

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД №20 «КРИСТАЛЛИК»**

|  |
| --- |
| Принято  на заседании педагогического совета №\_\_\_\_\_  от«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г. |

|  |
| --- |
| Утверждаю  Заведующая МДОУ ЦРР-  детского сада №20 «Кристаллик»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В.Гусева  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г. |

**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Кружок «Ритмическая карусель»**

**на 2023-2024 учебный год**

**Составитель:**

Музыкальный руководитель

Эсауленко Ирина Ивановна

**Цель работы кружка**–обучение детей творческому исполнению танцевальных движений и передаче образов через движения, формирование социально значимых личностных качеств и развитие творческих способностей, способностей к самовыражению и развитие индивидуальных качеств ребенка, средствами музыки и ритмических движений.

**Задачи:**

***Развитие музыкальности****:*

развитие способности чувствовать настроение и характер музыки; развитие чувства ритма; развитие музыкальной памяти.

***Развитие двигательных качеств и умений:***

развитие точности, координации движений; развитие гибкости и пластичности; формирование правильной осанки; развитие умения ориентироваться в пространстве; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

***Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:***

привитие основных навыков в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание; развитие творческого воображения и фантазии; развитие способности к импровизации;

***Развитие и тренировка психических процессов:***

развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике; развитие восприятия, внимания, памяти;

***Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:***

Воспитание таких качеств, как внимание, целеустремлённость, собранность, работоспособность, коллективизм; воспитание умения сопереживать другому; воспитание умения вести себя в группе во время движения; воспитание чувства такта.

***Укрепление здоровья детей:***

Укрепления иммунитета за счет физических упражнений и двигательной активности

**Методика и содержание программы «Ритмопластика».**

**Методы обучения, используемые в программе.**

**Логоритмика.**

Движения выполняются под стихи. Логоритмика используется в подготовительной части занятия, в партерной гимнастике, в разучивании танцевальных элементов, в образных танцах и в играх.

**Музыкальная разминка.**

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

**Ритмическая гимнастика.**

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

**Партерная гимнастика.**

Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия и выполняются с использованием логоритмики.

**Танцевальные движения.**

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

**Сюжетно-образные танцы.**

Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются как правило изученные танцевальные движения.

**Музыкальные игры.**

Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

**Примерный план организации занятия танцевального кружка.**

Вводная часть:

• построение и приветствие детей

• проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

• разминка в движении: ходьба, бег, прыжки

• танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

• партерная гимнастика

• разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.

• разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

• музыкальная игра

• построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

**Материально-техническое обеспечение.**

Предметы, используемые для реализации программы.

На занятиях по ритмике и танцу используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки на кольцах, ленточки на палочках, обручи, плоские кольца, флажки, султанчики, погремушки, цветы, воздушные шарики, мячи, колокольчики, шляпки. Для открытых уроков и отчетных концертов используются также костюмы и дополнительные атрибуты, для яркости представления приобретенных навыков по программе «Ритмопластика»

**Технические средства**

Музыкальный центр, аудио материал

**Ожидаемые результаты:**

- овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;

- овладение выразительностью и красотой движения;

- овладение чувством ритма;

- возросший интерес к занятиям танцевально-ритмической деятельностью;

- укрепление иммунной системы организма;

- укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;

- развитие правильной осанки;

Учебно-тематический план.

**Программа разделена по возрастам и рассчитана на три года обучения в соответствии с возрастными группами детей:**

Средняя группа – дети 4-5 лет, занятия 1 раз в неделю по 20 мин.

Старшая группа – дети 5-6 лет, занятия 1 раз в неделю по 25 мин.

Подготовительная группа – дети 6-7 лет, занятия 1 раз в неделю по 30 мин.

**Средняя группа. Дети 4-5 лет.**

Возрастные особенности. К 4-5 годам движения детей становятся более координированными. Восприятие становится более точным и образным. Дети уже могут запомнить небольшую сюжетно-образную танцевальную композицию. Они более активны в играх и быстрее схватывают новый материал.

Содержание программы.

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

• Изображение различных животных в движении

• упражнения для плеч, головы корпуса;

• бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;

• упражнения с различными предметами

Партерная гимнастика.

• упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)

• упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»;

Танцевальные движения.

• повторение пройденных движений

• топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;

• танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки)

• построение в две и в три линии и обратно в одну колонну;

• движение в парах по кругу

• равномерный бег с захлёстом голени быстро и с замедлением;

• легкие, равномерные, высокие прыжки;

• перескоки с ноги на ногу;

• простой танцевальный шаг, приставной шаг;

• работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками

• танец польки по линии, по-одному и в парах;

• танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее

Сюжетно-образные танцы

• Повторение пройденных танцев

• Изучение танцев «Паровоз-букашка», «Подсолнухи», «Балалайки», «Птицы мои птицы», «Весенний хоровод », «Снежки», «Маки».

Музыкальные игры

• Ранее изученные игры по желанию,

• Игры «ручеек», «горелки», «лавата», «перевернись ты»

Итоговое занятие.

Открытый урок в конце первого полугодия;

Отчетный концерт в конце года.

Старшая группа. Дети 5-6 лет.

Возрастные особенности. Дети становятся более артистичными и координированными. Дети шестого года жизни уже могут строить свое поведение, придерживаясь роли. Поэтому они с удовольствием изображают различные образы и импровизируют. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, но теперь ребенок желает показать себя миру. Здесь очень важно выстраивать занятия так, чтобы дети могли проявить себя, обязательно хвалить их и отмечать, что ребенок старается, выполняет упражнение или движение правильно.

**Содержание программы.**

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

• Изображение различных животных в движении

• упражнения длявсе групп мышц с предметами и без;

• бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;

• различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями

Партерная гимнастика.

• упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)

• плавный переход из упражнения в упражнение: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка», «коробочка»

Танцевальные движения.

• повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение

• танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпками) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные

• работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками

• движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями

• танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее

• построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов;

• движения польки по кругу;

• «Енка-енка» в различных видах построения

Сюжетно-образные танцы

• Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение

• Изучение новых танцев, «Защитники», «Улыбнись», «Метель», «Зима», «Весенний хоровод».

Музыкальные игры

• Ранее изученные игры по желанию,

• Игры «рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй»

Итоговое занятие.

Открытый урок в конце первого полугодия;

Отчетный концерт в конце года.

**Подготовительная группа. Дети 6-7 лет.**

Возрастные особенности. С шести лет дети уже больше осознают свое «Я», хорошо взаимодействуют со сверстниками, появляется стремление научиться делать движения лучше, красивее, точнее. Они уже способны самостоятельно исправлять свои ошибки и вносить коррекцию по ходу двигательной деятельности. Таким детям легче освоить сложнокоординированные танцевальные движения и гимнастические упражнения.

**Содержание программы.**

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

• Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках)

• использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев

• движения по показу из пройденных элементов и движений

**Партерная гимнастика.**

• упражнения для развития гибкости с усложнением: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка»

• быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки

**Танцевальные движения.**

• повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение

• упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные

• работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами (притопами, различными танцевальными шагами, движениями руками)

• построение в два круга, противоходы и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов;

• танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее, смена партнера в движении

**Сюжетно-образные танцы**

• Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений

• Изучение новых танцев с использованием предметов «Мы маленькие дети», «Улыбнись», «Защитники», «Славянский хоровод», «Пляска»

**Музыкальные игры**

• Ранее изученные игры по желанию,

• Игры «Дискотека», игра «Зеркало», «Догонялки с использованием танцевальных движений»

Итоговое занятие.

Открытый урок в конце первого полугодия;

Отчетный концерт в конце года.

**Перспективный план занятий по программе «Ритмопластика».**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| **Сентябрь – Октябрь - Ноябрь** | Диагностика | Беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые и ритмические упражнения | Беседа, анкетирование родителей, диагностические танцевальные и игровые упражнения | Беседа, анкетирование родителей, диагностические танцевальные игровые упражнения |
| Танцевальная разминка | Изображение различных животных в движении, упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;  упражнения с различными предметами | Изображение животных в движении, упражнения длявсе групп мышц с предметами и без них; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями | Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках);  использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев;  движения по показу из пройденных элементов и движений |
| Партерная гимнастика | Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение | Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики;  плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения) | Упражнения для развития гибкости с усложнением: быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки |
| **Танцевальные движения** | Повторение пройденных движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; танцевальные движения с предметами (чередование - мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки), построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг | Повторение пройденных элементов и их усложнение; танцевальные движения с атрибутами (чередование - мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке) пройденные и новые, более сложные; движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями | Повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение;  упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) более сложные;  работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами построение в два круга |
| **Сюжетно-образные танцы** | Повторение изученных ранее танцев, новые «Подсолнухи», «Ладошки покажи» | Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение  Изучение новых танцев «Грибы-грибочки», «Я рисую» | Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений  новые танцы «Птицы», «Осенние краски» |
| Музыкальные игры | Ранее изученные игры, новая игра «ручеек»,«Птичий двор!!!», «Чудо-юдо», «Насос», «Цыплята» | Ранее изученные игры, игра «Снегопад», «рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй» | Изученные игры;«Мокрые котята», «Марионетки», «Танцевальные догонялки» |
| **Декабрь – Январь – Февраль** | Танцевальная разминка | Изображение различных животных в движении; упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; упражнения с различными предметами | Изображение различных животных в движении; упражнения для всех групп мышц с предметами и без; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями | Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках); использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев; движения по показу из пройденных элементов и движений |
| Партерная гимнастика | Повторение пройденных и новые: «бабочка», «лодочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; упражнения для стоп; | Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики;  плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения) | Упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки; быстрый переход изупражнение в упражнение с использованием стихотворения «У Лукоморья дуб зеленый» |
| **Танцевальные движения** | Повторение пройденных движений, построение в три линии и обратно в одну колонну; движение в парах по кругу, легкие, равномерные, высокие прыжки; перескоки с ноги на ногу; простой танцевальный шаг, работа над движением рук – волна» руками, танец польки по линии в парах; | Повторение пройденных движений, танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее;  построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов; | Повторение изученных ранее, противоходы и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; танец польки по кругу со сменой партнера; |
| **Сюжетно-образные танцы** | Повторение пройденных танцев, , «Снежки», «Метелицы» | Повторение изученных ранее танцев; изучение нового «Метель», «Славянский хоровод», | Повторение изученных танцев, добавление новых «Метель», «Славянский хоровод», «Пляска». |
| Музыкальные игры | Ранее изученные игры, новая игра «перевернись ты», «поезд», «Снеговики», «Цыплята», «Марионетки», «Веселая карусель», «Мокрые котята» | Ранее изученные игры по желанию,  игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй», «Магазин игрушек», «Мы едем, едем, едем», «Снежинки-ручейки», «Снеговик» | Ранее изученные игры;  Игра «Дискотека», «Завивайся ниточка в клубочек», «Карнавал животных», «Снегопад» |
| Открытый урок | Сценарий по пройденному материалу | Сценарий по пройденному материалу | Сценарий по пройденному материалу |
| **Март – Апрель - Май** | Танцевальная разминка | Изображение различных животных в движении  упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;  упражнения с различными предметами | Изображение различных животных в движении, упражнения длявсе групп мышц с предметами и без; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;  различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями | Пройденные упражнения, смена упражнений на растяжку с использованием стихотворения «У Лукоморья дуб зеленый» |
| Партерная гимнастика | Повторение пройденных и новые: «колечко», «мостик»;упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение | Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения) | Упражнения для развития гибкости с усложнением: быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки |
| **Танцевальные движения** | Повторение пройденных движений, работа над движением рук – пластика кистей, танец польки по кругу, танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее | Повторение пройденных движений,  движения польки по кругу в парах и усложнение движений; | Повторение изученных ранее, перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов;танцевальные движения в парах и смена партнера в движении;танец польки по кругу со сменой партнера; |
| **Сюжетно-образные танцы** | Повторение изученных и новые «Паровоз-букашка» | Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение  Изучение нового танца «Весенний хоровод», «Улыбнись», «Защитники» | Повторение изученных танцев, добавление нового «Хоровод березка», «Улыбнись», «Защитники» |
| Музыкальные игры | Ранее изученные игры, новая игра «горелки», «лавата», «Передай настроение» | Ранее изученные игры по желанию, «Прекрасные цветы», «Поезд» | Ранее изученные игры;  игра «Зеркало» |
| Отчетный концерт | Сценарий по пройденному материалу | Сценарий по пройденному материалу | Сценарий по пройденному материалу |

Список используемой литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.

2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб.пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.

3. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003

4. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.

5. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.

6. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов -на – Дону «Феникс» 2003г.

7. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.

8. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.

9. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.

10. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.

11. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.

12. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.

13. Константинова А.И. Игровойстретчинг. – СПб.: Вита, 1993.

14. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.

15. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.

16. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Варгус, 1982.