

ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ
ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«ШКОЛА-ИНТЕРНАТ №1 ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ И РЕАБИЛИТАЦИИ
СЛЕПЫХ»

ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ
ГОРОДА МОСКВЫ



«Утверждаю»
Директор ГБОУ ШОП №1
(И.В. Вишневский)

И.В. Вишневский 2016г.

Согласовано на заседании
методического объединения педагогов
дошкольного отделения

Протокол № 8
от 15 июня 2016г.
Председатель МО
Арендари (Н.А. Арендари)

Рабочая программа по предмету
«Ритмика»
для дошкольного отделения
на 2016/2017 учебный год

Вид программы: *адаптированная*
Срок реализации: *1 год*
Составитель:
Учитель,
Аракчеева С.А.,
первая квалификационная
категория

Москва, 2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана в соответствии с ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 №273-ФЗ, Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и представляет собой локальный акт образовательного учреждения, разработанный на основе адаптированной основной общеобразовательной программы дошкольного отделения ГБОУ ШОР №1.

Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. У детей, имеющих отклонения в развитии, в зависимости от состояния здоровья, внутренняя и внешняя активность ограничивается, и ребёнок начинает испытывать затруднения в выполнении тех или иных жизненно необходимых функций. Ритмика является составной частью музыкального и физического воспитания детей с нарушением зрения дошкольного возраста.

Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей имеющих проблемы в развитии зрения средствами музыкально-ритмической деятельности.

Музыкально-ритмические упражнения, игры, хороводы и пляски позволяют детям с нарушением зрения преодолевать трудности зрительно-пространственной ориентировки, некоординированность двигательных актов, их аритмичность и гиподинамию.

Дети знакомятся с характером музыки и учатся соотносить свои движения с её темпом, ритмом, скоростью, плавностью и др. Музыкальное сопровождение движений детей учит их быть ритмичными, отзывчивыми к различным двигательным актам. Занятия носят занимательный характер, способствующие снятию двигательной скованности детей с нарушением зрения.

Большое внимание уделяется развитию двигательной ориентировки в пространстве.

ЦЕЛЮ предмета ритмики является формирование у детей навыков музыкального ритма, развитие их творческих способностей, умение воплощать музыкально-двигательный образ, а также активно слушать музыку и выражать свои музыкальные впечатления в осмысленных пластических движениях и действиях, как условие его дальнейшей успешной самореализации в жизни. Реализация данной цели связана с решением основных

ЗАДАЧ:

- приобщать детей к музыке;
- обучать восприятию на слух;
- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
- развивать основы музыкальной культуры, совершенствовать музыкально-эстетические чувства;
- развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма, музыкальную память);
- учить определять музыкальные жанры (марш, песня, танец);
- развивать умение определять несложные музыкальные формы;
- учить определять виды ритмики (игра, пляска, упражнение);
- различать простейшие музыкальные понятия - звуковысотность, ладовую окрашенность, метроритм, динамику, темп (высокие и низкие звуки; быстрый, средний, медленный темп; громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т. д.);
- формировать у детей умение владения своим телом, красивой осанке, лёгкой походке;

- развить координацию, музыкальность и выразительность, а также развивать гибкость и выносливость;
- овладевать разнообразными формами движений: ходьба, бег, прыжки, подскоки, осмыслить свое место, гимнастические и танцевальные упражнения, ритмические упражнения с звучащими инструментами;
- учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении.

Общая характеристика

На занятиях ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки дети привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других занятиях.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно занятия ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию детей, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. Овладевая на занятиях разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается мышечное чувство, пространственная ориентировка и координация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений, повышается жизненный тонус.

Система работы предполагает вариативные игровые формы на основе сотрудничества ребёнка и взрослого. В основе технологии работы - музыкальное движение, направленное на целостное развитие личности детей.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Занятия ритмики создают благоприятные условия для развития творческого воображения

детей. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Занятия ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Занятия ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию детей, побуждают их включаться в коллективную деятельность группы. Постепенно дети преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Специфические средства воздействия на детей, свойственные ритмике, способствуют общему развитию дошкольников, исправлению недостатков физического развития, формированию навыков ориентировки в пространстве, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Особая специфика занятий:

- занятия проводятся 1 раз в неделю во всех группах;
- один и тот же музыкальный материал частично дублируется в разных группах для преемственности;
- необходимость помощи воспитателей, присутствующих на занятии (помощь в передвижении по залу для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата, со сложностями ориентировки в

пространстве, выполнение заданий вместе с ребенком «рука в руке»;

- на занятии создается безоценочная атмосфера особо доверительных отношений, где можно быть принятым окружающими без всяких условий.

Место предмета в учебном плане

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение «Ритмики» в дошкольном отделении отводится 33 часа, рассчитанных, для детей младшей (3-4 года), средней (4-5 лет) и подготовительных (6-7 лет) групп.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий в группах: по 15 минут в младшей, 20 минут в средней и 30 минут в подготовительных. Каждое занятие предполагает изучение новой темы, но включает в себя закрепление пройденного материала, в упражнениях всех основных разделов «Ритмики».

Программа по ритмике состоит из четырёх разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
2. Ритмико-гимнастические упражнения
3. Игры под музыку, игры на музыкальных инструментах
4. Танцевальные упражнения и танцы

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми могут овладеть дети, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом занятии осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. В зависимости от задач занятия на каждый раздел отводится различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность детям отдохнуть от активной физической нагрузки.

Дети во время игр под музыку учатся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, педагог должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать*).

После того как дети научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен, в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание.

Обучению детей в подготовительных группах танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хороводного шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, дети знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, русский хороводный шаг, русский переменный шаг, дробный шаг, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг с припаданием и др.).

Исполнение народных танцев приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

Содержание предмета «Ритмика»

Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. На занятиях дети изучают в движении средства музыкальной выразительности (темп, ритм, способы исполнения). Ритмичные упражнения развивают у детей координацию движений, быстроту реакции, ориентировку в пространстве, исправляют природные недостатки (сутулость, развернутость стоп и т.п.). В ходе занятий особое внимание уделяется технике: прямая спина, ходьба с правильным положением корпуса.

Ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психологического напряжения, а, следовательно, одним из условий подготовки к учебной деятельности в школе.

Важнейшее значение для музыкально – ритмического воспитания имеет **правильный подбор музыкальных произведений**. Материал предмета включает в себя народную музыку, детский музыкальный материал (песни, считалки, потешки), русскую и зарубежную классическую музыку, а также современную отечественную эстрадную музыку, что, несомненно, способствует развитию и воспитанию музыкального вкуса детей.

На практических занятиях дети осваивают музыкальную природу искусства, приучаются к сотворчеству. У них развиваются ассоциативная память, внимание, творческие способности, а также инициатива и воображение, фантазия, умение передать характер музыки и содержание образа движением.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений детей о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыков игры на музыкальных инструментах, трудовым приемам. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая-грустная, тихая-громкая, медленная-быстрая), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на рожках, свистульках, исполнение под музыку стихов, попевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Занятия ритмики содержат следующие темы:

- образные упражнения и музыкальные игры;
- ритмико-гимнастические упражнения с предметами и без предметов;
- танцевальные элементы и танцы;
- характер музыки, темп, динамика;
- строение музыкального произведения (форма);
- метроритм.

В ритмике принят концентрический метод работы: постоянное возвращение к отдельным темам, используя все более сложные упражнения и задания.

Занятия строятся комплексно, материал берется из разных тем, одна тема может являться стержнем работы, другая может затрагиваться попутно.

Работа над каждой темой создает предпосылку и основу для последующей и в свою очередь опирается на предыдущую. Распределение материала по темам носит условный материал.

Тема 1. Характер музыки, темп, динамика

Ритмика является важнейшим средством развития эмоциональной отзывчивости на музыку. Музыка, как известно, воздействует, прежде всего, на чувства человека, вызывает определенное настроение. Знакомство с разнообразными музыкальными произведениями, содержащими разнохарактерные образы, обогащает детей эмоционально. Движение, органически связанное с музыкой, помогает глубже проникнуть в эмоционально-образное содержание той или иной пьесы.

В соответствии с характером музыки – то веселым, живым, бодрым, решительным, волевым, жизнеутверждающим или порывистым, то грустным, задумчивым, нежным, спокойным, напевным, безмятежным – выбирается и характер движений. В одних случаях движения являются сильными, энергичными, активными, в других – мягкими, плавными, сдержанными или свободными, непринужденными. Изменение характера музыки, а также появление каких-то новых оттенков в пределах одного характера, настроения непременно влечет за собой и изменение характера движения.

Для занятий следует подбирать такие музыкальные произведения, которые рисуют яркие образы, близкие и понятные детям, и легко поддаются отражению в движении. Выразительное исполнение музыки оркестром или каким-либо музыкальным инструментом (на электронных носителях) придает движениям детей эмоциональность, помогает двигаться ритмичнее, выразительнее.

Характер музыки создается целым комплексом музыкально-выразительных средств. Во многом он зависит от **т е м п а**, т.е. скорости музыкального движения. Темп, избранный композитором, обусловлен содержанием

произведения, воплощаемым в нем настроением. Отклонение исполнителя от темпа ведет к искажению замысла, характера произведения.

Знакомство с темпами и их названиями происходит на уроках. Закрепляются понятия в движении.

Удобны для движения следующие темпы:

- быстро (*allegro*)
- довольно быстро (*allegretto*)
- умеренно (*moderato*)
- неторопливо (*andantino*)

Детям на конкретных примерах необходимо показать, что в быстром темпе легче и удобнее двигаться, выполняя легкие и мелкие движения, а в более медленном темпе – более крупные, широкие, плавные.

С эмоционально-художественным содержанием произведения неразрывно связана **динамикa** – сила или громкость звучания.

Детям нетрудно уяснить, что например, торжественный марш исполняется громко (*forte*), а колыбельная песня – тихо (*piano*) и т.д. Вначале детям предлагаются музыкальные произведения, имеющие яркие динамические контрасты в частях или отдельных музыкальных фразах. Затем дети учатся реагировать на постепенное усиление или ослабление звучания, появления ярких акцентов, «всплесков» звучности.

Отражение в движении динамики зависит от мышечного напряжения. С усилением звучания музыки, как правило, увеличивается мускульная нагрузка, изменяются объем движения и его амплитуда. Дети учатся хорошо владеть своим телом, чтобы затрачивать на определенное движение нужное количество энергии. Поэтому на уроках ритмики уделяется внимание мышечной тренировке.

Работа над передачей в движении характера музыки, ее темпа, динамики проводится в тесном единстве, так как эти компоненты неотделимы друг от друга. С изменением темпа, динамики меняется характер музыки или в него вносится новый оттенок.

Также необходимо учитывать и другие элементы музыкального языка:

Мелодия, регистровая и ладовая окраска, гармонические и фактурные особенности.

Двигательной основой данной темы являются главным образом **основные движения**. Одним из самых доступных для детей видов движения является **ходьба**. Необходимо включать больше маршевой музыки. Дети учатся ходить бодрым шагом, спокойным, торжественным, высоким шагом, пружинящим шагом, шагом на носках. Осваивают также разные виды **бега**: легкий бег, пружинящий, широкий бег, бегом с высоким подъемом ног.

Одной из важнейших задач ритмики является развитие творческой активности, воображения и фантазии у детей, их умения самостоятельно отражать свои впечатления от музыки в выразительных, эмоциональных музыкально-двигательных образах. Пробуждение творческой инициативы у детей – эта мысль должна проходить «красной нитью», через все занятия ритмикой независимо от поставленной в каждом упражнении цели, будь то освоение темпа, динамики, улавливания регистровой и ладовой окраски или участие в игре, пляске, образном упражнении.

Тема 2. Строение музыкального произведения (форма)

В процессе освоения данной темы у детей вырабатывается умение правильно воспринимать форму музыкальных произведений. У них закрепляются представления о следующих элементах музыкальной формы: **вступление, части, фраза**.

Структура музыкального произведения рассматривается с детьми в тесной связи с развитием и сменой художественных музыкальных образов. В теме «Характер музыки, темп, динамика» внимание детей сразу же привлекалось к музыкальному вступлению.

Детям объясняется, что **тема** звучит не сразу, что **вступление** подготавливает наш слух к восприятию произведения, служит сигналом к началу движения.

Одновременно происходит знакомство и со строением произведения в целом, делением его **на части, музыкальные фразы.**

При разборе музыкального произведения дети с помощью педагога пытаются определить количество частей, их повторение или чередование, определяют характер музыки, темп, динамику, знакомятся с двухчастной, трехчастной формой.

При закреплении у детей представления о музыкальной **фразе** следует подбирать музыкальные произведения или отрывки с простой и ясной фразировкой. Вначале даются упражнения, включающие музыкальные фразы, одинаковые по длине, далее – упражнения с чередованием длинных и коротких музыкальных фраз. Знакомятся дети и с куплетной формой, при этом обращается внимание на **запев и припев.**

Тема 3. Метроритм

Метр – непрерывное чередование опорных (акцентируемых) и неопорных (безакцентных) звуков. Музыка как бы равномерно пульсирует. Акцентируемые доли принято называть **сильными**, а неакцентируемые – **слабыми.**

Ритм - последовательность звуков различной длительности, образующая тот или иной **р и с у н о к.**

Вне ритма мелодия не может существовать, ее звуки организованы ритмически. Ритм обладает большой выразительной силой. Метр и ритм неразрывно взаимосвязаны. Единство метра и ритма рождает понятие **метроритма.**

Работа над данной темой на занятиях ритмики идет по двум направлениям: это интуитивное восприятие на слух длительностей, ритмических рисунков, ритмической пульсации, ощущение сильных и слабых долей в такте – и сознательное усвоение метроритма на основе изучения музыкальной грамоты.

В процессе движения под музыку дети «моторно» ощущают длительности, их соотношение. Вначале интуитивно, а затем сознательно дети начинают ориентироваться в ритмическом строении музыки.

Параллельно с усвоением ритмического строения музыки дети интуитивно, а затем сознательно воспринимают метрическую пульсацию. Они получают задание на выделение метрических акцентов. Почувствовав сильную долю, дети в дальнейшем легко осмысливают значение этой доли в маршевой, танцевальной музыке, песне, понимают, что сильная доля является началом такта. Размер, на занятиях ритмики, определяется на слух.

На уроках ритмики особое внимание уделяется звучащим жестам. При работе над жестом надо добиваться от детей свободы, легкости и выразительности движений, соответствия жеста характеру музыки.

Тема 4. Гимнастические упражнения с предметами и без предметов

Гимнастические (общеразвивающие) упражнения включаются почти во все уроки ритмики. Двигательные задачи ставятся те же, что и на уроках физкультуры, но музыкальные задачи значительно шире. Музыка на уроках ритмики не является лишь сопровождением, фоном для того или иного упражнения, она органически включается в содержание каждого занятия как неотъемлемая составная его часть.

Связь движения с музыкой на занятиях ритмики предусматривает не только соответствие действий с метрической пульсацией музыки, но и отображение в движении характера музыки, средств музыкальной выразительности – темпа, динамических оттенков, регистровых изменений и т.д., особенностей строения той или иной музыкальной пьесы.

Тема 5. Танцевальные элементы и танцы

Определенное место на занятиях ритмики уделяется изучению элементов танца. Эти движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Таковы упражнения в танцевальной форме и музыкальные игры, в которых дети свободно пляшут, выбирая танцевальные элементы по своему желанию.

Очень важно обогатить детей запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять их комбинации, придумывать несложные пляски. Приобщение детей к творчеству – одна из важнейших задач ритмики.

На занятиях ритмики изучается ряд элементов русской народной пляски.

Элементы русской народной пляски:

- русский хороводный шаг;
- русский переменный шаг;
- дробный шаг;
- притопы;
- полуприседание с выставлением ноги на пятку;
- шаг с припаданием;
- «качалочка».

Элементы парных танцев:

- боковой галоп;
- шаг польки;
- выставление ноги на пятку или на носок;
- прыжки с поочередным выбрасыванием ног вперед.

Некоторые положения рук в танцах:

- руки на поясе;
- «подбоченившись» (кисти сжаты в кулак и поставлены на пояс);
- девочки придерживают руками юбочки;
- руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движению;
- руки скрещены перед грудью;
- руки разведены в стороны;
- одна рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону – вверх и слегка согнута в локте;
- руки убраны за спину.

Тема 6. Образные упражнения и музыкальные игры

Образные упражнения и музыкальные игры являются наиболее интересными для детей видами музыкально-ритмической деятельности. Они создают широкую возможность для развития художественно-творческих способностей у детей – проявления фантазии, выдумки, активности, инициативы. Обучение двигательным навыкам проводится в увлекательной форме. Дети изображают отдельных персонажей – сказочных или реальных, отражают в соответствующих движениях повадки животных, птиц, а также трудовые действия людей, подражают физкультурникам, солдатам, передают движение автомобиля, поезда, парение самолета и др. Элемент драматизации заставляет детей перевоплощаться, находить характерные движения, жесты, мимику.

В некоторых играх присутствует элемент соревнования (кто скорее, лучше, более четко выполнит то или иное задание, кто явится более ловким, смелым и т.д.). В образных упражнениях и играх сохраняется основной принцип ритмики: все движения должны быть органически связаны с музыкой, то есть соответствовать ее характеру и средствам музыкальной выразительности. Образные упражнения и музыкальные игры даются в развернутом виде, строятся на разнообразных движениях, имеют более интересные игровые задачи. Вместе с тем они закрепляют у детей музыкально-ритмические навыки и навыки выразительного движения.

Вначале детям бывает трудно перевоплотиться в тот или иной образ, показать в движениях его особенности. Преодолеть возникшие трудности помогают внимательное вслушивание в музыку, улавливание ее тончайших оттенков, нюансов. Яркое, образное эмоциональное слово педагога пробуждает мысль, направляет в определенное русло детскую фантазию.

Целевые ориентиры освоения предмета «Ритмики»

➤ Упражнения на ориентировку в пространстве

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении

движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

➤ Музыкально-ритмические движения

Формирование правильной осанки с помощью общеразвивающих упражнений, формирование навыка пружинности (природный амортизатор, который очень важен для развития всех двигательных навыков, умения правильно выполнять прыжки, танцевальные и общеразвивающие движения). Формирование умения начинать и заканчивать движение вместе со звучанием музыки.

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение.

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

➤ **Игра на детских музыкальных инструментах**

Особое место в музицировании должны занять так называемые «звучащие жесты». Это первые инструменты человечества: притопы, хлопки, шлепки по коленям, щелчки, удары ладонями по грудной косточке. Учитывая телесно-ритмический характер звучащих, можно говорить о них как о незаменимом средстве для развития метроритмического чувства детей. Воспитание чувства ритма и тембрового слуха, развитие координации, реакции с использованием звучащих жестов обладает очень высокой эффективностью.

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук при игре на барабане, бубне. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Отстукивание простых ритмических рисунков при игре на ложках. Выслушивать предложенный ритм до конца и повторять его. Осмыслить понятие «пауза».

➤ **Игры под музыку**

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. Д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта,

деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

➤ **Танцевальные упражнения**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

➤ **Танцы и пляски**

Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ай, да береза».

Стукалка. Украинская народная мелодия.

Поссорились-помирились

Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия.

Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.

МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ ДВИЖЕНИЯ

Учить выполнять различные ритмические движения под музыку: ориентироваться в пространстве зала, знать центр (середину) зала, собираться в середине и расходиться по всему залу (по сигналу), развивать координацию, плавность, выразительность движений, умение выполнять движения в определенном, соответствующем звучанию музыки, ритме, темпе; учить чувствовать сильную долю такта (метр) при звучании музыки в размере две четверти.

Учить выполнять движения в соответствии с изменением характера музыки (быстро — медленно): бодро, свободно, подняв голову и не сутулясь, не шаркая ногами, маршировать под звучание марша, входить в зал, обходить его по периметру, останавливаться, затем по музыкальному сигналу опять

начинать движение; выполнять движения не только по показу воспитателя (для определенной группы детей), но и по словесной инструкции взрослого, а также самостоятельно.

Учить детей следующим движениям под музыку: развивать все танцевальные движения, с которыми познакомились на 1-ом году обучения (совершенствовать их, выполнять в большем объеме, использовать в упражнениях и танцах); образовывать круг, сходиться в центре, затем отступать на место; ходить по кругу друг за другом ритмично, четко, взмахивая руками; бежать друг за другом легким шагом на носках без высокого подъема ног и высоко поднимая ноги; бежать друг за другом, выбрасывая ноги вперед (руки на поясе); двигаться по кругу приставными шагами, останавливаясь по сигналу; ходить по кругу (свободную руку держать на поясе или держать в ней предмет, девочки держат край платья), следить за выразительностью движения; соблюдать расстояние между парами при движении парами; поднимать плавно руки вверх, в стороны, убирать их за спину, за голову, поворачивая кисти рук; выполнять разные действия с предметами (передавать их друг другу, поднимать вверх, покачивать ими над головой, бросать и ловить мяч, поднимать вперед).

В процессе музыкальных игр уделять особое внимание выразительности движений, обращать внимание детей на передачу самых характерных черт персонажей сказок, рассказов и пр. Для развития выразительности движений использовать игры «Кто как ходит», «Какая музыка к нему подходит?», «Кто к нам пришел?». Работать над эмоциональностью и раскованностью детей во время музыкальных игр.

МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ ДВИЖЕНИЯ

Игры: «Ворон» (русская народная песня); «Кот и мыши» Т. Ломовой; «Летчики, следите за погодой!» М. Раухвергера; «Как на тоненький ледок...» (русская народная песня); «Кто скорее?» Л. Шварца; «На зарядку!» М.

Старокадомского; «Каравай», «Горелки», «Теремок» (русские народные песни).

Упражнения: «Мельница» Т. Ломовой; «Игра с мячами», «Скакалки» А. Петрова; «Упражнения с флажками» Ф. Шуберта; «Поскоки» С. Затеplinского; «Поезд» Е. Тиличеевой. Повторять знакомые упражнения.

Пляски: «Калинка» (русская народная песня); «Парная пляска» (карельская песня); «Полька» Ю. Чичкова; «Петрушки», «Снежинки» Ю. Слонова; «Аннушка» (чешская полька); «Пойду ль я, выйду ль я» (русская народная песня); «Мы в зеленые луга пойдем» Н. Леви; «Приглашение», «Стукалка» (украинские народные мелодии); «Матрешки» Ю. Слонова.

Основные целевые ориентиры к умениям детей

Личностные ориентиры

Сформированность внутренней позиции ребёнка, которая находит отражение в его эмоционально-положительном отношении к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные ориентиры

✓ регулятивные

- способность обучающегося понимать и принимать цель и задачи занятия;
- в сотрудничестве с педагогом ставить новые задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении;
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

✓ познавательные

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью педагога.

К концу обучения дети овладевают умениями:

- достаточно хорошо умеют готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку;
- проявляют любознательность в приветствиях с педагогом, занимают правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), учатся равняться в шеренге, в колонне;
- способны ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- овладевают способностью ходить по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- способны ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносят темп движений с темпом музыкального произведения;
- достигают хорошего выполнения игровые и плясовые движения;
- обладают вниманием, чтобы выполнять задания после показа и по словесной инструкции педагога;
- достигают навык начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

✓ **коммуникативные**

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Тематическое планирование занятий

по ритмике

33 часа (1 раз в неделю)

на 2016-2017 учебный год

Тема занятия	Количество часов
---------------------	-------------------------

I триместр	10
Что такое «Ритмика»? Основные понятия.	1
Игра приветствие «Всем кто рядом, здравствуй, говори»	2
Игра на погремушках	2
Танец «Великаны-гномы»	2
Игра «Ищи»	2
Постановка корпуса. Основные правила.	1
II триместр	11
Ходьба по кругу, держась «цепочкой»	1
Игра-приветствие «Доброе утро улыбнись скорее»	На каждом занятии
Игра на пластмассовых палочках, деревян.ложках	1
Инсценировка песни «Кот и мыши»	2
Парная пляска «Повернись, покружись»	2
Новогодние игры и пляски	5
Прощание	На каждом занятии
III триместр	12
Ходьба и бег врассыпную, перестроение в круг	2
Приветствие	На каждом занятии
Упражнения для рук с платочками	2
Танец с любимыми игрушками, «Приглашение»	2
Игра «Ищи»	2
Игра на барабанах (руками поочередно)	2
Инсценировка песни «Червячок»	2
Прощание	На каждом занятии

**Тематическое планирование занятий
по ритмике
33 часа (1 раз в неделю)
на 2016-2017 учебный год**

Тема занятия	Количество часов
--------------	------------------

I триместр	10
Ходьба в рассыпную, построение в круг	2
Игра приветствие «Всем кто рядом, здравствуй говори»	2
Игра на палочках, барабанах	2
Танец «Самовар»	2
Игра «Ищи»	2
Прощание	На каждом занятии
II триместр	11
Ходьба по кругу, держась «цепочкой»	1
Игра-приветствие «Доброе утро улыбнись скорее»	На каждом занятии
Игра на пластмассовых палочках, деревян.ложках	1
Инсценировка песен	2
Парная пляска «Найди пару»	2
Новогодние игры и пляски	5
Прощание	На каждом занятии
III триместр	12
Ходьба и бег в рассыпную, перестроение в круг	2
Приветствие	На каждом занятии
Упражнения для рук с платочками	2
Танец с любимыми игрушками, «Приглашение»	2
Игра «Ищи»	2
Игра на барабанах (руками поочередно)	2
Инсценировка песни «Гусеница»	2
Прощание	На каждом занятии

**Описание учебно-методического и
материально-технического обеспечения
образовательного процесса.**

- ❖ Музыкальный кабинет
- ❖ Фортепиано
- ❖ Магнитофон

- ❖ Музыкальные инструменты
- ❖ Фонотека (CD-диски, диски DVD)
- ❖ Детские песни из мультфильмов
- ❖ Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)
- ❖ Технические средства обучения
- ❖ Звуковые пособия
- ❖ Игры и игрушки