

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида №11»

Рабочая программа
Кружка спортивной оздоровительной ритмики
«Грация»
(старший возраст 4-6 лет)



Руководитель кружка -
Инструктор по физической культуре
Климанова Р.В.

Новомосковск, 2022

Пояснительная записка

Спортивная оздоровительная ритмика (далее ритмика) – искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей. Ритмика является одним из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы, передаются в движениях.

Движения под музыку издавна применялись в воспитании детей (Древняя Индия, Китай, Греция). Но впервые рассмотрел ритмику и обосновал ее в качестве метода музыкального воспитания швейцарский педагог и композитор Эмиль Жак-Далькроз (1865-1950). Перед ритмикой он, прежде всего, ставил задачу развития музыкальных способностей, а также пластичности и выразительности движений.

ЧТО ЖЕ ДАЁТ РИТМИКА? На занятиях ритмикой ребёнок развивается многосторонне, приобретая ряд навыков и умений: улучшается физическая форма ребёнка, вырабатывается координация, ребёнок обучается простейшим танцевальным движениям, усваивает такие понятия, как темп, ритм, а также жанр и характер музыки малыш учится адекватно выражать и контролировать свои эмоции, развивается творческая активность. Спортивная оздоровительная ритмика в детском саду является хорошей подготовкой для дальнейших занятий музыкой, танцами, спортом. Занятия ритмикой дают отличную «мирную» разрядку для гиперактивных детей. Спортивная оздоровительная ритмика помогает раскрепоститься, учит свободно двигаться, создаёт ощущение радости.

ОТЛИЧИЯ РИТМИКИ ОТ ФИЗКУЛЬТУРЫ ИЛИ АЭРОБИКИ.

Между ритмической гимнастикой и обычной физкультурой или аэробикой, безусловно, много общего — физические упражнения и там, и там выполняются под музыку в определённом ритме. Но при этом цели преследуются разные. Акценты в ритмической гимнастике делаются на развитие координации, умение слушать и слышать музыку, чувствовать свое тело и свободно им управлять.

Обучать ритмике необходимо всех детей, развивая в них глубокое "чувствование", проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выразить себя в движениях.

Формирование осанки, культуры движений, мимики, развитие музыкального вкуса повышают уверенность ребёнка в себе. Совершенствование координации движений способствует повышению коммуникативной активности ребёнка.

Высокая выразительность и эмоциональность занятий оказывают положительное влияние на психическое самочувствие дошкольников.

«Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом

двигательной расточительности». И именно занятия ритмикой помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет, мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребёнка. Высокий интерес детей к танцевальной деятельности, возможность раскрытия творческого потенциала каждого ребенка в процессе дополнительных занятий танцами, а так же запрос родителей.

Актуальность программы движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка

Цель программы: поддержание комфортного микроклимата в детском коллективе, содействие физическому развитию и оздоровлению детей, стимулирование инновационных процессов в дошкольном образовании, а также укрепление методической и материально-технической базы для обучения воспитанников элементам спортивной ритмики.

Задачи обучения и воспитания детей на занятиях ритмикой:

Образовательные:

- Формирование умения ориентироваться в пространстве.
- Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений
- Становление умения работать в коллективе и знакомство с азами танцевального искусства
- Становление способностей фантазии и импровизации

Развивающие:

- Развитие музыкальности.
- Развитие физических качеств и координации движений.
- Развитие гибкости, ловкости, точности и пластичности
- Формирование правильной осанки, красивой походки
- Развитие и тренировка психических процессов (эмоциональной сферы) умения выражать свои эмоции в мимике и пантомиме.
- Всестороннее развитие и раскрытие творческого начала в каждом малыше

Воспитательные:

- Воспитание творческого потенциала ребенка и самовыражения через танец.

- воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание умений работать в коллективе.

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек- светлая футболка и лосины. «Чешки» и носки белого цвета. Волосы должны быть собраны. Для мальчиков- футболка, шорты «велосипедки». «Чешки» и носки белого цвета.

Для полноценного восприятия музыкальных произведений на занятиях ритмики и его творческого отображения в танце необходимо помочь детям понять специальный язык музыки, его характер, жанр и особенности ритмического рисунка.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программе- программа предназначена для обучения детей 3 – 6 лет;

сроки реализации образовательной программы (продолжительность образовательного процесса, этапы)- 1 год, направленность — спортивно-оздоровительная.

В процессе реализации программы воспитанник приобретает комплекс личностных, социальных и коммуникативных качеств, обеспечивающих успешную социализацию и активную адаптацию в обществе. Новизна программы заключается в том, что в системе дошкольного образования нашего города спортивная ритмика как форма физического воспитания дошкольников до настоящего времени не рассматривался. Создание ее вызвано социальными потребностями, является своего рода откликом на социальный заказ родителей, заинтересованных в активизации двигательной деятельности своих детей. Программа не требует специальной материально-технической базы, что обеспечивает ее доступность. Она базируется на комплексном подходе, охватывая информативный, оздоровительный, физкультурно-спортивный компоненты деятельности в ходе обучения дошкольников элементам спортивной ритмики.

Дополнительная образовательная программа по спортивно-оздоровительной ритмике рассчитана на детей в возрасте от 3 до 6 лет. Заниматься могут и девочки, и мальчики, изъявившие желание .Обучение рассчитано на 1 год. Основной этап обучения предполагает знакомство и отработку техники выполнения упражнений, применяемых в художественной гимнастике.

Количество групп каждого возраста определяется в зависимости от общего числа воспитанников и возможностей материальной базы. Группы формируются с учетом возраста детей 3-6 лет в соответствии с уровнем их общефизической подготовки. Предпочтительное количество воспитанников, занимающихся в группе, 10-12 человек. Продолжительность занятий

составляет 2 условных часа в неделю. Условный час – 30 минут.

Образовательная деятельность по спортивной ритмике проводится в разных формах. Это и беседы, и просмотр мини-фильмов, роликов, презентаций, выступлений и, конечно, практические тренировки. Практические занятия проходят по схеме: разминка, растяжка, отработка элементов, разучивание номеров, для малышей в конце — подвижные игры. Старшие дети обучаются танцевальным базовым элементам, последовательность которых в дальнейшем выстраивается в танцевальные связки. В конце такого занятия обязательно проводится ряд упражнений по программе общей физической подготовки, а также на растяжку, что помогает детям расслабиться. А иногда безо всякой схемы вместе с руководителем кружка ребята могут всю тренировку веселиться и играть либо произвольно двигаться под музыку, развивая чувство ритма, фантазию, координацию движений и раскрепощаясь.

Обучающие занятия. На общих занятиях детально разбираются движения. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется приём его исполнения. На занятии может быть введено не более 2 – 3 комбинаций.

Закрепляющие занятия. Предполагает повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих правильно, лучше других или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

Импровизационная работа. На этих уроках дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие занятия развивают фантазию. Ребёнок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, предать своё видение образа.

В течении учебного года планируется проведение 72 занятия. Занятия проводятся два раза в неделю, во второй половине дня с сентября по май. Длительность занятий на первом году обучения – 15 минут, на втором – 30 минут.

Успешное решение поставленных задач на занятиях ритмикой с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Принципы:

-индивидуализации(определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);

-систематичности (непрерывность и регулярность занятий);

-наглядности (показ движений педагогом);

-повторяемости материала(повторение вырабатываемых двигательных навыков);

-сознательности и активности(обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Методические приёмы:

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой. Является основным. Разучивание нового движения, упражнения, особенно 1 год обучения, сопровождается точным показом педагога. Педагог обязан выполнять упражнения вместе с детьми.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка. Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Объяснения должны быть краткими, точными, конкретными. Знакомить детей со специальными терминами, в основном 2 год обучения.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Концентрический метод по мере усвоения детьми определенных движений, упражнений вновь возвращается к пройденному материалу, но уже усложняя его.

Ожидаемый результат и формы их проверки

Овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия в хореографических студиях.

Контроль над усвоением программы проводится в конце учебного года в каждой возрастной группе по следующим показателям:

-эмоциональная выразительность

- пластичность (гибкость)

- ритмичность (четкость исполнения)

- творчество (импровизация)

-знание терминологии.

В течение года дети принимают участие в утренниках (показывают танцы, выученные в кружке), спортивных мероприятиях, конкурсах. В конце года – отчетный концерт.

В занятиях используются следующие виды упражнений:

Упражнения, с помощью которых совершенствуются навыки основных движений (ходьба, бег, прыжки), усвоение танцевальных элементов (упражнения для рук и верхнего плечевого пояса), упражнения без музыки и психогимнастика.

Большую помощь в работе с детьми могут оказать *упражнения без музыки* (подготовительные упражнения). Их задача — помочь детям приобрести необходимые двигательные навыки. Эти упражнения разучиваются под счет или в индивидуальном ритме. Значение упражнений без музыки заключается в том, что они: помогают принимать правильное исходное положение; способствуют осознанию работы двигательного аппарата; укрепляют отдельные группы мышц и увеличивают подвижность суставов; формируют навыки построения и перестроения.

Рекомендуем следующие группы упражнений без музыки:

Упражнения на развитие мышечного чувства (развитие мышц плечевого пояса, расслабление и напряжение мышц корпуса). Дети должны уметь изменять степень напряжения мышц, иногда совсем снимать его, явствовать, где излишне напрягались мышцы и образовались зажимы. Упражнения на развитие мышечного чувства помогают ощущать возможный размах движения в суставах конечностей, учат сознательно переносить тяжесть тела вперед (назад) перед началом ходьбы, бега.

Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: на развитие мышц шеи; на развитие мышц плеча; на развитие кистей рук; на развитие мышц ног.

Эти упражнения помогают исправлять различные физические недостатки, тренируют мышцы, активизируют их работу, развивают быстроту, четкость, размах движений, помогают осознать направление и форму движений.

Психогимнастика очень полезна для всех детей, особенно для тех, которым присущи чрезмерная утомляемость, непоседливость, замкнутость и т. д. Это относится как к детям с неврозами, небольшими задержками в психическом развитии, другими нервно-психическими расстройствами, так и к практически здоровым детям.

Основной акцент в психогимнастике сделан на обучении элементам техники выразительных движений, на использовании этих движений в воспитании эмоций и высших чувств, а также на приобретении навыков расслабления. Все это поможет сохранению психического здоровья и предупреждению эмоциональных расстройств у детей.

С помощью психогимнастики дети обучаются азбуке выражения эмоций — выразительным и разнообразным движениям. Поскольку в основном используется материал без словесного сопровождения, педагогу очень важно уметь правильно продемонстрировать эти движения своим воспитанникам.

Музыкально-ритмические навыки и навыки выразительных движений, приобретенные при выполнении упражнений, позволят детям лучше и полнее проявить себя в танцах.

Основная цель на занятиях ритмики с дошкольниками — всестороннее развитие ребенка, развитие музыкальности и ритма на занятиях, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребенка, средствами музыки и ритмических движений.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО СПОРТИВНОЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РИТМИКЕ

Представленное тематическое планирование направлено на достижение следующих результатов:

- сформированность у детей элементарных представлений об истории развития спортивной ритмики;
- освоение основных упражнений спортивная гимнастики;
- выполнение технически правильно основных элементов спортивной гимнастики;
- усвоение правил техники безопасности;
- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- умение работать в группе;
- соответствие как минимум среднему уровню показателей развития общей физической подготовки с учетом индивидуальных возможностей.

Результативность программы определяется в ходе выполнения дошкольниками контрольных нормативов, упражнений (показательных выступлений), которые предусмотрены на каждом этапе обучения. Их уровень показывает, насколько удалось реализовать основные задачи программы.

Подведение итогов на каждом этапе осуществляется в ходе показательных выступлений, соревнований, проводимых как базе образовательного учреждения, так и на городском уровне.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	«Волшебное знакомство»	1	3	4
2.	Поймай ритм	1	2	3
3.	Его величество - спорт	1	8	9
4.	Игровой стретчинг	2	8	10
5.	Веселая разминка	2	8	10
6.	Азбука танца	2	6	8
7.	Рисунок танца	2	8	10
8.	Танцевальные этюды и танцы	2	8	10
9.	Танцуй веселей	1	7	8
Итого:		14	58	72

ТЕМА «Волшебное знакомство» (Вводное занятие)

Задачи:

1. Проверить знания детей (терминологию, позиции ног, рук, корпуса)
2. Рассказать о пользе занятий спортивной оздоровительной ритмикой.

ТЕМА «Поймай ритм»

Задачи:

1. Учить анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, строение).
2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка).
3. Рисунки танца.

-Выполнение всех рисунков танца и перестроение. Дети из одного рисунка должны перестраиваться, по очереди, в другой.

4. Музыкальный жанр.

-Полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)

-Игра: «Марш – полька – вальс»

ТЕМА «Его величество - Спорт»

Задачи:

1. Учить выполнять упражнения чётко, слаженно
2. Развивать скорость, ловкость, гибкость.

Содержание:

1. Укреплять мышечный аппарат путём ОРУ.
2. Использовать подвижные игры, эстафеты для развития скорости и ловкости.
3. Учить работать в паре, в коллективе.

ТЕМА «Игровой стретчинг» (партерная гимнастика)

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Исправлять дефекты осанки.
4. Укреплять физическое и психическое здоровье.

Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Капелька», «Коробочка», «Ящерица», «Мостик», «Лодка», «Рыбка».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Змея», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики», «Мостик», «Берёзка».
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Карандаш», «Выпад», «Шпагат».
5. Упражнения на Укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Колеса», «Пловцы».
7. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Крыло».

ТЕМА «Веселая разминка»

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

Содержание:

1. Комплекс движений разминки.
2. Танцевальный этюд на современном материале.

ТЕМА «Азбука танца»

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Шаги:

-танцевальный шаг с носка,

- марш,
- на полупальцах,
- подскоки,
- галоп,
- шаг польки.

2. Бег:

- мелкий на полупальцах,
- с высоко поднятыми коленями,
- с откидыванием ног назад.

3. Экзерсис на середине зала:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- demi - plie в I – II – III позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- releve на полупальцы (в невыворотных позициях);
- точки зала (по методике А.Я.Вагановой);
- положение en face;
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);
- повороты головы на 1/2; 1/4.

ТЕМА "Рисунок танца"

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца "Круг" (рассказ из истории):

- замкнутый круг;
- раскрытый круг (полукруг);
- круг в круге;
- сплетенный круг (корзиночка);
- лицом в круг, лицом из круга;
- круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

4. Понятие «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;
- перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

5. Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

6. Рисунок танца «Змейка»:

- горизонтальная;
- вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

ТЕМА «Танцевальные этюды и танцы»

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Закреплять изученные и осваивать новые танцевальные движения.
Закрепить знания терминологии.

«Бальный танец»

Содержание:

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:
 - подскоки, шаг польки, галоп;
 - комбинирование изученных элементов;
 - положения в паре:
 - «лодочка»,
 - руки «крест- накрест»,
 - мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.
3. Изучение основ танца «Вальс»:
 - основные элементы:
 - «качели»,
 - «квадрат»,
 - «ромб»,
 - «вальсовая дорожка»,
 - «перемена»;
 - работа в паре:
 - положение рук в паре,
 - «ромб» в паре,

- вращение «звездочка»;
- простые танцевальные комбинации.

«Русский танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;
3. Изучение основ русского народного танца:

-работа рук в русском танце;

-навыки работы с платочком;

-русский поклон;

-развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;

-ходы:

-простой, на полупальцах,

-боковой, приставной,

-боковой ход «припадание» по VI позиции,

-беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

-подготовка к «дробям»:

-притопы,

-удары полупальцами,

-удары каблуком;

-хлопки и хлопущки для мальчиков:

-одинарные по бедру и голенищу.

ТЕМА «Танцуй веселей»

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Закрепление знаний и умений, приобретенных за год.

-Терминологии

-Упражнений на стрейчинг и укреплений мышц тела

-Рисунков танца, перестроение

-Позиций рук, ног, корпуса

4. Повторение всех танцев.

Репертуар

Мероприятие	Период подготовки	Название номера <i>(название и количество может меняться)</i>
Осенний праздник	Сентябрь, октябрь	«Танец лесных зверей» «Бабочки»
Новый год	Ноябрь, декабрь	«Озорные медвежата» «Краски» «Пингвины»
8 Марта	Январь, февраль	«Танец с лентами» «Радуга» «Цветные горошины»
Выпускной праздник	Март апрель, май	«Танго» «Светит месяц»

Организация проведения занятий

Занятие состоит из трех частей. В первой части (разминка) ставится задача подготовить организм ребенка к выполнению более сложных и интенсивных упражнений в последующей (основной) части занятия. В содержание разминки входят упражнения игровой ритмики, танцевальные упражнения, упражнения на внимание, координацию движений.

Во второй (основной) части занятия дети обучаются новым движениям, элементам, закрепляют старые. Постепенно изученные движения объединяются в танец.

В третьей (заключительной) части занятия решаются задачи постепенного перехода организма ребенка к другим видам деятельности, проводятся игровые танцы под знакомую детям музыку. Выполнение простых танцевальных движений в игровой форме расширяет двигательные навыки детей, приучает их координировать свои движения согласно музыке, создает дополнительный положительный фон и настрой. Помимо игровых танцев проводятся танцевально-театральные игры, позволяющие активизировать действия детей, развивать их внимание, артистизм.

Заканчиваются занятия подведением итога стараний детей, после чего они прощаются с преподавателем.

Методические рекомендации

Занятия ритмикой необходимо проводить в танцевальном зале, оборудованном станками, зеркалами.

Во время занятий педагогу следует периодически менять направление движения детей, с тем, чтобы, поворачиваясь то лицом, то спиной к зеркалу, они научились контролировать себя через ощущение. Постоянные занятия лицом к зеркалу не дадут возможности почувствовать свое тело и мышцы, а впоследствии затруднят ориентацию при выступлении на сцене.

Следует, как можно чаще менять построение детей в зале, менять в последовательном порядке линии, по которым выстроены дети. В противном случае, дети, постоянно находящиеся в последних линиях, привыкнув смотреть на ноги впереди стоящих, никогда не научатся мыслить и работать самостоятельно.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. Необходимо четко определять баланс в сочетании этих двух методов. Излишнее и подробное объяснение может привести к потере внимания. Ограничиваться только практическим показом нельзя, в этом случае дети воспринимают материал подражательно, неосознанно.

Для приобретения детьми навыков в системе классического танца и их закрепления требуется определенная повторяемость и последовательность. Исходя из этого, занятия надо составлять так, чтобы объем мышц нарастал пропорционально, не деформируя контуры ног и тела. Повторяемость движений должна быть умеренной и не слишком однообразной. Не следует требовать полной выворотности ног от детей дошкольного возраста, если только она не является природной особенностью ребенка.

В процессе преподавания необходим дифференцированный подход к детям, учитывая их возрастные особенности, творческие наклонности и физические данные, степень восприятия и усвоения материала.

Овладение двигательными навыками всегда должно сопровождаться положительным эмоциональным настроением. На занятиях можно использовать стихотворения, сказочные сюжеты, скороговорки, считалки. Это обогатит образную речь детей, разнообразит эмоциональный фон общения.

В работе с детьми дошкольного возраста важно «не стремиться к высоким исполнительским достижениям, как самоцели, а использовать навыки, знания и умения, полученные на занятиях по ритмике для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребенка в атмосфере доброжелательности, любви и уважения к своим воспитанникам и профессиональному делу» (2).

7. Диагностика

Диагностика проводится в форме открытых занятий в конце учебного года. Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка.

Критериями оценки усвоения программы являются следующие:

- эмоциональная отзывчивость на музыку;
- Пластичность (гибкость, природные данные);
- ритмичность;
- Импровизация.

В конце второго года обучения дети закрепив знания и навыки первого года и получив более углубленное представление о музыке и движении, должны уметь:

- анализировать музыкальное произведение;
- выделять сильные и слабые доли;
- уметь выделить такт (объяснить понятие);

- определять музыкальный жанр;
- воспроизводить заданный учителем ритмический рисунок;
- самостоятельно начинать движение после вступления, менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;
- правильно управлять телом (осанка, положение рук и т.д.);
- умение ориентироваться в пространстве (перестроения в рисунки, равнение, интервалы);
- свободно владеть основными понятиями, навыками классического танца (позиции рук: подготовительная, I, II, III; ног I, II, III; demi plie, battement tendu, releve, en face, saute, En dedans, En dehors);
- уметь рассказать об истории рождения танца, особенностях характера русского танца, назвать формы русского танца, правильно исполнять простейшие движения русского танца;
- самостоятельно, без показа учителя, выполнять элементы, танцевальные этюды, танцы.

Литература

1.	Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996.
2.	Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
3.	Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
4.	Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
5.	Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 1986.
6.	Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
7.	Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
8.	Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.

9.	Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
10.	Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
11.	Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Варгус, 1982.
12.	Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.