

**Краткая презентация дополнительной образовательной программы  
физкультурно-спортивной направленности кружка  
«Ритмическая гимнастика»**



*Руководитель:* Колесникова Светлана Юрьевна, инструктор по физической культуре, первая квалификационная категория

*Ритмическая гимнастика* - это прекрасное средство разностороннего физического развития и эстетического воспитания ребенка, которое берет своё начало далеко в недрах истории, которое не только благоприятно воздействует на все системы организма (сердечнососудистую, дыхательную, выделительную и т. д.), но и снимает психическое напряжение, повышает умственную и физическую работоспособность, улучшает самочувствие. А так как структура ритмической гимнастики достаточно гибкая, то широко применяется в детских дошкольных учреждениях. Музыка, используемая на гимнастике, повышает не только интерес и желание заниматься, но способствует более качественному исполнению движения, четкости, правильности, пластичности, выразительности.

В программе «Ритмическая гимнастика» представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика, игротанец.

В нетрадиционные виды упражнений входят разделы: игропластика, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж, музыкально-подвижные игры.

В креативную гимнастику входят разделы: музыкально-творческие игры и специальные задания.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает

эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Данная дополнительная образовательная программа ориентирована на детей дошкольного возраста. Срок реализации программы рассчитан на четыре года обучения детей в возрасте от 3 до 4 лет - (младшая группа) один раз в неделю, продолжительностью 15 минут, с 4-5 лет - (средняя группа) два раза в неделю, продолжительностью 20 минут и с 5 до 7 лет - (старшая, подготовительная группы) два раза в неделю, продолжительностью 25 -30 минут.

Цель ритмической гимнастики:

• Содействие гармоничному развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Задачи ритмической гимнастики:

1. Развитие музыкальности:

• Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;

• Развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);

• Развитие музыкальной памяти.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

• Развитие ловкости, точности, координации движений;

• Развитие гибкости и пластичности;

• Формирование правильной осанки, красивой походки;

• Воспитание выносливости, развитие силы;

• Развитие умения ориентироваться в пространстве;

• Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;

3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

• Развитие творческого воображения и фантазии;

• Развитие способности к импровизации в движении.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

• Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;

• Тренировка подвижности нервных процессов;

• Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

5. Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности:

• Воспитание умения сопереживать другим людям и животным;

• Воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

### Условия реализации программы:

Для решения поставленных программой задач необходимо выполнение следующих педагогических условий:

1. Построение развивающей предметно – пространственной среды:

- Занятия проводятся в музыкальном, спортивном зале
- Необходим физкультурный инвентарь: мячи, скакалки, обручи, ленты, флажки, фитболы, и т.п.;
- В качестве музыкального оформления используются фонограммы.

2. Высокий уровень психологической, художественной подготовки педагога.

Занятия по ритмике создают такие условия, при которых ребенок по мере своих возможностей выступает публично, преодолевает неуверенность, страх и учится управлять собой, своим поведением, телодвижениями.

Движение и игра – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, они всегда готовы двигаться и играть – это ведущий мотив их существования, поэтому занятия по ритмике начинаю со слов: «Мы сейчас будем играть...», «Мы сейчас превратимся...», «Мы сейчас отправимся в путешествие...» и т.п.

Игровой метод облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий и творческих способностей ребенка

### Ожидаемый результат:

- Передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;
- Передавать основные средства музыкальной выразительности;
- Различать жанр произведения и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове;
- Передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений;
- Ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов;
- Исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки;
- Передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;
- Выразить свое восприятие в движениях, а также в словесном описании;
- Выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры;
- Находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами.

