**Program do zajęć rytmiczno- umuzykalniających**

**dla dzieci 3-6-letnich**

**wg metody E.J.Dalcroze'a i C. Orffa**

„ ...Dziecko nosi w sobie muzykę, spontaniczną, która chce się ujawnić. Jeżeli pomożemy dziecku rozwinąć muzykę, która jest w nim uczynimy je istotą nie tylko lepszą i szlachetniejszą lecz również bardziej szczęśliwą...” (E. Souriau)

SPIS TREŚCI

1. Wstęp
2. Cele edukacyjne
3. Wskazania metodyczne
4. Warunki dotyczące realizacji programu
5. Treści edukacyjne
6. Formy i metody pracy
7. Ewaluacja

**Wstęp**

Zajęcia rytmiczno- umuzykalniające dla dzieci w wieku przedszkolnym mają na celu rozbudzenie wrażliwości muzycznej i estetycznej dzieci, rozwijanie zamiłowania do śpiewu, muzyki, tańca oraz zaspokajanie potrzeby ruchu przez:

* rozwijanie słuchu muzycznego
* kształcenie poczucia rytmu
* uwrażliwienie na poszczególne elementy dzieła muzycznego
* poprawne śpiewanie piosenek
* wyrażanie muzyki głosem i ruchem
* wspólne muzykowanie
* rozwijanie wyobraźni i inwencji twórczej.

Różnorodne formy ćwiczeń i zabaw oraz przygotowanie występów z okazji uroczystości państwowych i rodzinnych pozwalają także na: - kształtowanie społecznych postaw i zachowań

* nabywanie umiejętności współdziałania w grupie
* poznanie kultury i tradycji ludowej
* budzenie wiary we własne siły i celowości podejmowanych wysiłków
* wyrabianie umiejętności skupienia się i koncentracji na wykonywanej czynności
* kształtowania świadomości swojego ciała w ruchu i przestrzeni

**Formy i rodzaje zajęć rytmiki w przedszkolu:**

* śpiew
* zabawy ruchowe przy muzyce
* taniec
* ćwiczenia rytmiczne, agogiczne i wykorzystujące elementy dynamiki - gra na instrumentach perkusyjnych

**Śpiew**

Jest jedną z podstawowych form ekspresji dziecka, a piosenka najprostszym utworem muzycznym, który dziecko jest w stanie przeżyć, zrozumieć, zapamiętać i odtworzyć.

Dzięki różnorodności charakteru i nastroju śpiewanych piosenek wzbogaca się świat uczuć dziecka, kształtuje się jego postawa estetyczna. Zbiorowy śpiew w grupie przedszkolnej stanowi jedno z pierwszych doświadczeń dziecka we wspólnym działaniu.

Repertuar obejmuje w każdym roku pracy z dziećmi następującą tematykę: Pory roku, Witamy przedszkole, Dary jesieni, Hymn i pieśni legionowe, Zmiany w pogodzie, Kolędy i piosenki świąteczne, Zwierzęta domowe i leśne, W karnawale same bale, Nadchodzi wiosna, Ja i moja rodzina, Wielkanoc, Bezpieczny na drodze, Niech żyją wakacje.

W kolejnych latach edukacji muzycznej w przedszkolu stopień trudności piosenek pod względem ambitusu melodii, rytmiki oraz słownictwa powinien wzrastać.

**Zabawy ruchowe przy muzyce**

Ruch jak wiemy jest naturalną potrzebą każdego dziecka. To on pozwala zaspokoić potrzeby , wyraża jego osobowość: uczucia, myśli, emocje. Przede wszystkim służy on do nawiązywania kontaktów w komunikowaniu się z otoczeniem. Dziecko pozbawione ruchu staje się niespokojne i pełne zahamowań. Brak naturalnej swobody ruchu wpływa także niekorzystnie na jego rozwój psychiczny i fizyczny.

Praca nad ruchową ekspresją dziecka zaczyna się już od pierwszych dni jego pobytu w przedszkolu.

Dość często stosowaną formą zabaw są zabawy ruchowe ze śpiewem. Można je podzielić na - zabawy ilustracyjne i inscenizowane

* zabawy rytmiczne
* zabawy taneczne

**Taniec Ćwiczenia ruchowo**

- taneczne zaspokajają nie tylko ruchowe potrzeby dziecka, ale też rozwijają szereg jego dyspozycji psychofizycznych, takich jak: spostrzegawczość, pamięć, koncentracja, szybka reakcja, koordynacja wzrokowo- ruchowa, orientacja w schemacie własnego ciała i w przestrzeni. Ćwiczenia te również rozwijają wyobraźnię dziecka, mobilizują go do działania i rozwiązywania zadań według własnych pomysłów, dostarczają nowych pomysłów i doświadczeń z zakresu komunikacji i współdziałania w grupie.

Podstawowe elementy tańca i ruchu, mogą pomóc dziecku w wyrażaniu bez słów emocji, przeżyć, doświadczeń; w zwiększaniu własnego potencjału twórczego; w osiąganiu harmonii we wszystkich sferach osobowości.

Dziecko w sytuacjach codziennego życia wykonuje wiele różnych ruchów: biega, skacze, podskakuje, unosi ręce, klaszcze w dłonie, porusza każdą częścią ciała. Gdy usłyszy muzykę, zaczyna tańczyć wykorzystując te codzienne ruchy.

Do najbardziej rozpowszechnionych tańców w przedszkolu należą tańce ludowe oraz tańce integracyjne.

**Gra na instrumentach perkusyjnych**

Dzięki grze na instrumentach kształtuje się wrażliwość dziecka na barwę, rozwija się również poczucie rytmu. Wspólne muzykowanie wpływa na koncentrację uwagi i zdyscyplinowanie, jest też doskonałym środkiem rozwijania sprawności manualnych dziecka.

Do instrumentów najbardziej popularnych i dostępnych dla przedszkoli należą:

* bębenek
* tamburyn
* grzechotka
* kołatka
* drewienka
* trójkąt
* talerze
* dzwonki
* ksylofon
* metalofony

Grę na instrumentach stosujemy w: ćwiczeniach słuchowych, rytmicznych i ruchowych, w powiązaniu z piosenką, w zadaniach twórczych.

**Cele edukacyjne**

Cele ogólne:

* rozbudzanie zamiłowania do muzyki, śpiewu, tańca
* kształcenie poczucia rytmu
* rozwijanie predyspozycji i wrażliwości muzycznej
* kształcenie możliwości głosowych
* rozwijanie twórczej aktywności
* kształcenie percepcji słuchowej
* rozwijanie koordynacji wzrokowo- ruchowej
* integracja grupy

Cele operacyjne uwzględniają umiejętności, które dziecko ma opanować na zajęciach rytmiki:

* śpiewanie piosenek z repertuaru dziecięcego
* poruszanie się w rytm muzyki
* uczestniczenie w zabawach rytmicznych
* reagowanie na zmiany tempa i dynamiki utworu
* rozpoznawanie brzmienia instrumentów perkusyjnych
* dostrzeganie zmian w wysokości dźwięków
* rozpoznawanie piosenek po fragmencie melodycznym lub rytmicznym
* udział w ćwiczeniach inhibicyjno- incytacyjnych
* nauka elementów wybranych tańców ludowych i narodowych
* improwizacje rytmiczne i ruchowe
* płynna reakcja na syngały inhibicyjno - incytacyjne

Wskazania metodyczne

Program został opracowany zgodnie z Podstawą Programową Wychowania Przedszkolnego, z wykorzystaniem matod E.J. Dalcroze'a i C. Orffa.

Obszar 8. Wychowanie przez sztukę – muzyka i śpiew, pląsy i taniec.

Dziecko kończące przedszkole i rozpoczynające naukę w szkole podstawowej: 1) śpiewa piosenki z dziecięcego repertuaru oraz łatwe piosenki ludowe; chętnie uczestniczy w zbiorowym śpiewie, w tańcach i muzykowaniu;

1. dostrzega zmiany dynamiki, tempa i wysokości dźwięku utworu muzycznego, wyraża je, pląsając lub tańcząc;
2. tworzy muzykę, korzystając z instrumentów perkusyjnych (oraz innych

przedmiotów), a także improwizuje ją ruchem;

1. w skupieniu słucha muzyki, w tym także muzyki poważnej.

Treści programowe zostały pogrupowane według kryterium wieku, nauczyciel może jednak stosować dowolność w kwestii doboru treści do indywidualnych możliwości i potrzeb dziecka. W czasie trwania zajęć należy stosować różne formy aktywności dziecięcej. W pracy pedagogicznej konieczne jest stosowanie metod czynnych, zabawowych oraz bardzo popularnych w ostatnich latach metod aktywizujących.

Uwagi dotyczące realizacji programu

Zajęcia rytmiczno- umuzykalniające odbywają się 2 razy w tygodniu w przestronnej sali wyposażonej w pianino lub inny instrument klawiszowy. Czas trwania zajęć powinien być dostosowany do poszczególnych grup wiekowych tzn. 3- latki 15-20 minut,4- latki 20-25 minut, 5- latki 25-30 minut, 6- latki 30 minut.

Zajęcia prowadzone są zawsze w oparciu o metodę Emila Jaquesa- Dalcroze'a, metodę pedagogiczno-artystyczną, której celem jest poszukiwanie drogi do muzyki poprzez różnego rodzaju działania twórcze, ćwiczenia słuchowe, głosowe, ruchowe, słuchowo- głosowo- ruchowe. Środki dydaktyczne niezbędne do pracy z dziećmi to przede wszystkim instrumentarium stworzone przez Carla Orffa.

Zajęcia rytmiki prowadzone są w formie zabawy, mają na celu wyzwolenie swobody psychicznej, przezwyciężenie nieśmiałości i różnego rodzaju zahamowań, przyczyniają się do integracji grupy. Głównym założeniem metody jest doświadczanie muzyki.

MATERIAŁ NAUCZANIA

Dzieci 3- letnie

* ćwiczenia i zabawy kształtujące prawidłową postawę
* ćwiczenia wzmacniające system mięśniowy ( kotki, misie itp.)
* spostrzeganie różnego rodzaju zjawisk akustycznych
* ustawienie w kole, rzędzie tworząc początkowo „ pociąg” później stając jedno za drugim, w parach i małych kilkuosobowych kółeczkach
* reagowanie na dźwięki wysokie i niskie
* śpiewanie prostych piosenek o zrozumiałym tekście
* rozpoznawanie brzmienia prostych instrumentów perkusyjnych tj. kołatka, bębenek, grzechotka
* reagowanie na proste sygnały dźwiękowe i słowne
* ćwiczenia inhibicyjno- incytacyjne
* reagowanie ruchem na zmiany dynamiczne piano- forte
* rozpoznawanie melodii znanej piosenki zagranej na pianinie lub zaśpiewanej
* klaskanie rytmu śpiewanej piosenki
* zabawy ruchowe ilustrujące temat znanej piosenki
* ćwiczenia ogólnorozwojowe z wykorzystaniem rekwizytów
* marsz, bieg, cwał do przodu, skoki obunóż (piłeczki), rytmiczne kołysanie, walczyk (przenoszenie ciężaru ciała z nogi na nogę) • podskok z nogi na nogę
* zabawy i tańce integracyjne
* tańce ludowe
* słuchanie muzyki w tym także klasycznej

Dzieci 4- letnie

* ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę podczas marszu, biegu, podskoków
* ustawienie w kole, w dwóch kołach, szeregu, rzędzie, parach i swobodnej grupie
* reagowanie ruchem na dźwięki niskie, wysokie i średnie
* rozróżnianie dynamiki o różnym natężeniu – głośno, cicho, średnio oraz o natężeniu stopniowym

– coraz ciszej, coraz głośniej ( decrescendo i crescendo)

* określanie tempa szybkiego, wolnego i umiarkowanego
* ćwiczenia ogólnorozwojowe z wykorzystaniem rekwizytów ( piłki, woreczki z grochem, obręcze)
* ćwiczenia uwrażliwiające na stopniowe przyspieszanie i zwalnianie tempa
* ćwiczenia na poczucie metryczne
* rozpoznawanie odgłosów wydobywanych z różnych przedmiotów, rozpoznawanie głosów kolegów
* rozpoznawanie brzmienia instrumentów perkusyjnych ( tamburyn, bębenek, kołatka, trójkąt, grzechotka, klawesy)
* rozpoznawanie piosenek po usłyszeniu fragmentów melodycznych
* wykonanie prostego rytmu piosenki lub tańca za pomocą stukania, klaskania, gry na

instrumentach perkusyjnych

* reakcja ruchowa na akcent regularny i nieregularny
* ćwiczenia inhibicyjno- incytacyjne
* realizowanie łatwych rytmów do tekstu
* zapamiętywanie sygnałów muzycznych i słownych oraz odpowiednia reakcja na nie
* rozpoznawanie i określanie charakteru muzyki ( wesoła, smutna, skoczna)
* marsz, bieg, podskoki z nogi na nogę, krok dosuwany w przód, cwał boczny po kole i w parach, dosuwanie nogi do nogi w miejscu ( w ustawieniu swobodnym i zorganizowanym)
* zabawy oparte na treści piosenek, obserwacji otoczenia
* swobodna improwizacja ruchowa na zadany temat ( naśladowanie czynności, postaci, rzeczy)
* ćwiczenia inhibicyjno- incytacyjne
* ćwiczenia ortofoniczne i emisyjne
* śpiewanie piosenek o zrozumiałym tekście i łatwym rytmie zbiorowo i indywidualnie
* ćwiczenia logorytmiczne: ćwiczenia artykulacyjne, ćwiczenia języka, ćwiczenia warg, ćwiczenia podniebienia miękkiego, ćwiczenia ruchów dolnej szczęki;
* zabawy językowe
* ćwiczenia oddechowe
* próby kształcenia poczucia frazy muzycznej
* nauka prostych tańców np. ludowych
* zabawy taneczne
* zabawy i tańce integracyjne
* słuchanie muzyki w tym także klasycznej

Dzieci 5- letnie

* ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę
* ćwiczenia wyrabiające elastyczność ruchów całego ciała
* ćwiczenia i zabawy o charakterze porządkowym ( tworzenie koła, par, szeregu, rzędu)
* poruszanie się cwałem, galopem, podskokami, skokami obunóż w przód i w tył, dosuwanie nogi do nogi w miejscu przy akompaniamencie walca
* ćwiczenia inhibicyjno- incytacyjne
* ćwiczenia ogólnorozwojowe z rekwizytami ( piłki, obręcze, woreczki, tarcze, koła)
* właściwe reagowanie ruchem na słyszaną muzykę
* swobodne określanie trzech rejestrów wysokości dźwięków, trzech rodzajów tempa i dynamiki
* określanie budowy piosenki lub utworu ( zwrotka, refren) i elementów tworzących piosenkę

( słowo, melodia, akompaniament)

* rozpoznawanie akompaniamentu do marsza, biegu, podskoków, krakowiaka lub walca
* rozróżnianie brzmienia instrumentów perkusyjnych i umiejętność gry na nich
* śpiewanie piosenek kilkuzwrotkowych o zrozumiałym tekście zbiorowo i indywidualnie
* ćwiczenia ortofoniczne i emisyjne
* ćwiczenia logorytmiczne: ćwiczenia artykulacyjne, ćwiczenia języka, ćwiczenia warg, ćwiczenia podniebienia miękkiego, ćwiczenia ruchów dolnej szczęki;
* zabawy językowe
* ćwiczenia oddechowe min.: połączone z wytwarzaniem dźwięku, połączone z dmuchaniem, ćwiczenia oddechu przeponowo – brzusznego w czasie słuchani muzyki relaksacyjnej, połączone z ruchami rąk, nóg i tułowia, liczenie na wydechu i inne
* zabawy rozwijające inwencję twórczą i wyobraźnię
* realizowanie krótkich urytmizowanych tekstów, wyliczanek i wierszyków za pomocą klaskania, stukania itp.
* rozpoznawanie metrum 2-, 3- i 4- miarowego
* nauka tańców: Krakowiak, Polka
* zabawy i tańce integrujące grupę
* słuchanie muzyki w tym także klasycznej

Dzieci 6- letnie

* ćwiczenia i zabawy kształtujące prawidłową postawę
* rozróżnianie dźwięków wysokich, niskich i średnich, cichych i głośnych oraz tempa wolnego, szybkiego, coraz szybszego, coraz wolniejszego • reagowanie ruchem na crescendo i decrescendo
* rozróżnianie brzmienia instrumentów perkusyjnych i umiejętność gry na nich
* określanie nastroju słyszanej muzyki
* swobodna improwizacja ruchowa do słyszanej muzyki
* rozpoznawanie i określanie metrum 2-, 3- i 4- miarowego
* ćwiczenia ortofoniczne i emisyjne
* śpiewanie gamy C- dur solmizacją
* pokazywanie ruchem kierunku linii melodycznej
* rozpoznawanie piosenek zagranych na instrumencie lub zaśpiewanych przez nauczyciela
* śpiewanie piosenek zbiorowo, indywidualnie i w małych grupach
* słuchanie utworów z literatury dziecięcej o tematyce programowej
* wykonywanie dwutaktowych i dłuższych tematów rytmicznych oraz przebiegów rytmicznych pochodzących z piosenek lub tańców
* improwizowanie głosem prostych melodii w oparciu o podany tekst
* reakcja ruchowa na akcent regularny i nieregularny
* powtarzanie głosem motywów melodyczno- rytmicznych • ćwiczenia logorytmiczne: ćwiczenia artykulacyjne, ćwiczenia języka, ćwiczenia warg, ćwiczenia podniebienia miękkiego, ćwiczenia ruchów dolnej szczęki;
* zabawy językowe
* ćwiczenia oddechowe min.: połączone z wytwarzaniem dźwięku, połączone z dmuchaniem, ćwiczenia oddechu przeponowo – brzusznego w czasie słuchani muzyki relaksacyjnej, połączone z ruchami rąk, nóg i tułowia, liczenie na wydechu i inne
* słuchanie muzyki w tym także klasycznej

Ćwiczenia i zabawy ruchowe

* estetyczne poruszanie się przy różnego rodzaju muzyce
* umiejętność dostosowania ruchu do słyszanej muzyki
* ćwiczenia i zabawy z wykorzystaniem rekwizytów
* swobodna improwizacja ruchowa ( naśladowanie różnych czynności i postaci)
* inscenizowanie piosenek według pomysłów dzieci
* nauka tańców narodowych i regionalnych
* zabawy integrujące grupę
* nauka prostych tańców integracyjnych

Formy i metody pracy

Podczas realizacji treści programowych stosować należy pracę z całą grupą, w małych zespołach oraz pracę indywidualną z dzieckiem szczególnie uzdolnionym muzycznie. Metody: zabawowa, praktycznego działania, stawianych zadań, aktywizujące.

Ewaluacja programu

Ewaluacja programu zostanie przeprowadzona na koniec każdego roku szkolnego za pomocą sprawozdania i arkusza samooceny.

W ciągu roku szkolnego następuje regularna ewaluacja dzięki licznym występom z wykorzystaniem piosenek, tańców i zabaw muzycznych.

 Małgorzata Wożniak