендуемые игры и упражнения:

- Упражнение «Ручки сильные и слабые» не только позволяет сочетать состояние напряжения и расслабления, но и провести сопоставление напряжение-мажор, расслабление-минор. Можно модифицировать данное задание, показывая напряжение и расслабление корпуса.
- Игра «Снежинки и ледяные фигуры» перекликается с упражнением «Ручки сильные и слабые» с той разницей, что ребятам предлагается составлять одиночные и групповые скульптурные композиции на звучание мажора, полет снежинок на появление минорного лада.
- Пьеса «Игра в мяч» Н. Александровой позволяет выполнять аналогичные движения игры «Снежинки и ледяные фигуры» в различных эмоциональных состояниях, так как основана на сопоставлении одинакового музыкального материала в параллельных тональностях.
- Театрализация песенки Вольфензона «Мышка заболела» развивает воображение учащихся и позволяет педагогу выстроить интересный тематический урок.
- «Театр кукол», «Театр лиц», «Театр пальцев» все эти игры позволяют раскрыть внутренний мир ребенка и в ярко эмоциональной форме закрепить пройденный материал.

Тема 6. Постановка корпуса

На данном уроке преподаватель объясняет учащимся постановку корпуса.

Упражнения для укрепления мышц спины:

- в положении лёжа на спине, поднимать голову, ноги и одновременно держаться за голень руками с прямыми ногами;
- повороты, развороты, наклоны корпуса с руками;
- упражнения: «корзиночка», «капелька», «свечка».

Тема 7. Построения и перестроения

На данном уроке решаются следующие задачи:

учить детей перестраиваться:

- в колонну по одному;
- в пары и обратно;
- из колонны по два в колонну по четыре и обратно;
- из колонны в шеренгу;

- круг;
- сужение и расширение круга;
- свободное размещение в классе;
- «воротца».

Тема 8. Работа над улучшением выворотности ног в тазобедренном и коленном суставах

Упражнения для выворотности ног:

- сидя на полу: поза «козлик», поза «бабочка»;
- отведение ноги в сторону на полу;
- комбинация движений «кошка».

Тема 9. Итоговое занятие-игра «В гостях Магистра Регистра»

Урок проводится в театрализованной форме, что дает возможность учащимся показать приобретенные навыки.

Тема 10. Министр Темп

Изучение темпа является важным фактором для дальнейшей работы над ритмом. Учащиеся должны усвоить не только понятия «быстро-медленно», что не является для них трудным моментом, но и познакомиться с названиями наиболее часто встречающихся темпов: Allegro, Andante, Moderato, быстрых темпов, показать, что даже в рамках одного произведения, темп может быть различным. Следует работать над темпом, чтобы ребята не ускоряли или не замедляли темп при исполнении танцевальных движений.

Рекомендуемые упражнения и игры:

- Пьеса М. Старокадомского «Поезд» помогает понять устойчивость темпа в произведении.
- Упражнение А. Гречаникова «Моя лошадка» дает возможность в интенсивной игровой форме ощутить важность неизменного темпа в музыке. Можно предложить учащимся театрализовать данную пьесу, добиваясь четкости движений и устойчивости темпа.
- Пьеса Т. Ломовой «Ускоряй и замедляй» весьма удобна в работе с учащимися при работе над замедлениями и ускорениями темпа.

Тема 11. Принц ритм

Для лучшего понимания этой темы необходимо обратиться к ощущениям, накопленному опыту учащихся, найти ассоциации между длительностями: ходьбой или бегом, шагами взрослого и ребенка и т.д. Необходимо обратить внимание учащихся на длительности: Та-четвертная, Ти-ти-восьмые. Для точного исполнения ритмического рисунка учащимися в движении необходимо добиваться четкого переключения от ходьбы к бегу, от быстрого шага к более медленному. Необходимо вводить данные упражнения в разминку.

Рекомендуемые игры и упражнения:

- «Контрданс» Л. Бетховена, «Маленькая пьеса» Н. Ладухина, Русская народная песня «Ах вы, сени» позволяют провести подготовительные упражнения для

учащихся, помогая им двигаться равномерно, останавливаясь лишь в конце фраз на четвертых длительностях.

- Ф. Шуберт «Экосез» Ре-мажор развивает внимание учащихся, замечающих, как меняется ритм в построении, а также отмечая его определенными движениями.
- Ритмическая повторяемость фраз французской народной песни «Интересное приключение» позволяет повторять ритмический рисунок на фоне звучания следующей фразы.

Тема 12. Блок разминки «Ритмическое эхо»

На уроке учащиеся повторяют упражнения, показанные преподавателем:

- повороты, наклоны головы;
- прохлопывание ритма;
- протопывание ритма;
- упражнения для развития мышц шеи и корпуса;
- упражнения для рук и плечевого пояса.

Тема 13. Элементы партерной гимнастики

Рекомендованные упражнения:

- сокращение стоп;
- разворачивание стоп;
- подъем вытянутой ноги вперед;
- упражнения для выворотности носка.
- растяжка

Тема 14. Выставление ноги на пятку, на носок

Подготовка к движению «Ковырялочка», «Ковырялочка» с тройным притопом.

Тема 15. Изучение движения «Подскоки»

Следить за легкостью исполнения движения.

Тема 16. Изучение движения «боковой галоп»

Следить за правильностью исполнения движения.

Тема 17. Итоговое занятие «В царстве деда мороза»

Данный урок проходит на кануне празднования Нового года. Появление Деда Мороза, проводящего испытание знаний, умений и навыков, является вполне естественным. По окончании праздника дети получают новогодние подарки и призы от Деда Мороза.

Тема 18. Изучение танцевальных элементов

На уроке учащиеся знакомятся с танцевальными элементами:

- пружинящее движение ног;
- маховые движения рук;
- плавные движения рук;
- качание рук с лентами.

Тема 19. Изучение движений танца

Следить за правильностью исполнения.

Тема 20. Изучение комбинаций в парах

Следить за четкостью исполнения.

Тема 21. Разводка танца

Рекомендуемые танцы: танец «Гуси», танец «Матрешки».

Тема 22. Знакомство со сценой

Работа над эмоциями, мимикой лица ребенка. Использование наглядного материала. Игры.

Тема 23. Пауза

Умение слышать паузу в музыкальном произведении, и выдерживать ее в движении.

Тема 24. Фраза

Одной из важнейших в ритме является тема, связанная со строением музыкальной речи. На занятиях ритмики учащиеся приобретают навык слушать, анализировать музыкальные произведения с точки зрения музыкальной формы. Наиболее важным считается владение понятием «фраза» дать ориентиры, которые помогут учащимся в овладении новыми слуховыми навыками. Следует повторить упражнения предыдущих уроков и пояснить, что движения, исполняемые под музыку, не являются случайными и выстраиваются в соответствии с количеством фраз и их музыкальным содержанием. Такая подготовительная работа дает положительный результат на самом раннем этапе подобных занятий. В работе с музыкальной фразой желательно подбирать такие музыкальные произведения, в которых ребята с легкостью ориентировались бы в определении фраз, по очереди начинать движение на каждую последующую фразу, изменять направление движения, изменять само движение в связи с музыкальной фразировку.

Упражнение «Цветок».

Тема 25. Итоговое занятие-игра «Цветик-Семицветик»

Урок в театрализованной форме дает возможность показать приобретенные навыки и знания.

Тема 26. Строение музыкальных произведений

Трёхчастная форма, канон.

Работа над этой темой является логическим продолжением темы «Фраза». Овладение канонической техникой требует подготовительных упражнений, развивающих внимание, координацию, умение мыслить, работать самостоятельно.

Рекомендуемые игры и упражнения:

- Датский танец «7 прыжков», израильский танец «Cherakina» развивают наблюдательность, музыкальную и двигательную память, способность сосредоточенно слушать музыку.
- Игры «Тумба», «Вудали ача» развивают внимание и способность быстро ориентироваться в предлагаемом материале и являются разновидностью простых двигательных канонов.

Тема 27. Шаги: бытовой, с носка, на полупальцах, с высоко поднятыми коленями, приставной шаг, легкий бег

Исполнение этих упражнений учит детей придавать основным движениям (ходьбе, бегу) выразительность, диктуемую музыкой.

Тема 28. Упражнения на ориентировку в пространстве

Различные перестроения в играх и плясках. Игры «птички летают», «Кто хочет побегать?», «Воробушки», «Бегите ко мне» развивают координацию, внимательность учащихся.

Тема 29. Шаг польки

Изучение движения «Шаг польки» требует от учащихся правильности исполнения.

Тема 30. Приставной шаг

Упражнение вырабатывает навык исполнения приставного шага в сторону, продвигаясь по диагонали.

Тема 31. Повторение, закрепление пройденного материала

Уроки, направленные на повторение материала, способствуют проверке педагогом навыков, умений и уровень усвоения учащимися различных тем, пройденных за год, а также дополнительной проработкой пройденного материала. Именно последние уроки позволяют большую часть урока посвятить творческим заданиям, двигательным импровизациям, коммуникативным играм, театрализованным представлениям с участием детей.

Тема 32. Итоговое занятие «В поисках клада»

Заключительное занятие ритмики направлено на закрепление материала, пройденного за год. Занятие-игра включает в себя все разделы обще-развивающей программы, начиная со снятия мышечного напряжения, завершая работой над каноническим исполнением упражнений.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Второй год обучения основан на повторении и закреплении материала, пройденного в течение первого года обучения, а также его усложнении, развитии новых навыков. Предлагаемые на первых уроках темы не должны буквально повторять пройденный материал первого года обучения, а представлять собой вариант предыдущих заданий повышенной сложности, что потребует от учащихся большей серьезности и настойчивости в освоении нового материала.

Тема 1. Мышечная свобода. Упражнения по снятию мышечного зажима.

Данная тема предполагает дальнейшее развитие основных навыков саморегуляции, учит детей управлять своим телом, освободить мышцы. В процессе работы необходимо особое внимание уделять гимнастическим упражнениям и играм, в которых сочетаются состояние напряжения и расслабления.

Рекомендуемые упражнения:

- Упражнение «Легкие и тяжелые руки» вырабатывает способность учащихся двигать руками без напряжения, свободно ронять руки вниз, расслабив мышцы.
- Упражнение с прыжками «Шалуны» позволяет сосредоточить свое внимание на четком выполнении легких прыжков, внимательном отношении к музыкальному оформлению задания, где каждую фразу приходится особый вид движения.
- Песня «Как у дяди Трифона» развивает координацию движений и умение корректного общения друг с другом.
- Зарядка для рук «Веселые ручки» задает активный тонус урока, способствует расслаблению кистей рук, беглости пальцев, координации движений обеих рук.
- Различные упражнения с вальсовым аккомпанементом помогают учащимся делать «мягкие», плавные движения руками вверх и вниз, что развивает координацию и выразительность жестов рук и кистей рук.

Тема 2. Магистр-регистр

На уроке продолжаем знакомство с регистрами.

Рекомендуемые игры:

- Игры «Гномы и Великаны», «Воробьи - медведя» помогут в игровой форме усвоить материал.
- Португальский танец «Indo ue» позволит учащимся найти ассоциации высокого и низкого регистров в окружающем их мире (земля – небо, червячок – бабочка, ноги – голова и т.д.)
- «Пьеса» Е. Тиличевой направлена не только на восприятие учащимися регистров, но и на развитие внимания.

Тема 3. Принцесса Динамика

Занятие ритмики по данной теме более всего развивают внимание учащихся, умение сконцентрироваться на слуховых ощущениях.

Рекомендуемые игры:

- Песня Т. А. Боровик «Бабах» помогает ввести новые термины в игровой форме.
- Игра «Найди игрушку» способствует усвоению приемов крещендо и диминуэндо, а также развивает остроту внимания восприятия динамики.
- Игра «Кот и мыши» интересна детям и дает возможность запомнить слова форте и пиано, а также развивает воображение детей и вносит в урок элемент театральности.

Тема 4. Синьор Мажор и Сударь Минор

Продолжаем изучать данную тему. Для осознания контраста звучаний этих ладов сочетаем активное движение – мажор и мягкое свободное перемещение минор. Преподаватель может предложить детям изобразить различные психологические состояния звучащей музыки.

Рекомендуемые игры и упражнения:

- Упражнение «Ручки сильные и слабые» не только позволяет сочетать состояние напряжения и расслабления, но и провести сопоставление напряжение-мажор, расслабление-минор. Можно модифицировать данное задание, показывая напряжение и расслабление корпуса.
- Игра «Снежинки и ледяные фигуры» перекликается с упражнением «Ручки сильные и слабые» с той разницей, что ребятам предлагается составлять одиночные и групповые скульптурные композиции на звучание мажора, полет снежинок на появление минорного лада.
- Пьеса «Игра в мяч» Н. Александровой позволяет выполнять аналогичные движения игры «Снежинки и ледяные фигуры» в различных эмоциональных состояниях, так как основана на сопоставлении одинакового музыкального материала в параллельных тональностях.
- Театрализация песенки Вольфензона «Мышка заболела» развивает воображение учащихся и позволяет педагогу выстроить интересный тематический урок.
- «Театр кукол», «Театр лиц», «Театр пальцев» все эти игры позволяют раскрыть внутренний мир ребенка и в ярко эмоциональной форме закрепить пройденный материал.

Тема 5. Постановка корпуса

Упражнения для укрепления мышц спины:

- в положении лёжа на спине, поднимать голову, ноги и одновременно держаться за голень руками с прямыми ногами.
- повороты, развороты, наклоны корпуса с руками.
- упражнения: «корзиночка», «капелька», «свечка».

Тема 6. Построения и перестроения

Умение перестраиваться:

- в колонну по одному
- в пары и обратно
- из колонны по два в колонну по четыре и обратно

- из колонны в шеренгу
- круг
- сужение и расширение круга
- свободное размещение в классе
- «воротца»

Тема 7. Работа над улучшением выворотности ног в тазобедренном и коленном суставах

- сидя на полу: поза «козлик», поза «бабочка»
- отведение ноги в сторону на полу
- комбинация движений «кошка»

Тема 8. Итоговое занятие-игра «В гостях Магистра Регистра»

Урок в театрализованной форме дает возможность показать учащимся приобретенные навыки.

Тема 9. Министр Темп

Следует работать над темпом, чтобы ребята не ускорили или не замедляли темп при исполнении танцевальных движений.

Рекомендуемые игры и упражнения:

- Пьеса М. Старокадомского «Поезд» помогает понять устойчивость темпа в произведении.
- Упражнение А. Гречаникова «Моя лошадка» дает возможность в интенсивной игровой форме ощутить важность неизменного темпа в музыке. Можно предложить учащимся театрализовать данную пьесу, добиваясь четкости движений и устойчивости темпа.
- Пьеса Т. Ломовой «Ускоряй и замедляй» весьма удобна в работе с учащимися при работе над замедлениями и ускорениями темпа.

Тема 10. Принц ритм

Продолжаем знакомить учащихся с длительностями: Та-четвертная, Ти-ти-восьмые.

Рекомендуемые игры и упражнения:

- «Контрданс» Л. Бетховена, «Маленькая пьеса» Н. Ладухина, Русская народная песня «Ах вы, сени» позволяют провести подготовительные упражнения для учащихся, помогая им двигаться равномерно, останавливаясь лишь в конце фраз на четвертых длительностях.
- Ф. Шуберт «Экосез» Ре-мажор развивает внимание учащихся, замечающих, как меняется ритм в построении, а также отмечая его определенными движениями.
- Ритмическая повторяемость фраз французской народной песни «Интересное приключение» позволяет повторять ритмический рисунок на фоне звучания следующей фразы.

Тема 11. Интервалы-слуховое восприятие

Двигательные импровизации детей под музыку педагога, импровизирующего тонами и полутонами, способны передать настроение-образ, что весьма важно для запоминания гармонической окраски.

Тема 12. Танцевальные этюды на импровизацию

Проводится работа над развитием импровизации учащихся.

Тема 13. Темпоритм

Учащиеся знакомятся с выразительными значениями темпа музыки. Учатся выполнять движения в различных темпах. Если координация недостаточна, движения рекомендуется заменить хлопками.

Тема 14. Передача характера музыкального произведения, его образное содержание через пластику движений

Упражнения «После дождя», «Птички летают», «Воробушки».

Тема 15. Итоговое занятие-игра «В царстве Деда Мороза»

Это праздник может быть аналогичен итоговому занятию первого года обучения, но с учетом большего объема знаний, полученных учащимися за прошедший период обучения.

Тема 16. Плясовые движения

Преподаватель знакомит учащихся с плясовыми движениями:

- кружение под руку – «Вертушки»;
- шаг на всей ступне – «Попляшем и потопаем»;
- выставление ноги на пятку;
- выставление ноги на носок.

Тема 17. Упражнения для развития прыжка

Рекомендуемые упражнения для развития прыжка:

- подъем на полупальцы по всем позициям;
- подъем на полупальцы в сочетании с полуприседанием;
- прыжки на двух ногах;
- прыжки с ноги на ногу

Тема 18. Упражнения для развития координации в движениях рук и ног

Рекомендуемые упражнения для развития координации рук и ног:

- пружинки;
- качание рук с лентами;
- веселые ножки;
- большие крылья;
- рисуем на песке;
- мельница.

Тема 19. Работа над техникой исполнения в парах

Изучение различных плясовых движений, кружений в парах.

Тема 20. Изучение движений «Поскоки»

Исполнение движений «Скачут лошадки», «После дождя», «Учимся скакать».

Тема 21. Музыкально-речевые подвижные игры

- физкультминутка
- пчелки
- жучок
- ритмо-декламация в сочетании с двигательными упражнениями активизирует координацию и усвоение материала.

Тема 22. импровизационно-творческие задания на создание образа в танце

Музыкальные игры и инсценировки. Передача образа зверей через пластику движений рук и ног.

Тема 23. Весна в музыкальном королевстве

Это театрализованное представление, где появляется Весна, которая проводит музыкальные испытания, приглашает ребят в музыкальное королевство на бал.

К концу второго года обучения дети должны хорошо ориентироваться на сценической площадке, управлять мимикой лица, двигаясь в танце, сохранять интервалы.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Третий год обучения основан на повторении и закреплении материала, пройденного в течении двух лет обучения, усложнении и развитии навыков.

Тема 1. Мышечная свобода. Упражнения по снятию мышечного зажима.

Учащиеся должны уметь управлять своим телом, освобождать мышцы, через гимнастическим упражнения и игры, в которых сочетаются состояние напряжения и расслабления.

Рекомендуемые игры и упражнения:

- Упражнение «Легкие и тяжелые руки» вырабатывает способность учащихся двигать руками без напряжения, свободно ронять руки вниз, расслабив мышцы.
- Упражнение с прыжками «Шалуны» позволяет сосредоточить свое внимание на четком выполнении легких прыжков, внимательном отношении к музыкальному оформлению задания, где каждую фразу приходится особый вид движения.
- Песня «Как у дяди Трифона» развивает координацию движений и умение корректного общения друг с другом.
- Зарядка для рук «Веселые ручки» задает активный тонус урока, способствует расслаблению кистей рук, беглости пальцев, координации движений обеих рук.
- Различные упражнения с вальсовым аккомпанементом помогают учащимся делать «мягкие», плавные движения руками вверх и вниз, что развивает координацию и выразительность жестов рук и кистей рук.

Тема 2. Магистр-регистр

Учащиеся определяют регистры, соответственно регистрам выполняют упражнения.

- Игры «Гномы и Великаны», «Воробьи - медведя» помогут в игровой форме усвоить материал.
- Португальский танец «Indo ue» позволит учащимся найти ассоциации высокого и низкого регистров в окружающем их мире (земля – небо, червячок – бабочка, ноги – голова и т.д.)
- «Пьеса» Е. Тиличевой направлена не только на восприятие учащимися регистров, но и на развитие внимания.

Тема 3. Принцесса Динамика

Учить детей концентрироваться на слуховых ощущениях.

- Песня Т. А. Боровик «Бабах» помогает ввести новые термины в игровой форме.
- Игра «Найди игрушку» способствует усвоению приемов крещендо и диминуэндо, а также развивает остроту внимания восприятия динамики.
- Игра «Кот и мыши» интересна детям и дает возможность запомнить слова форте и пиано, а также развивает воображение детей и вносит в урок элемент театральности.

Тема 4. Синьор Мажор и Сударь Минор

Учащиеся выполняют на определения мажора и минора.

- Упражнение «Ручки сильные и слабые» не только позволяет сочетать состояние напряжения и расслабления, но и провести сопоставление напряжение-мажор, расслабление-минор. Можно модифицировать данное задание, показывая напряжение и расслабление корпуса.
- Игра «Снежинки и ледяные фигуры» перекликается с упражнением «Ручки сильные и слабые» с той разницей, что ребятам предлагается составлять одиночные и групповые скульптурные композиции на звучание мажора, полет снежинок на появление минорного лада.
- Пьеса «Игра в мяч» Н. Александровой позволяет выполнять аналогичные движения игры «Снежинки и ледяные фигуры» в различных эмоциональных состояниях, так как основана на сопоставлении одинакового музыкального материала в параллельных тональностях.
- Театрализация песенки Вольфензона «Мышка заболела» развивает воображение учащихся и позволяет педагогу выстроить интересный тематический урок.

Тема 5. Постановка корпуса

Упражнения для укрепления мышц спины:

- в положении лёжа на спине, поднимать голову, ноги и одновременно держаться за голень руками с прямыми ногами;
- повороты, развороты, наклоны корпуса с руками;
- упражнения: «корзиночка», «капелька», «свечка».

Тема 6. Построения и перестроения

Учащиеся должны перестраиваться:

- в колонну по одному;
- в пары и обратно;
- из колонны по два в колонну по четыре и обратно;
- из колонны в шеренгу;
- круг;
- сужение и расширение круга;
- свободное размещение в классе;
- «воротца»

Тема 7. Работа над улучшением выворотности ног в тазобедренном и коленном суставах

Учащиеся свободно выполняют упражнения:

- сидя на полу: поза «козлик», поза «бабочка»;
- отведение ноги в сторону на полу;
- комбинация движений «кошка»

Тема 8. Итоговое занятие-игра «Путешествие по стране Королевы Музыки»

Урок в театрализованной форме дает возможность показать учащимся приобретенные навыки.

Тема 9. Министр Темп

Следует работать над темпом, чтобы ребята не ускоряли или не замедляли темп при исполнении танцевальных движений.

- Пьеса М. Старокадомского «Поезд» помогает понять устойчивость темпа в произведении.
- Упражнение А. Гречаникова «Моя лошадка» дает возможность в интенсивной игровой форме ощутить важность неизменного темпа в музыке. Можно предложить учащимся театрализовать данную пьесу, добиваясь четкости движений и устойчивости темпа.

Тема 10. Принц ритм

Учащиеся точно исполняют заданные ритмические рисунки. В движении переключаются от ходьбы к бегу, от быстрого шага к более медленному.

Тема 11. Интервалы-слуховое восприятие

Двигательные импровизации детей под музыку педагога, импровизирующего тонами и полутонами, способны передать настроение-образ, что весьма важно для запоминания гармонической окраски.

Тема 12. Танцевальные этюды на импровизацию

Проводится работа над развитием импровизации учащихся.

Тема 13. Темпоритм

Учащиеся знакомятся с выразительными значениями темпа музыки. Учатся выполнять движения в различных темпах. Если координация недостаточна, движения рекомендуется заменить хлопками.

Тема 14. Передача характера музыкального произведения, его образное содержание через пластику движений

Упражнения «После дождя», «Птички летают», «Воробушки».

Тема 15. Итоговое занятие-игра «В царстве Деда Мороза»

Закрепление пройденного материала в игровой форме.

Тема 16. Плясовые движения

- кружение под руку – «Вертушки»
- шаг на всей ступне – «Попляшем и потопаем»
- выставление ноги на пятку
- выставление ноги на носок

Тема 17. Упражнения для развития прыжка

- подъем на полупальцы по всем позициям
- подъем на полупальцы в сочетании с полуприседанием
- прыжки на двух ногах
- прыжки с ноги на ногу

Тема 18. Упражнения для развития координации в движениях рук и ног

- Пружинки
- Качание рук с лентами
- Веселые ножки
- Большие крылья
- Рисуем на песке
- Мельница

Тема 19. Работа над техникой исполнения в парах

Изучение различных плясовых движений, кружений в парах.

Тема 20. Изучение движений «Поскоки»

Исполнение движений «Скачут лошадки», «После дождя», «Учимся скакать».

Тема 21. Музыкально-речевые подвижные игры

- физкультминутка
- пчелки
- жучок

Тема 22. импровизационно-творческие задания на создание образа в танце

Музыкальные игры и инсценировки. Передача образа зверей через пластику движений рук и ног.

Тема 23. Итоговое занятие «В ритме танца»

Это театрализованное представление, где дети показывают все, чему научились за три года обучения. К концу третьего года обучения дети должны хорошо координировать движения на сцене, знать основные упражнения, элементы и движения народного и современного танцев. По окончании концерта учащимся вручаются свидетельства об окончании отделения эстетического развития детей.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩЕГОСЯ

Навыки и умения учащихся:

1. Уметь свободно двигаться, держать корпус прямо, без напряжения.
2. Гибко и пластично выполнять движения руками, не зажимая плечи.
3. Свободно координировать несложные задания, связанные с поочередным или совместным сочетанием движений кистей, рук и ног.
4. Уметь согласовать пластичные движения рук и корпуса со словами.
5. Большинство упражнений учит детей придавать движениям и элементам пляски, выразительность, диктуемую музыкой и образами исполняемой игры и пляски.
6. Значительное число упражнений помогает воспитывать у детей умение ориентироваться в пространстве, организационно двигаться в группе, не мешая друг другу, или выполнять различные упражнения, отражая в них характер и форму музыкального произведения.
7. Небольшое число упражнений помогает улучшать качество движений детей, развивать у них умение непринужденно придавать движениям пружинный, плавный или маховый характер, в зависимости от особенностей музыкального двигательного образа.

ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ

Формами текущего и промежуточного контроля являются: контрольный урок, участие в тематических вечерах, классных концертах, мероприятиях культурно-просветительской, творческой деятельности школы.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методические рекомендации преподавателям

Перед преподавателем предмета «Ритмика и танец» стоит трудная задача – в условиях групповых занятий найти индивидуальный подход к каждому ребенку и максимально раскрыть его потенциал.

Уроки с учащимися отделения эстетического развития детей имеют свою специфику, так как дети в возрасте 3-7 лет легче воспринимают разнообразие нового для них материала через игру или сказку. Такая игровая или «сказочная» подача музыкального материала вызывает необходимость особенного ведения урока, требует от педагога не только тонкого владения информацией, но, прежде всего, фантазии, изобретательности и выдумки, умения в привычных явлениях найти нетрадиционное содержание. Работа с учащимися дошкольного возраста обязывает преподавателя ритмики также учесть особенности психологического развития ребёнка: умение сосредотачиваться лишь на короткий период времени, быстрая и частая смена разнообразных заданий, сочетающаяся в себе перемену активного и спокойного видов деятельности.

Одно из основных условий успешной работы по развитию перестроения в играх и плясках, целенаправленный выбор движений, упражнений и правильная их последовательность.

Основными средствами музыкально-двигательного воспитания всегда должны оставаться игры и пляски.

СПИСКИ РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. «В гостях у сказки» М., Музыка, 1992г.
2. Движение и музыка. Игры, пляски, хороводы для детского сада. М., Музыка 1996г.
3. Конорова Е. В. Методическое пособие по ритмике. Вып. I. М., Музыка, 1972.
4. Конорова Е. В. Методическое пособие по ритмике. Вып.,2, Музгиз, 1956г.
5. Леонтьева О. Карл Орф. М., Музыка, 1984г.
6. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М., Просвещение, 1972г.
7. Шушкина З. Ритмика. М., Музыка, 1967г.