**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ДОРОГОБУЖСКИЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

Принято на педагогическом совете Утверждено приказом директора

МБУДО Дорогобужский ДДТ МБУДО Дорогобужский ДДТ

от «\_\_» \_\_\_ 2024 г. протокол №\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

***«РИТМОПЛАСТИКА»***

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:

Шарипова Юлия Алексеевна, педагог

дополнительного образования

Рыбчинская Елена Леонидовна, педагог

дополнительного образования

**г. Дорогобуж**

**2024**

**ПОЯСНИТЕЛЬНЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Ритмопластика»** является модифицированной и составлена на основе программы Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. «Са-Фи-Дансе».

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

• Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023 г.) «Об образовании в Российской Федерации»;

• Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 г. № 16);

• Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

• Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

• Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утв. Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

• Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20);

• Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 г. № АК–2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);

• Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

• Локальные акты образовательной организации (Устав, Положение о проектировании ДООП в образовательной организации, Положение о проведении промежуточной аттестации обучающихся и аттестации по итогам реализации ДООП).

**Направленность программы -** художественная.

**Новизна программы** заключается в том, что с помощью интеграции образовательных областей «Музыка» и «Физическая культура» осуществляется комплексный подход к **коррекционно-развивающему воспитанию.** Эта связь обеспечивает формирование у детей как музыкально-ритмических навыков (ритмического, динамического, тембрового музыкального слуха, способности различать форму, характер музыкального произведения), музыкальной памяти, внимания, так и двигательных навыков, которые обеспечивают согласование средств музыкальной выразительности и передачу их в различных движениях в играх, плясках, упражнениях; развитие координации движений, умение ориентироваться в пространстве.

**Актуальность** программы состоит в том, что занятия ритмопластикой способствуют физическому развитию детей, совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус, что создает у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии организма в целом. Все виды музыкально-ритмической деятельности способствуют правильному выполнению основных движений, повышают их четкость, выразительность. Под влиянием музыкально-ритмической деятельности развиваются положительные качества личности ребенка, дети ставятся в такие условия, когда они должны проявить активность, инициативу, решительность и находчивость, что очень важно для маленького актера. Совершенствуются музыкально-эстетические чувства детей. Каждое ритмическое и пластическое задание ребенку нужно понять, запомнить и осмыслить. Он должен быть внимательным и собранным, правильно выполнять указания взрослого. Ритмопластика развивает память, вырабатывает устойчивость произвольного внимания, совершенствует творческую активность. Ведь при постановке спектаклей и на занятиях актерского мастерства дети, вживаясь в свои роли, все время «ищут» свой образ, пытаясь как можно ярче выразить его на сцене.

**Педагогическая целесообразность** программыобусловлена тем, чторазвитие моральных и волевых качеств детской личностипродолжает оставаться важной стороной педагогического руководства двигательной деятельностью в процессе физического воспитания. Через знакомство с правилами игры ребенок начинает приобретать опыт, который ему необходим для выработки самоконтроля. Следует подчеркнуть, что накопление у ребенка опыта идет через игру, это механизм самоорганизации и самообучения. Укрепляется, и сохранятся здоровье детей, вырабатываются устойчивые навыки в основных видах движений и в выполнении физических упражнений, с ранних лет закладывается в сознание дошкольников любовь к физическому воспитанию.

**Цель программы:** развитие физических, музыкально-ритмических способностей средствами движения, музыки и ритма.

**Задачи программы.**

**Образовательные:**

- ознакомить с основными танцевальными элементами, движениями.

- формировать знания и умения в области хореографического мастерства;

- формировать познавательный интерес к искусству звуков;

- научить двигаться в соответствии с характером музыки.

**Развивающие:**

- развивать двигательные качества и умения:ловкость, точность и координацию движений;

гибкость и пластичность; умения ориентироваться в пространстве;

- развивать творческие способности, потребность самовыражения в движении через музыку;

- развивать восприятие, внимание, память, мышление;

- совершенствовать пространственную ориентировку.

**Воспитательные:**

- воспитывать дисциплинированность, силу воли и трудолюбие;

- воспитывать у обучающихся выдержку, настойчивость в достижении цели;

- воспитывать доброжелательность, умение вести себя в группе, подчиняться правилам.

**Отличительной особенностью** данной программы является то, что игровые приемы обеспечивают динамичность процесса обучения, максимально удовлетворяют потребности ребенка, что способствует формированию интереса к занятиям и наилучшему усвоению материала, следовательно, оптимальному воздействию упражнений на организм. Музыкально-ритмические упражнения и танцы поднимают настроение, а возможность проявлять самостоятельность и творчество в движениях повышают самооценку ребенка.

**Срок реализации:**

Данная программа **«Ритмопластика»** рассчитана на **1 год** обучения в объёме **36 часов** и ориентирована на следующую возрастную ступень - старший дошкольный возраст – **5-6 лет**. Занятия проводятся один раз в неделю по **1** академическому часу (30 минут).

**Основной формой** работы остаются занятия, которые проводятся группами и подгруппами. Используются комплексные, сюжетные, тематические и другие виды занятий.

**Форма занятий:** групповая.

**Уровень сложности программы:** стартовый

**Планируемые результаты освоения программы и способы их проверки.**

**Личностные:**

* развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
* развитие самостоятельности и личной ответственности.

**Метапредметные результаты освоения программы:**

***Регулятивные:***

- умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;

- умение осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата.

***Познавательные:***

- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

- умение определять понятия, создавать обобщения;

- умение классифицировать, строить умозаключение и делать выводы.

***Коммуникативные:***

- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;

- умение конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- умение слушать собеседника и вести диалог.

**Предметные результаты освоения программы:**

Обучающиеся будут знать:

- о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие человека и его творческие способности;

- о обогащении двигательного опыта.

Обучающиеся будут уметь:

- контролировать осанку, положение рук, ног, головы;

- ориентироваться в пространстве;

- развивать двигательные качества: ловкость, гибкость, пластичность.

**Основными способами проверки планируемых результатов** являются педагогическое наблюдение, демонстрация выученного материала, опросы в игровой форме.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:**

- проведение открытых занятий для родителей;

- проведение итогового занятия в конце года.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |  |
| 1 | **Вводное занятие** | 1 | 0,5 | 0,5 | Беседа |
| 2 | **Азбука музыкального движения*** Ритмическое исполнение мелодий
* Марш. Ритмический счет.
* Фигуры в танце.
* Музыкально-подвижные игры
 | 72212 | 1,50,50,50,5 | 5,51,51,511,5 | Беседа, занятие-тренировка, занятие-игра |
| 3 | **Развитие пластики тела** * Партерная гимнастика.
* Выполнение общеразвивающих, здоровьесберегающих упражнений.
* Пластичная гимнастика.
* Упражнения на формирование правильной осанки.
 | 102332 | 1,50,50,50,5 | 8,51,52,52,52 | Беседа, занятие-тренировка, занятие-игра |
| 4 | **Танцевально-ритмическая гимнастика*** Танцевальные шаги
* Ритмические композиции
* Бег, прыжки
 | 6141 | 0,50,5 | 5,513,51 | Беседа, занятие-тренировка, занятие-игра |
| 5 |  **Танец*** Танец «Зарядка для зверят».
* Русские-народные танцы
* Танец-импровизация
 | 71,52,53 | 30,51,51 | 4112 | Беседа, занятие-тренировка, занятие-игра |
| 6 | Социализация и воспитание* Посвящение в Почемучки
* Новогодний утренник
* Масленица
* Путешествие в страну «Светофорию»
 | 4 |  | 41111 |  |
| 7 | Итоговое занятие | 1 |  | 1 | Игра |
|  | **Итого**  | 36 | 7 | 29 |  |

##

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА**

## 1 Раздел. Вводное занятие «Ритмопластика» (1 час).

## *Вводное занятие (1 час).*

*Теория:* Знакомство с обучающимися. Введение в образовательную программу. Культура поведения на учебных занятиях. Вводный инструктаж.

*Практика*: Игра «Знакомство».

## 2 Раздел. Азбука музыкального движения (7 часов).

***Ритмическое исполнение мелодий (2 часа).***

*Теория:* Виды музыкальных размеров: 2/4, 3/4, 4/4.

*Практика:* Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди музыкальную фразу». Игра в хлопки с увеличением темпа: хлопки (на сильную долю) становятся громче и увеличивается размах рук, и, наоборот, со снижением темпа все стихает. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

***Марш. Ритмический счет. Перестроения из одной колонны в два круга (2 часа).***

*Теория:* Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Беседа о жанре, характере и музыкально-выразительных средствах.

*Практика:*Игра «Найди свой путь», движение по залу со сменой направлений под музыку. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре. Музыкально-ритмические упражнения на практическое усвоение понятий: «Темп», «Ритм», «Динамика», «Музыкальная фраза», «Акцент».

***Фигуры в танце (1 час).***

*Практика:* Игра «Сделал - остановись». Основные движения (тройной притоп, шаг с притопом, «веревочка», «ковырялочка), направления танцевального движения в зале лицом по линии танца. Построение парами по кругу, лицом друг к другу. Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, перестроения из колонны в шеренгу и обратно, «звездочка», «конверт».

***Музыкально-подвижные игры (2 часа).***

*Теория:* Знакомство с музыкальными играми.

*Практика:* Изучение и исполнение образно-танцевальных игр «День-ночь», «Кошки-мышки», «зайцы и волк». «Громче-тише».

## 3 Раздел. Развитие пластик тела (10 часов).

***Партерная гимнастика (2 часа).***

*Теория:* Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений.

*Практика:* Система специально разработанных упражнений для развития природных физических данных учащихся. Основы гимнастики на полу.

***Выполнение общеразвивающих, здоровьесберегающих упражнений (3 часа).***

*Теория:* Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Основные принципы дыхания. Выделение различных групп мышц. Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце. Понятие о мышечном тонусе.

*Практика:* Развитие навыков растяжения и расслабления. Освоение системы упражнений, направленной на развитие подвижности суставных сочленений: вращения в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа), различные виды приседаний, прыжки.

***Пластичная гимнастика (3 часа).***

*Теория:* Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Основные принципы дыхания.

*Практика:* Выполнение упражнений на полу, упражнения на напряжение и расслабление мышц тела, упражнения для укрепления всех групп мышц ног.

***Упражнения на формирование осанки (2 часа)***

Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце.

*Практика:* Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса: наклоны головы, сжатие и расслабление пальцев рук, вращение кистей, локтей и плеч. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса: наклоны в стороны и вперёд, потягивания в стороны и вверх, круговые вращения корпуса. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины: сжатие и растяжение мышц грудного отдела, растягивание и скручивание мышц поясничного отдела позвоночника.

**4 Раздел. Танцевально-ритмическая гимнастика (6 часов).**

*Танцевальные шаги (1 час)*

*Практика:* Танцевальные шаги: с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук.

***Ритмические композиции (4 часа).***

*Теория:* Понятие о детальных оттенках музыки, музыкальные размеры, темп, характер музыки (четко, сильно, медленно, плавно).

*Практика:* Изучение и исполнениеобразно-танцевальных композиций «Ладошки», «Слоник», «Зарядка», «Часики». Синхронность и координация движений под музыку, ритмическая композиция «Гуси». Разучивание танцевальных элементов «Качели», «Мельница».

*Бег, прыжки (1 час).*

*Практика:* Лёгкий бег, бег с за хлёстом голени, бег на месте и в продвижении, бег с поднятием ног спереди, согнутых в коленях, на месте и с продвижением. Прыжки: понятие маленьких и больших прыжков. Подскоки: на месте; с продвижением.

## 5 Раздел. Танец (7 часов).

***Танец «Зарядка для зверят» (1,5 часа).***

*Теория:* Понятия «вступление», «пауза».

*Практика:* Изучение и исполнение танца **«**Зарядка для зверят**»**.

***Русские-народные танцы (2,5 часа).***

*Теория:* История русского народного танца «Хоровод», «Плясовая». Основные движения (переменный и боковой шаг, припадание). Направления танцевального движения в зале: лицом по линии танца по кругу, в центр круга. Движение вперёд и назад, движение по спирали. Основные движения (тройной притоп, шаг с притопом, «веревочка», «ковырялочка),

*Практика:* Изучение и исполнение танца «Хоровод». Изучение и исполнение танца «Плясовая» в парах.

***Танец импровизация (3 часа)***

**6 Раздел. Социализация и воспитание (4 часа).**

*Практика:* Проведение мероприятий: Посвящение в Почемучки; Новогодний утренник; Масленица; Радужные состязания; Путешествие в страну «Светофорию».

7 Раздел. ***Итоговое занятие (1 час)***

*Практика:* Итоговая игра.

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата проведения | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Формы аттестации/ контроля |
|  | Занятие-беседа,Занятие-игра | 1 | Вводное занятие. Вводный инструктаж.Знакомство.  | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Знакомство с ритмопластикой. Дыхательная гимнастика. Входная аттестация. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Ритмическое исполнение мелодий (хлопки, выстукивания, притопы) | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Марш. Ритмический счет. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Разминка. Разучивание танцевальных шагов. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Разминка. Фигуры в танце: круг, линия, звездочка, квадрат. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-игра | 1 | Музыкально-подвижные игры «День-ночь», «Кошки-мышки» | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Музыкально-подвижные игры «Зайцы и волки», «Громче-тише» | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Разучивание комплекса упражнений на полу | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Упражнения для развития гибкости тела | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Выполнение общеразвивающих здоровьесберегающих упражнений. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-игра | 1 | «Посвящение в Почемучки» | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Упражнения на укрепление мышц спины. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Ритмические движения | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Разучивание движений на развитие пластики (русалочка, колечко) | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-игра | 1 | Музыкально-подвижная игра «Мороз». Промежуточная аттестация. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Новогодний утренник | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Упражнения для развития гибкости тела «Кошечка» | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-развлечение | 1 | Упражнения на формирование правильной осанки. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Разминка. Разучивание танцевальных шагов. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Ритмические композиции | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Понятие пространственных перестроений. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Разминка. Разучивание танцевальных движений. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-игра | 1 | Бег. Прыжки  | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-игра | 1 | Масленица | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-игра | 1 | Разучивание танцевальных движений | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Разучивание танцевальных движений. Промежуточная аттестация. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Музыкально-ритмическая игра «Передай ритм» | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Танец «Зарядка для зверят» | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Музыкальная игра на развитие слуха. |  | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Музыкальная игра на развитие чувства ритма | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-развлечение | 1 | История возникновения русских-народных танцев | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-беседа | 1 | Русский народный танец «Хоровод». Особенности танца, основные движения. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Итоговое занятие  | 1 | Русский народный танец «Хоровод». Особенности танца, основные движения. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 | Русский народный танец «Плясовая».Особенности танца, основные движения. | Здание учреждения | Практическая работа |
|  | Занятие-тренировка | 1 |  Путешествие в страну «Светофорию» | Здание учреждения | Игра |
|  | Занятие-развлечение | 1 | Итоговое занятие | Здание учреждения | Игра |

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Ритмопластика» проходят в игровой форме, так как игра является ведущим видом деятельности для детей 5-6-тилетнего возраста. По своему содержанию занятия соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям обучающихся.

Каждая тема состоит из теоретической и практической части.

**Теоретическая часть** включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, показ изучаемых элементов танца или игры, объяснение принципа движения, беседу с обучающимися, просмотр видеоматериалов. В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий. Изучение теории входит в каждое учебное занятие.

**Практическая часть** включает разминку, отработку движений обучающимися, составление вариаций из изученных движений и их исполнение. В конце каждого занятия обучающиеся под руководством педагога анализируют свою работу, используя метод взаимооценки.

**Структура занятий** включает в себя три основные части: **подготовительную, основную, заключительную.**

**Подготовительная часть занятия.** Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния воспитанников; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

**Основная часть занятия.** Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографические упражнения; элементы современного, бального, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности: на данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

**Заключительная часть занятия**. Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности: в заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у воспитанников чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

**Методы организации учебно-воспитательного процесса**:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

5. Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

**Материально-техническое оснащение.**

Занятия проводится как в музыкальном зале.

Для реализации программы «Ритмопластика» необходимо следующее оборудование:

- компьютер (музыкальный центр);

- компакт – диски;

- спортивный инвентарь;

- гимнастические коврики.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

 **ЛИТЕРАТУРА, ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ПРИ СОСТАВЛЕНИИ ПРОГРАММЫ:**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. 4-е изд., исправ. и доп.- СПб.: «ЛОИРО» 2018. - 220 с.

2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 2. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2016. – 48 с.

3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе - танцевально-игровая гимнастика для детей. ФГОС». – СПб.: «Детство-пресс», 2020. - 352 с.

4. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г Лечебно-профилактический танец. Фитнес-Данс. Учебное пособие. – СПб.: «Детство-пресс», 2017. – 384 с.

**ЛИТЕРАТУРА, ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ПЕДАГОГОМ:**

1. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: «Просвещение», 2015. – 203 с.

2. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. – М.: «Айрис-пресс», 2018. – 112 с.

3. Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Веста: «Ранок», 2019. – 64 с.

4. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. – СПб.: «Композитор», 2020. - 76 с.

5. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: «Академия развития», 2016. - 112 с.

6. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. - М.: «Линка-пресс», 2016. - 272 с.

7. Суворова Т.И. Танцуй, малыш! – СПб.: «Музыкальная палитра», 2019. – 48 с.

**ЛИТЕРАТУРА, РЕКОМЕНДУЕМАЯ ДЕТЯМ И РОДИТЕЛЯМ:**

1. Ефименко Н.Л. Развитие ритмопластики у детей в условиях современной дошкольной образовательной организации. / «Молодой ученый» - 2020. № 3. – С. 419-421. — URL: <https://moluch.ru/archive/293/66359/> (дата обращения 20.05.2024)

2. Куприна Н.Г., Нечаева Т.Б. Танцуем вместе с мамой: развитие ритмопластики у дошкольников. – Екатеринбург: «АртСозвездие», 2019. – 186 с.

3. Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. – СПб.: «Пионер», 2018. – 336 с.

Приложение 1

**Диагностика личностных результатов обучающих*с*я**

**1. Методика «Волшебная палочка»**

**Цель:** данная методика позволяет оценить нравственные ориентиры дошкольников, определить доминирующие потребности воспитанника.

**Инструкция:** ребятам предлагается представить, что они волшебники и могут исполнить три любых желания. Дошкольников просят назвать эти три желания. Возможен вариант, попросить детей расположить эти желания, начиная с самого главного для них.

**Интерпретация:** ответы анализируются по следующей схеме: для себя, для близких, для людей в целом. Педагогу рекомендуется в дальнейшем выстраивать свои занятия исходя их результатов данной методики по каждому воспитаннику и по всей группе в целом.

**2. Методика определения самооценки "Лесенка" (к мониторингу личностного развития ребенка п.2.1.)**

**Назначение:** позволяет определить самооценку дошкольника

**Инструкция:** педагог рисуем на листе бумаги лестницу из 10 ступенек.

Показывает обучающимся лесенку и говорит, что на самой нижней ступеньке стоят самые плохие мальчики и девочки.

На второй - чуть-чуть получше, а вот на верхней ступеньке стоят самые хорошие, добрые и умные мальчики и девочки.

На какую ступеньку поставил бы ты себя? (Нарисуй себя на этой ступенечке. Можно нарисовать 0, если ребенку трудно нарисовать человечка).

**Обработка результатов:**

1-3 ступенька - низкий уровень самооценки (заниженная);

4-7 ступенька - средний уровень самооценки (правильный);

8-10 ступенька - высокий уровень самооценки (завышенная).