

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение города Астрахани
"Средняя общеобразовательная школа №74 имени Габдуллы Тукая"

| | |
|--|--|
| Рассмотрена на заседании педагогического совета Протокол № <u> 1 </u> от « <u>29</u> » августа 2023 г. | «Утверждаю» Руководитель МКОУ г.Астрахани «СОШ №74 имени Габдуллы Тукая» _____/ <u>Гоголева Н.В.</u> / Ф.И.О. Приказ № <u>10710</u> от « <u>31</u> » августа 2023 г. |
|--|--|

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности**

«Ритмика и танец»

Возраст обучающихся: 7- 8 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень программы: стартовый, базовый

Разработчик программы:
*Педагог дополнительного образования
Плетенёва Юлия Абдуловна*

г.Астрахань, 2023 г.

Содержание

1. Раздел: Комплекс основных характеристик программы:

1.1. Пояснительная записка

- 1.1.1. Направленность программы... (общая характеристика программы).....(3)
- 1.1.2. Уровень реализации программы.....(3)
- 1.1.3. Актуальность программы(3)
- 1.1.4. Отличительные особенности программы и её характерные свойства.....(4)
- 1.1.5. Адресат программы.....(4)
- 1.1.6. Объём программы и сроки освоения программы.....(4)
- 1.1.7. Формы обучения и виды занятий(4)
- 1.1.8. Особенности организации образовательного процесса.....(4)
- 1.1.9. Режим занятий, периодичность и продолжительность.....(4)
- 1.1.10. Цель и задачи программы.....(5)

1.2. Содержание программы:

- 1.2.1. Краткое содержание программы.....(5-6)
- 1.2.2. Учебный - тематический план обучения.....(6-7)
- 1.2.3. Содержание программы.....(8-9)
- 1.2.4. Прогнозируемые результаты.....(10-)
- 1.2.5. Общие результаты 1- года обучения.....(8)
- 1.2.6. Планируемые результаты программы.....(10)

2. Раздел: Комплекс организационно-педагогических условий:

- 2.1. Календарный учебный график.....(13)
 - 2.1.1. Условия реализации программы.....(13)
 - 2.1.2. Материальное техническое обеспечение.....(13)
 - 2.1.3. Информационное обеспечение.....(13)
 - 2.1.4. Кадровое обеспечение.....(16)
 - 2.1.5. Формы аттестации.....(13)
 - 2.1.6. Оценочные материалы.....(14)
- 2.2. Методические материалы.....(14)
 - 2.2.1. Методы обучения.....(14)
 - 2.2.2. Формы организации учебного занятия.....(14)
 - 2.2.3. Педагогические технологии(15)
 - 2.2.4. Алгоритм учебного занятия(16)
- 2.3. Литература.....(17)
 - 2.3.1. Список используемой литературы при составлении программы(17)
 - 2.3.2. Список литературы для обучающихся детей.....(18)

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1. 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Ритмика и танец» относится к *стартовому уровню* и имеет *физкультурно-спортивную направленность*.

Программа разработана в соответствии со следующими **нормативными документами:**

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79) (далее – ФЗ № 273);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242);
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 28 от 28.09.2020 года «Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Локальные акты ОО:

- Устав МБОУ г. Астрахани «СОШ №74 им. Г. Тукая»;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ г. Астрахани «СОШ №74 им. Г. Тукая»;
- Положение о порядке и формах проведения аттестации обучающихся объединений дополнительного образования МБОУ г. Астрахани "СОШ №74 имени Габдуллы Тукая".

Педагогическая целесообразность и актуальность программы.

Занятия ритмикой и танцем способствуют формированию положительных качеств личности. Дети активны на занятиях, проявляют инициативу и находчивость при выборе форм движения, поставлены перед необходимостью совместной, коллективной деятельности с ее важнейшими воспитывающими функциями.

Музыкальные произведения, кроме эмоционального воздействия, оказывают на ребенка организующее и дисциплинирующее влияние благодаря присутствующему в них ритму. Ритм пронизывает все занятие, регулирует движения, благодаря чему вялые и расплывчатые движения детей становятся четкими и целесообразными, преодолевается хаотичность, суетливость действий, нормализуется двигательное беспокойство. Известно, что при сильном возбуждении детей, особенно восприимчивых к музыке и ритму полезно использовать лиричную музыку, спокойные и мелодичные музыкальные образы либо, наоборот, яркую бравурную музыку, заражающую детей своим настроением, организующую их деятельность.

Актуальность. Физическая активность - одно из важнейших условий жизни и развития человека. Снижение двигательной активности - серьезная угроза не только здоровью, но и правильному формированию развивающегося организма. В результате ограничения подвижности мышцы ребёнка ослабевают, ухудшается работоспособность, координация

движений, происходит нарушение осанки и неправильного развития костно-мышечной системы ребёнка.

Вялость мышечного тонуса или, наоборот, неестественная его напряженность, плохая координация, неловкость движений со временем нормализуются благодаря системе музыкально-ритмических упражнений. На занятиях по ритмике резкие динамические контрасты в музыке помогают обучающимся двигаться энергичнее, активнее, преодолевать вялость мышц. Излишняя напряженность снимается упражнениями, сопровождаемыми плавной, протяжной музыкой.

Отличительная особенность заключается в том, что ведущей идеей занятий ритмикой и танцем является решение ряда коррекционных задач, положительный эмоциональный фон всей деятельности обучающихся, который должен быть обеспечен тщательным подбором музыкального репертуара, умелым планированием занятия, правильным отношением педагога к достижениям каждого обучающегося. На занятиях необходимо непереносимое поощрение малейших успехов детей, максимальная помощь в преодолении индивидуальных затруднений, терпеливое, щадящее отношение к детям. Не допускаются отрицательная оценка неудачных и ошибочных движений детей, резкий или повышенный тон, привлечение внимания коллектива к отдельным ребятам в случае их неудач. Обучающиеся должны испытывать радость от предоставленной им возможности выразить себя в движении, передать движением свои чувства, переживания, свое понимание музыкального образа, акцент ставится на результат творческой деятельности в процессе создания концертных номеров.

Новизна данной программы заключается в интеграции таких направлений, как ритмика, музыка, пластика, сценическое движение. Содержание тем адаптировано для младшего школьного возраста.

Педагогическая целесообразность заключается в правильно подобранных методах, формах и средствах образовательной деятельности.

Методы обучения – проведение занятий по программе курса предполагает использование широкого спектра методических средств. По формам обучения на каждом занятии предусматривается теоретическая и практическая часть, участие в играх, выполнение упражнений и заданий по программе.

При разработке дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Ритмика и танец» была использована авторская программа по учебному предмету ритмика Беляевой Веры Николаевны «Ритмика и танец» изданной в журнале «Педагогический мир», 2011 год.

Адресат программы.

Возраст детей, участвующих в реализации программы 7-8 лет.

Срок реализации программы: 1 год.

Особенности организации образовательного процесса

Образовательный процесс осуществляется в традиционной форме с использованием ДОТ (при необходимости).

Форма обучения и режим занятий

Обучение осуществляется в очной форме.

Форма проведения занятий – групповые занятия. Количество детей в группе до 30 человек. Группы формируются по возрасту.

Условия набора принимаются все желающие, имеющие допуск по здоровью к занятиям по данной программе.

Режим занятий: 1 раз в неделю 1 час (35 часов в год).

Цель программы: Гармоничное развитие физических и творческих способностей ребенка через занятия ритмикой и танцами.

Задачи:

1. Воспитательные

- Воспитать патриотизм и чувство гордости за культурное наследие страны.
- Воспитать у кружковцев чувство бережного отношения к танцу.
- Художественный и музыкальный вкус.
- Чувство ответственности перед коллективом и родителями за выступления на мероприятиях, на семинарах, концертах.

2. Обучающие

- Научить детей: слушать музыку, определять ее характер и передавать ее в движениях.
- Уметь выполнять движения в различных темпах:
 - а) элементы музыкальной грамоты;
 - б) элементы танцевальной азбуки (классического, народного и бального танцев);
 - в) танцевального репертуара.

3. Развивающие

- Развивать чувство красоты, трудовые навыки;
- Развивать творческую активность, умение видеть красоту танца;
- Развивать стремление к укреплению физического здоровья.

Содержание программы

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы - развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Программа состоит из следующих разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Игры под музыку.
4. Танцевальные упражнения.
5. Танец

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны УУД, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом занятии осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задачи занятия учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока 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 учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель 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 ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание. В дальнейшем (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок». В 4 классе дети успешно показывают в движениях музыкальную сказку «Муха-Цокотуха».

Обучению младших школьников ритмике и танцу 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 хорового 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. В ходе изучения основных движений танцев, учащиеся расширяют свой кругозор по определению танцевальных жанров.

В раздел танец входят постановки танцев.

Формы организации и виды деятельности

ритмические упражнения
музыкальная игра
пляски
танцы
хороводы
слушание музыки
беседа

Учебно-тематический план 1-го года обучения

| Разделы и темы | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|----------------|------------------|--------|----------|----------------------------|
| | Всего | Теория | Практика | |
| | | | | |

| | | | | |
|---|----|---|---|------------|
| | | | | |
| <p>Раздел 1. Ритмико-гимнастические упражнения</p> <p>Тема 1.1. Гимнастическая ходьба</p> <p>Тема 1.2 Бег</p> | 11 | 2 | 9 | Наблюдение |
| <p>Тема 1.3. Подскоки с хлопками и без них</p> <p>Тема 1.4. Переноска предметов</p> <p>Тема 1.5 Упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической координации</p> <p>Тема 1.6 Шаги и прыжки через обруч, палку или качающийся канат</p> <p>Тема 1.7 Повороты на пальцах</p> <p>Тема 1.8 Упражнения на развитие статистической координации</p> <p>Тема 1.9 Итоговое занятие.</p> | | | | |
| <p>Раздел 2. Гимнастика с основами акробатики.</p> <p>Тема 2.1 Развитие гибкости:</p> <p>Тема 2.2 Взмахи</p> <p>Тема 2.3 Наклоны</p> <p>Тема 2.4 Выпады и полушпагаты на месте, прогибание туловища;</p> <p>Тема 2.5 Индивидуальные комплексы по развитию гибкости</p> <p>Тема 2.6 Развитие координации</p> <p>Тема 2.7 Произвольное преодоление простых препятствий</p> <p>Тема 2.8 Передвижения с резко изменяющимися направлениями</p> <p>Тема 2.9 Движения с остановкой в заданной позе</p> <p>Тема 2.10 Ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимися темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями</p> <p>Тема 2.10 Жонглирование малыми предметами, жонглирование мелкими предметами в движении (правым и левым боком, вперед и назад).</p> <p>Тема 2.11 Преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов</p> | 11 | 2 | 9 | Наблюдение |
| <p>Тема 2.12 Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку</p> <p>Тема 2.13 Комплексы упражнений для укрепления и коррекции мышечного корсета.</p> <p>Тема 2.14 Развитие силовых способностей:</p> | | | | |

| | | | | |
|--|----|---|----|------------|
| динамическое упражнение с переменной опоры на руки и ноги Тема 2.15 Комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; | | | | |
| Тема 2.16 Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки подтягивание в висе стоя и лежа Тема 2.17 Отжимание, лежа с опорой на гимнастическую скамейку Тема 2.18 Прыжки вверх вперед толчком одной и двумя ногами Тема 2.19 Комплексы упражнений с дополнительным отягощением и индивидуальные комплексы избирательной направленности на отдельные мышечные группы. Тема 2.20 Итоговое занятие. | | | | |
| Раздел 3. Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку Тема 3.1 Упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Тема 3.2 Свободные формы движения, самостоятельно выбранными детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа Тема 3.3 Элементы музыкальной грамоты Тема 3.4 Характер музыкальных движений и его зависимость от темпа Тема 3.5 Выполнение движений в различных темпах Тема 3.6 Ритм и его значение в музыке Тема 3.7 Музыкальные жанры: марш, танец (вальс, мазурка, полька, русская пляска) и песня Тема 3.8 Составление этюдов на имитирование движений животных, музыкальные игры. Тема 3.9 Итоговое занятие. | 13 | 2 | 11 | Наблюдение |
| Итого часов | 35 | 6 | 28 | |

1 год обучения (35 часов)

Вводное занятие.

Знакомство с воспитанниками. Правила поведения на занятиях. Одежда для занятий. беседа "Что такое ритмика, танец? Его истоки и развитие во времени. Игра "Давайте познакомимся"

1. 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.

2. Ритмико-гимнастические упражнения.

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 поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. 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).

3. 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.

4. 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, подбочившись 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.

5. Танец.

Танцевальная зарядка «Солнышко лучистое, «Буратино-длинный нос»., групповой танец «Теперь мы первоклашки», тренировочный танец «Стирка».

Результаты освоения программы «Ритмика и танец»

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.

Личностные результаты изучения курса:

У обучающегося будут сформированы:

знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений;
способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.

чувство коллективизма;

потребность и готовность к эстетической творческой деятельности;

эстетический вкус;

высокие нравственные качества;

позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

преобразовывать практическую задачу в познавательную;

осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;

целеустремлённости и настойчивости в достижении цели.

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

в играх действовать самостоятельно, искать выразительные движения, не подражая друг другу;

придумывать или выбирать движения в соответствии с характером музыкального произведения;

в совершенстве исполнять изученные танцевальные композиции различных жанров;

импровизировать под любое музыкальное произведение.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;

с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач; принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

Предметные результаты:

Обучающийся научится:

правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;

четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;

различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Тематическое планирование

1 класс

| № п/п | Тема занятия | Количество часов | Виды деятельности |
|-------|---|------------------|---|
| 1. | Вводный инструктаж по ОТ. Беседа: " Что такое ритмика, танец". | 1 | Беседа; прослушивание и просмотр записей фрагментов из занятий ритмикой, творческих концертов. |
| 2. | Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон). Понятие темпа и ритма. | 1 | Наблюдение; анализ действий; копирование движений; подражание. |
| 3. | Понятие «музыкальная фраза», «длительность». | 1 | Беседа; наблюдение; прослушивание музыки; анализ действий. |
| 4. | Разучивание разминки. | 1 | Наблюдение; копирование движений; разучивание движений. |
| 5. | Постановка корпуса. | 1 | Наблюдение; копирование движений; разучивание движений. |
| 6. | Знакомство с построением в линию, колонну, круг. | 1 | Наблюдение; копирование движений; разучивание движений; построение и перестроение; вовлечение в игровую деятельность. |
| 7. | Повороты и наклоны корпуса. | 1 | Копирование движений; выполнение ритмических упражнений. |
| 8. | Понятие о рабочей и опорной ноге. | 1 | Наблюдение, вовлечение в игровую деятельность. |
| 9. | Ориентация в танцевальном зале: центр, диагонали. | 1 | Построение и перестроение в танцевальном зале; вовлечение в игровую деятельность; анализ действий. |
| 10. | Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс. | 1 | Построение и перестроение в танцевальном зале; вовлечение в игровую деятельность; анализ действий. |
| 11. | Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха. | 1 | Прослушивание музыки; выполнение музыкально-ритмичных упражнений; вовлечение в игровую деятельность. |
| 12. | Первый подход к ритмическому | 1 | Наблюдение, сопоставление и копирование движений. |

| | | | |
|-----|--|---|--|
| | исполнению. Танцевальная зарядка "Солнышко лучистое". | | |
| 13. | Прямые позиции ног (I, II, III, IV). Основные правила. | 1 | Наблюдение; копирование движений. |
| 14. | Позиции рук (I, II, III). Основные правила. | 1 | Наблюдение; копирование движений |
| 15. | Упражнения на координацию движений. Ходьба с координацией рук, ног. | 1 | Наблюдение; копирование движений; анализ действий; двигательная активность. |
| 16. | Ходьба с координацией рук, ног, приставным шагом. | 1 | Наблюдение; копирование движений; анализ действий; двигательная активность. |
| 17. | История развития танца. Основные направления. | 1 | Беседа; просмотр видео. |
| 18. | Знакомство с групповым танцем. Основные правила. | 1 | Выполнение тренировочных упражнений; разучивание танцевальной композиции; копирование движений; двигательная активность. |
| 19. | Групповой танец: "Теперь мы первоклашки". Развитие действия. | 1 | Выполнение тренировочных упражнений; разучивание танцевальной композиции; копирование движений; двигательная активность; подражание. |
| 20. | Групповой танец: "Теперь мы первоклашки." Кульминация | 1 | Выполнение тренировочных упражнений; разучивание танцевальной композиции; копирование движений; двигательная активность; подражание. |
| 21. | Групповой танец: "Теперь мы первоклашки." Финал. | 1 | Выполнение тренировочных упражнений; разучивание танцевальной композиции; копирование движений; двигательная активность; самостоятельное исполнение танца. |
| 22. | Игры под музыку. Ритмическая комбинация "Гуси": шаги на месте, с остановкой на каблук. | 1 | Игровая деятельность; выполнение тренировочных упражнений, разучивание танцевальной композиции. |
| 23. | Игры под музыку. Ритмическая комбинация "Гуси": шаги по точкам (I, III, V, VII) | 1 | Игровая деятельность; выполнение тренировочных упражнений, разучивание танцевальной композиции. |
| 24. | Ходьба с остановкой на | 1 | Выполнение тренировочных упражнений; |

| | | | |
|-----|---|---|---|
| | пятках, на носках. | | двигательная активность; сопоставление и копирование движений. |
| 25. | Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег. | 1 | Выполнение тренировочных упражнений; двигательная активность; сопоставление и копирование движений. |
| 26. | Ходьба с ускорением и замедлением темпа. | 1 | Выполнение тренировочных упражнений; двигательная активность; сопоставление и копирование движений. |
| 27. | Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками. | 1 | Выполнение тренировочных упражнений; двигательная активность; сопоставление и копирование движений. |
| 28. | Отработка ритмико-гимнастических упражнений. | 1 | Отработка изученных упражнений; самостоятельно выполнение упражнений, движений. |
| 29. | Упражнения на развитие гибкости. | 1 | Выполнение тренировочных упражнений, копирование движений. |
| 30. | Этюдная работа. Игры. Понятие "пантомима". | 1 | Игровая деятельность, наблюдение, инсценирование. |
| 31. | Настроение в музыке и танце. Характер исполнения. | 1 | Беседа; наблюдение; игровая деятельность; инсценировка. |
| 32. | Правила танцевального этикета. | 1 | Наблюдение; беседа, просмотр видео. |
| 33. | Знакомство с понятием «импровизация». Импровизация на заданную тему. | 3 | Беседа, прослушивание разной по характеру музыки, сопоставление изученных движений с музыкой. Игровая деятельность, самостоятельное исполнение задания. |

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график.

Продолжительность учебного года – 35 недель.

Учебный год начинается 01 сентября, заканчивается 31 мая

Материально-техническое оснащение

1. Кабинет, оборудованный зеркалами.
2. Коврики или большой ковёр.
3. Аппаратура для музыкального сопровождения.
4. Видеоаппаратура.

Кадровые условия: педагог дополнительного образования, отвечающий всем требованиям квалификационной характеристики для соответствующей должности педагогического работника.

Формы аттестации: зачет, отчетный концерт, открытые уроки.
Текущий контроль включает следующие формы: зачетные занятия.

Оценочные материалы:

Пакет методических методик позволяющих определить учащимися планируемых результатов (личностные, метапредметные, предметных компетенций) опрос, анкетирование, тестирование, наблюдения, прослушивания и др. Авторы используемых методик: Ананьев Б.Г. «Психология чувственного познания», - М.: Наука 2001., Запорожец А.В. «Развитие регуляции действий у ребёнка «Педагогика 1986г., Фомин А.С. «Таней: понятие, структура, функции, М.= 1990г. «Школа и педагогика», Эльконин Д.Б.//Проблемы психологии игры//М.Педагогика,1989г.

1. [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Тестирование в детской психологии, Социометрический uchebnikirus.com > testuvannaya_dityachiy_psihologiyi
2. [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Методы тестирования как оптимальный вариант контроля cyberleninka.ru > [article](#) > [metody-testirovaniya-kak-op...](#)
3. [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Тестирование и его роль в изучении детей с нарушениями works.doklad.ru > [view](#) > [all](#)
4. [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Метод анкетирования. Рекомендации для педагогов mdou35.edu.yar.ru > [proverkisostavlenie_anket1](#).
- 5.[Электронный ресурс].- Режим доступа ; -Тесты для детей - Эти-Дети, www.eti-deti.ru > [det- test](#)

Методические материалы.

Методы обучения:

Метод показа и объяснения - является ведущим в хореографическом обучении.

Метод повторения - применяется для разучивания, совершенствования и закрепление танцевальных навыков.

При проведении на теоретической части занятия с детьми используются:

словесный метод - рассказы, беседы. Для повышения эстетической ценности занятий проводятся беседы об эпохе, в которой был создан танец, ее нравах, костюмах, происхождения и характера танцев, о русских танцевальных традициях, о творческой деятельности русских хореографов и фольклорных танцевальных традициях Сибири.

При организации деятельности применяется **наглядный метод** обучения: на занятиях просматриваются видеозаписи самодеятельных и профессиональных танцевальных коллективов, используются стенды и плакаты с фотографиями выдающихся хореографов и танцоров, русских народных костюмов с изображением классических элементов традиционных русских народных плясок и хороводов, посещение концертов профессиональных танцевальных коллективов.

Кроме того, используются в работе **метод стимулирования и мотивации**. Хорошие результаты достигаются разумным использованием соревнования в самодеятельном сочинении детьми плясовых композиций. На занятиях проводятся соревнования нескольких групп и отдельных солистов. А это пробуждает у ребенка инициативу, активность, что благотворно влияет на развитие творческих способностей, для того чтобы не снижать эмоциональный эффект от танцевальной деятельности, на каждом занятии даётся возможность детям свободно поиграть, самостоятельно импровизировать.

В детских танцевальных коллективах присутствует благоприятный микроклимат. Для того чтобы определить микроклимат проводятся мониторинг, анкетирование, беседы с детьми и родителями. На занятиях используются методы поощрения и похвалы, создаются ситуации успеха для каждого ребенка. Занятия по данной программе доставляют детям радость, потому что урок является моментом общения с искусством.

Поработав, поиграв и потанцевав, дети уходят с занятия с запасом эстетических впечатлений: удовлетворённые, активные и бодрые. Всё это способствует социальной адаптации ребёнка.

Деятельность обучающегося в творческом объединении, создает каждому ребёнку возможность утвердить себя, пережить чувство успеха, уверенности в собственных силах, и это повышает ответственность педагога дополнительного образования и делает актуальной работу по развитию творческих способностей детей средствами русского народного танца.

Считается необходимым на занятиях включать упражнения, игры, танцы, исполняемые всей группой, они заставляют ярко переживать общее для всех чувство, сплавляют детей в коллектив. Выполнение учащимися групповых упражнений под музыку требует единых усилий, сознательности и активности, творческого отношения к делу, способствует формированию коллективистских качеств личности.

На занятиях используется **игровой метод** обучения, так как, он очень необходим в эмоциональном развитии ребёнка, особенно в младшем школьном возрасте. Возрастные изменения интеллектуального и эмоционального развития детей вызывают различные формы «наполнения» игровой деятельности.

Поэтому, в дополнительной образовательной общеразвивающей программе, часто используется детская фольклорная игра, которая решает следующие задачи; восприятие и усвоение ребёнком национального общественно - культурного опыта и включение в индивидуальный жизненный опыт чувственных переживаний, полученных в процессе художественной деятельности.

Именно приобретение эмоционального опыта переживаний, представлений художественных образов, картин и является педагогической целью игры, игра требует от ребёнка больших внутренних усилий: внимательного вслушивания, активного размышления, умение дать яркую и убедительную эмоциональную характеристику образу.

Логика педагогического процесса в игровом танце развивается в следующих этапах: экспозиция, «завязка» танца, его развитие, кульминация и «развязка». В каждом из этих этапов создаются условия для возникновения творческой инициативы детей, они способствуют социальному успеху деятельности ребёнка: снятию закомплексованности, тревожности, других негативных явлений, а это ведёт к развитию творческой личности.

Формы организации учебного занятия.

Реализуя программу, используются различные виды занятий, как традиционные, так и инновационные.

1. Занятие-игра
2. Стартинейджер (занятие в виде соревнования)
3. Мастер-класс
4. Занятие-практикум
5. Занятие-видео просмотра

Педагогические технологии:

Информационно-коммуникационные: чтобы занятие проходило интересно, творчески используются ИКТ в учебном процессе, которые повышают качество образования, для - сокращения времени на изучения материала за счет наглядности и быстроты выполнения работы, для проверки знания, учащихся в интерактивном режиме. Используются на занятиях компьютер для просмотра специальных видеозаписей по хореографии.

Здоровьесберегающие технологии:

Меняются виды деятельности на занятии, их продуктивность, а также периоды работоспособности детей на занятиях (период вработываемости, период высокой продуктивности, период снижения продуктивности с признаками утомления).

В работе применяются элементы лично-ориентированной технологии. В танцевальном образовании очень важен дифференцированный подход, поэтому строится обучение с учётом разных типов деятельности – репродуктивной и творческой.

Алгоритм учебного занятия.

При реализации программы «Ритмика и танец» применяется следующая примерная **схема занятия**.

Короткая **вводная часть** – должна подготовить детей к предстоящей работе – поднять их настроение и мышечный тонус.

1. Приветствие.
2. Поклон.
3. Проходка по залу.

Первая часть занятия – освоение обязательного музыкально-двигательного материала.

1. Разминка (№1 – середина зала, № 2 – по диагонали, № 3 – с партнером).

Вторая часть занятия – элементы хореографии и разучивание танцевальных движений и ходов.

1. Работа у станка.
2. Работа на середине зала.

В заключении занятия – проводится знакомая и любимая детьми игра или повторится танец, построив группу на рабочее место, подводятся итоги занятию, даётся оценка детям, пожелания и поощрения.

1. Игра.
2. Подведение итогов и обсуждение.

2.2.4. Дидактический материал:

- Высокохудожественная музыка (классическая, русская народная, популярная детская).
- Видеозаписи, традиционных народных танцев, хороводов обрядов и праздников. - Тематические папки по традиционным видам народного костюма и традициям праздников,
- Видео материал выступлений танцевальных детских коллективов,
- Видео материал детских танцевальных коллективов,
- Видеозаписи русских народных игр,
- Видеозаписи игр народов мира,
- Видеозаписи техники исполнения русских народных движений,
- Образцы костюмов,
- Игры, задания, - Картинки, - Фотографии.

Упражнения, игры и танцы являются – дидактическим материалом: все они одновременно помогают воспитывать музыкальное восприятие детей, совершенствовать их движения и развивать, творчески воплощать музыкальнодвигательный образ. Кроме того, каждое из них имеет свою специальную задачу (одно помогает усвоению определённого двигательного навыка; другое направляет детей на отражение той или иной особенности музыки).

2. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008)
3. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие» (СПб.: Детство-пресс, 2001)

Интернет ресурсы:

- 1 [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ <http://slavyanskayakultura.ru/slavic/tradition/russkie-narodnye-tancy.html>
2. [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ <https://funser/1587811-16-russkihnarodnyh-tancev.html>
3. [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Анкетирование как метод исследования, его проведение и ...
www.grandars.ru > ... > [Социологическое исследование](#)
- 4.[Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Метод анкетирования - [Zachnik.com azochnik.com](#) > ... > [Социология](#) > [Общая социология](#)
5. [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Метод анкетирования. Рекомендации для педагогов
mdou35.edu.yar.ru , [proverki](#) > [sostavlenie_anket](#)
6. [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Применение метода анкетирования в практической ... [cyberleninka.ru](#) > [article](#) > [primenenie-metoda-anketiro...](#)
- 7.[Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Инновационные технологии в хореографическом искусстве.
kopilkaurokov.ru > [vneurochka](#) > [uroki](#) > [innovatsionn...](#)
8. [Электронный ресурс].- Режим доступа: _ Инновационные технологии в хореографии: технологии ... [viafuture.ru](#) > [Каталог идей](#)
Использование современных **технологий** в искусстве **хореографии**. Видеоматериалы и электронное обучение а также новые методы работы и их
9. Танец. Хореография -скачать и читать онлайн... window.edu.ru > [catalog](#)
В **электронной** библиотеке Единое окно собран уникальный каталог учебников, методических пособий, ссылок на полезные **образовательные ресур**
10. [Электронный ресурс].- Режим доступа: Самоанализ результатов использования новых технологий... nsportal.ru > [iskusstvo-baleta](#) > [library](#) > [2015/02/08](#) > s...
- 8 февр. 2015 г. - ... технологий, **электронных образовательных ресурсов (ЭОР)** в ... дополнительного образования по **хореографии** Чесноковой Т.Е.

Литература для обучающихся:

1. Богаткова Л.Н. И мы танцуем/ Богаткова Л.Н. – М.: Детская литература, 2015г.
2. Лиориц, И.В. Ритмика / Лиориц И.В. – М.: Академия, 2015г.
3. Лисицкая, Т.С. Хореография в гимнастике / Лисицкая Т.С. – 2016г.
4. Лукьянова, Е.П. Дыхание хореографа / Лукьянова Е.П. – М.: Искусство, 2015г. 5. Федорова, Г.П. Танцы для детей / авт. сост. Федорова Г.П. – СПб.: Детствопресс, 2013г.
6. Черемховская, Р.А. Танцевать могут все / Черемховская Р.А. – Минск: 2016 г.
7. Эльяш Н.И. Образы танца / Эльяш Н.И. – М.: Знания, 2016г.
8. Яновская, В.Е. Ритмика / Яновская В.Е. – М.: Музыка, 2013г.
9. [Электронный ресурс].- Режим доступа: Танец. Хореография - скачать и читать онлайн ...
window.edu.ru > [app.php](#) > [catalog](#) > [resources](#)

10 . [Электронный ресурс].- Режим доступа: Хореография - Виртуальная справочная служба ...

vss.nlr.ru › **archive_catalog**

11. [Электронный ресурс].- Режим доступа: Список литературы st.educom.ru › [eduoffices](#) › [gateways](#) › [get_file](#)