

**Муниципальное автономное учреждение культуры  
дополнительного образования  
«Детская музыкальная школа № 3 имени Д. Д. Шостаковича»**

**РАССМОТРЕНО**


Методическим советом  
МАУК ДО «ДМШ № 3  
имени Д. Д. Шостаковича»  
Протокол № 3 от 01.03.2023 г.

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
МАУК ДО «ДМШ № 3  
имени Д. Д. Шостаковича»  
Протокол № 4 от 20.03.2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МАУК ДО «ДМШ № 3  
имени Д. Д. Шостаковича»

 Усанова Е.В.  
Приказ № 45-общ. от 20.03.2023 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Цветочный город+»**

**Срок обучения 1 год**

**Рабочая программа учебного предмета**

**В.01.УП.02. РИТМИКА**

**Екатеринбург  
2023**

Рабочая программа учебного предмета «Ритмика». МАУК ДО «ДМШ № 3 имени Д. Д. Шостаковича», 2023. – 10 с.

Данная рабочая программа может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения по особому распоряжению Учредителя.

**Составитель:**

Черкасская Ольга Владимировна, преподаватель МАУК ДО «ДМШ № 3 имени Д. Д. Шостаковича» по классу аккордеона, преподаватель театральных дисциплин.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Содержание предмета
3. Методические рекомендации
4. Учебно-методическое обеспечение программы
5. Список литературы

## **1. Пояснительная записка**

В конце прошлого века ученые установили, что занятия музыкой в детстве положительно влияют на формирование физиологических и анатомических структур мозга и, прежде всего, на обмен информацией между полушариями.

Многолетние исследования зарубежных психологов показали, что дети, занимающиеся музыкой, опережают сверстников в интеллектуальном, социальном, и психомоторном развитии. Исследователями также отмечено заметное влияние музыкально - ритмических игр на формирование у детей хороших способностей к восприятию информации и способности концентрировать внимание.

Музыкально - ритмические игры являются эффективным средством для социальной адаптации ребенка, укрепления положительного эмоционального контакта между взрослым и малышом, а также прекрасной подготовкой для дальнейшего обучения.

Данная программа составлена на основе программы Екатерины и Сергея Железновых «Музыка с мамой», системы Монтессори, системы К.Орфа, оздоровительно-развивающей программы «Са-Фи-Дансе» по танцевально-игровой гимнастике.

В предлагаемой программе музыкальное развитие является не только целью, но средством общего и социального развития детей раннего и младшего возраста. Раннее развитие у детей - это залог их успешного будущего, легкой адаптации в любом коллективе и, наконец, счастливой жизни. Игровая форма подачи учебного материала, комплексный характер, доступность и практичность использования превращают уроки музыки с малышами в веселую обучающую игру.

Новизной программы является также сочетание традиционных подходов и использование современных технических средств обучения. Обеспеченность практическим материалом (аудио, видео) позволяет целенаправленно заниматься комплексным музыкальным и общим развитием ребенка. Используя музыкально - игровую развивающую среду как средство развития, педагоги

содействуют обогащению сенсомоторного эмоционально-творческого совместного опыта детей как предпосылок их успешного общего, музыкального и социального развития.

**Цель программы** - способствовать умственному, физическому, социальному и эстетическому развитию детей раннего и дошкольного возраста средствами музыкального воспитания.

**Задачи программы:**

1. Способствовать раннему развитию ребенка через комплексную музыкальную деятельность.

2. Формировать оптимальные условия для регулярности занятий, что является необходимым условием раннего развития. Формировать готовность к дальнейшему обучению

3. Формировать музыкальные способности, музыкальную сенсорику, музыкальный вкус ребенка.

4. Способствовать укреплению здоровья, формировать правильную осанку, содействовать профилактике плоскостопия, содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечнососудистой и нервной систем организма.

5. Совершенствовать психомоторные способности дошкольников: содействовать развитию чувства ритма, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.

**Принципы программы:**

Программа имеет развивающий характер, ориентирована на общее и музыкальное развитие ребенка в процессе овладения им музыкальной деятельностью;

В программе учтены идеи оздоровительного и развивающего компонента: принцип единства развивающей и оздоровительной работы с детьми.

Занятия по ритмике проводятся комплексно, в группах по 9-10 детей. Курс для детей 4-5 лет рассчитан на один год. Занятия продолжаются 20 минут, 1 раз в неделю.

## **2. Содержание программы**

Технология музыкального обучения и воспитания базируется на игровых методах и сочетании музыкальной деятельности с другими направлениями воспитательной работы с детьми, что обеспечивает общее, социальное и эстетическое развитие ребенка в процессе занятий.

Организация музыкальных занятий происходит в разнообразных формах: в форме сюжетно-тематических музыкальных занятий, комплексных и интегрированных занятий.

Направлениями работы по программе являются:

- «Игры на общение» (коммуникативные, хороводные)
- Пальчиковая гимнастика
- Игры - потешки
- Игры - массаж
- Игры с предметами
- Игры с одражательными движениями
- Игры с ловлей
- Игровая гимнастика
- Хороводные игры и танцы
- Развитие речи
- Развитие музыкально-слуховых представлений
- Игра на шумовых и звуковысотных инструментах.
- Танцевально-ритмическая гимнастика

Музыкально-ритмическая деятельность, по мнению специалистов, имеет еще и особую важность благодаря формированию ускоренного обмена информацией между левым и правым полушариями.

### **1. Игроритмика.**

Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот.

Гимнастическое дирижирование — тактирование на музыкальный размер 2/4. Выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе.

## **2. Игрогимнастика.**

- Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по сигналу. Повороты направо, налево, по распоряжению. Строевые приемы «Становись!», «Разойдись!» в образно-двигательных действиях. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам. Размыкание по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим.

- Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета. Комбинированные упражнения в стойках. Присед. Различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и упоре присев. Комбинированные упражнения в седах и положении лежа. Прыжки на двух ногах. Упражнения с предметами. Основные положения и движения в упражнениях с лентой. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Посегментное расслабление рук на различное количество счетов. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. Потряхивание йогами в положении стоя. Свободный вис на гимнастической стенке. Дыхательные упражнения, в имитационных и образных движениях. Упражнения на осанку в седе и седе «по-турецки».

- Акробатические упражнения. Группировки в приседе и седе на пятках. Перекаты вправо и влево из группировки в седе на пятках с опорой на предплечья. Переход из седа в упор стоя на коленях. Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

## **3. Игротанцы.**

- Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью. Полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре. Выставление ноги вперед и в сторону,

поднимание ноги, стоя боком к опоре. Выставление ноги назад на носок и поднимание ноги, стоя лицом к опоре. Прыжки выпрямившись, опираясь на опору. Перевод рук из одной позиции в другую. Соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры.

- Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Пружинные движения ногами на полуприседах, кик-движение. Шаг с подскоком. Русский попеременный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг-припадание. Комбинации из изученных танцевальных шагов.

- Ритмические и балльные танцы «Современник», «Макарена», «Полька», «В ритме польки», «Русский хоровод», «Падеграс», «Конькобежцы», «Травушка-муравушка», «Модный рок», «Артековская полька», «Давай танцуй».

**4. Танцевально-ритмическая гимнастика.** Специальные композиции и комплексы упражнений «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракан и сверчок», «Облака», (упражнения с ленточками), «Приходи, сказка», «Бег по кругу», «Черный кот».

**5. Игропластика.** Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

**6. Пальчиковая гимнастика.** Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях, со стихами и речитативами.

**7. Игровой самомассаж.** Поглаживание и растирание отдельных частей тела в образно-игровой форме.

**8. Музыкально-подвижные игры** «К своим флажкам», «Гулливер и лилипуты», «Волк во рву», «Группа, смирно!», «Музыкальные змейки», «Пятнашки». Игры на определение динамики и характера музыкального произведения, типа заданий для строевых и общеразвивающих упражнений.

**9. Игры-путешествия** «Искатели клада», «Путешествие на Северный полюс», «Приходи, сказка», «Путешествие в Спортландию», «Пограничники», «Цветик-семицветик», «Клуб веселых человечков», «Маугли».



**10. Креативная гимнастика.** Музыкально-творческие игры «Бег по кругу»; Специальные задания «Танцевальный вечер».

**11. Игра на шумовых инструментах.** Барабаны, бубны, ложки, маракасы, бубенцы и т.д. Ритмический аккомпанемент к детским песенкам. Сочетание пения и ритмического аккомпанемента. Метризация двух и трехсложных слов. Ксилофоны, металлофоны: разучивание мелодий, попевок и детских песенок. Игра в ансамбле. Выступление на концертах.

### **3. Методические рекомендации**

Для большинства родителей самым ценным является общее развитие малышей, а также получение положительных эмоций в процессе обучения.

Принципы работы:

1. Детям 5-6 лет трудно сидеть на месте, потому основой музыкальной деятельности должно быть движение.

2. В работе необходимо использовать фонограммы, так как без них педагог не имеет возможности участвовать в играх и танцах, активно помогать детям, играя при этом на музыкальном инструменте.

3. Критерием для создания звуковых материалов и заданий должны быть их традиционность, а также интерес и удовольствие детей.

4. Музыка должна быть или классической, но в то же время яркой и образной, или современной танцевальной.

5. Подвижные, пальчиковые и ролевые игры, звукоподражания и игра на детских шумовых инструментах, гимнастика под музыку и пение - необходимый вид деятельности для малышей. В таких играх с другими детьми и взрослыми ребенок использует и развивает многие свои способности, в частности:

- Улучшается общее физическое развитие, укрепляется мышечный корсет, формируется осанка.
- Развивается музыкальный слух, ритм, и музыкальная память.
- Формируются навыки вербального и невербального общения.

- Ребенок учится принимать решения, добиваться взаимопонимания, идти на компромиссы, он развивается эмоционально, у него формируется готовность и умение действовать в коллективе.

- Развиваются навыки мелкой и крупной моторики, а также слуховые, зрительные, тактильные способности к восприятию.

#### **4. Учебно-методическое обеспечение программы**

Класс с инструментом (пианино), магнитофон, фонотека, ноутбук, проектор, набор детских шумовых инструментов, мячи, обручи, гимнастические палки, скакалки, специальная литература по ритмике, музыкальной грамоте, игре на шумовых инструментах, передвижная магнитная доска.

## 5. Список литературы

1. Бекина С.И. «Музыка и движение» Москва «Просвещение» 2003 г.
2. Погорельский Ю.М. «Сценарии детских музыкальных представлений» Москва «Литера» 2004 г
3. Раевская Е.П. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» Москва «Просвещение» 2000 г.
4. Система детского музыкального воспитания Карла Орфа. Ленинград. «Музыка» 1970.
5. Фирилева Ж., Сайкина Е. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие. Санкт-Петербург, «Детство-пресс», 2006.
6. Чибрикова-Луговская А.Е. «Ритмика» Москва «Дрофа» 2001 г.