

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САСОВСКИЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОДИНА»

Обсуждена и рассмотрена на засе-
дании педагогического совета
Протокол № 1 от 09.01.2024



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО Сасовский ЦДО «Родина»
М.Г. Дергачева М.Г.
Приказ № 6 от 09.01.2024

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА «РИТМИКА И ТАНЕЦ»**
(для обучающихся 7-11 лет)
Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Хлебодарова Анна
Михайловна
педагог дополнительного образования

2024 г.

Содержание

| | |
|--|----|
| 1. Пояснительная записка | 3 |
| 2. Учебно-тематический план | 6 |
| 3. Содержание программы | 6 |
| 4. Методическое обеспечение программы..... | 8 |
| Список литературы, использованной..... | 11 |
| Приложение..... | 13 |

1. Пояснительная записка

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного

воспитания особое место занимает хореография. Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным. Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству.

Ритмика – это передача музыки через движения, это эмоциональный отклик на музыку, это выполнение простых танцевальных движений под музыку. Она доступна всем здоровым детям. Ритмика не только даёт выход повышенной двигательной энергии, но и способствует развитию у детей многих полезных качеств. Красивые движения, разученные на занятии, ребята с радостью и удовольствием будут выполнять и дома.

Ритмика закладывает надёжный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребят. Движения, совершаемые под музыку, выполняются легче. Дыхательный аппарат работает более энергично, увеличивается глубина дыхания, повышается поглощение кислорода. Дети учатся владеть своим телом, приобретают раскованность, лёгкость в движениях. Тем самым ритмичные упражнения способствуют физическому воспитанию и укреплению детского организма. В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности. Таким образом, занятия ритмикой оказывают разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности. Ритмика создаёт ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, сообщает более светлое восприятие жизни. Ритмичное движение под музыку вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. В детской ритмике сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Танцевально-ритмическая гимнастика позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей.

Программа разработана в соответствии с:

- Уставом МБОУ ДО «ЦРТ»;
- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Минобрнауки РФ от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" - Конвенции о правах ребенка;
- Постановления от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

За основу программы «Ритмика и танец» выбраны:

- программа «Ритмика и танец» Овчинниковой Е.В.
- программа «Са-Фи-Данс» Кадочниковой А.В.

- авторская программа по учебному предмету ритмика для учащихся 1-7 классов Беляевой В. Н. "Ритмика и танец"

Из данных программ взяты главные разделы: танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика, основы классического, народного и современного танца, а также постановочная деятельность.

Направленность

Программа имеет художественно направленность и предназначена для осуществления хореографического образования дошкольников, более широкое приобщение учащихся к искусству.

Новизна и актуальность

Программа предусматривает обучение с учетом индивидуальных особенностей учащихся, сохраняет и умножает качества ребенка (инициативность, фантазия, непосредственность); определяет перспективы развития, что дает возможность большему количеству детей включиться в образовательный процесс. В младшем школьном возрасте деятельностью, создающей благоприятные условия для психологического и личностного развития ребенка, является игра.

Программа ориентирована на использование развивающих игр, как инструмента для формирования танцевальных навыков.

В образовательный процесс программа предусматривает включение зрителей, которые могут оценить и проанализировать танцевальную деятельность обучающихся.

На каждом занятии отведено время на то, чтобы учащиеся не только учились определенным движениям и танцам, но и могли на основе проученных движений придумать свои.

Региональный компонент программы заключается во внедрении в процесс обучения элементов местной танцевальной культуры.

Цель программы - укрепление физического и психического здоровья, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

Задачи программы:

Обучающие:

- знакомство с предметом начальная хореография;
- знакомство с правилами здорового образа жизни;
- обучение понятиям: характер музыки, темп, ритм.

Развивающие:

- развитие чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развитие навыков ориентировки в пространстве;
- развитие координации движений и пластики, навыков владения своим телом;
- развитие выворотности ног;
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- развитие танцевального шага.

Воспитательные:

- формирование коммуникативных навыков.
- воспитание трудолюбия;
- воспитание стремления к двигательной активности;
- воспитание ответственности, упорства, силы воли;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- способствовать формированию личности инициативной, целеустремленной;
- воспитание коллективизма

Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой материал, которые используются на всех

занятиях. Программа направлена на обучение детей умению танцевать красиво, двигаться в свободной непринуждённой манере и владеть ритмопластикой танца, а также решение оздоровительных задач.

Занятия в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении мероприятий.

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Программа предназначена для детей младшего школьного возраста. Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие. Наполняемость в группах – 12 человек. Срок реализации программы – 1 год. Продолжительность занятий 1 час два раза в неделю. Всего 72 учебных часа.

Форма проведения занятий – групповые занятия.

Режим занятий: Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу. Во время занятий предусмотрены 15 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Каждое занятие включает:

- организационную часть,
- разминку,
- ритмические упражнения,
- партерный экзерсис,
- подведение итогов занятия,
- проветривание помещения.

Ожидаемые результаты

Личностные результаты.

К концу первого года обучения у обучающихся должно быть развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе занятий; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты.

Регулятивные:

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

Познавательные:

Учащиеся должны уметь:

- 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.

Коммуникативные:

Уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать в ладоши, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;

- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики классического экзерсиса у станка;
- исполнять основные упражнения на середине зала.

Знать:

- правила постановки корпуса
- позиции ног и рук классического танца
- названия основных танцевальных движений и элементов;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п | Тема | Общее кол-во часов | теория | практика |
|-------|--|--------------------|-----------|-----------|
| I | Введение | 1 | 1 | - |
| II | Азбука музыкального движения | 42 | 9 | 33 |
| 1 | Ориентировка в пространстве | 5 | 1 | 4 |
| 2 | Упражнения с предметами | 5 | 1 | 4 |
| 3 | Музыкально-ритмические движения | 14 | 3 | 11 |
| 4 | Музыкальные игры | 5 | 1 | 4 |
| 5 | Танцевальные упражнения | 13 | 3 | 10 |
| III | Партерная гимнастика | 10 | - | 10 |
| 1 | Развитие и укрепление мышц тела | 10 | - | 10 |
| IV | Творческая деятельность | 9 | 1 | 8 |
| 1 | Игровые этюды | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Музыкально - танцевальные игры | 3 | 1 | 2 |
| 3 | Подготовка к выступлениям. Разучивание плясок. | 4 | - | 4 |
| V | Мероприятия воспитательного и познавательного характера | 4 | - | 4 |
| VI | Концертные выступления | 4 | - | 4 |
| VII | Итоговые занятия | 2 | - | 2 |
| | Итого: | 72 | 12 | 60 |

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

РАЗДЕЛ 1. Введение.

Теория: Программа и режим занятий; правила поведения и техники безопасности. Мелодия и движение: темп – быстро, медленно, умеренность. Контрастность музыки: быстрая – медленная, веселая – грустная. Начало и конец фразы, характер музыки, динамика, темп.

РАЗДЕЛ 2. Азбука музыкального движения

Тема 1. Ориентировка в пространстве.

Теория. Знакомство ребят с необходимостью предварительной разминки тела перед занятием.

Упражнения на ориентировку в пространстве. Исходные положения. Основные понятия построения: колонка; шеренга; цепочка; круг. Основные понятия перестроения: из колонны в цепочку; из шеренги в цепочку; из колонны в шеренгу.

Практика. Упражнения для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп. Примеры упражнений: “деревянные и тряпичные куклы”; “твердые и мягкие руки”; “мельница”; - “маятник” - перенос корпуса с носков на пятки и обратно; “растягивание резинок” - упражнение для рук; - “пружинки” - приседание. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий). Построение и перестроение на практике.

Тема 2. Упражнения с предметами

Теория. Упражнения с предметами.

Практика. Упражнения на равновесие. Практическое занятие-упражнение: руки опущены вниз; руки отведены в стороны; подбоченившись; хлопки в ладоши; взмахи платочком; использование предмета: платочек, веточка, лента и др.

Тема 3. Музыкально-ритмические движения

Теория. Музыкально-ритмические движения. Танцевально - ритмическая гимнастика. Теоретическое сопровождение ритмических движений в процессе их выполнения. Правила расположения рук в каждом положении. Игроритмика, игрогимнастика, игротанец.

Практика. Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный). Определение музыкального размера. Восприятие сильной и слабой доли на слух, выполнение акцента в движениях. Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног. Контрастные темпы. Музыкально – пространственные композиции. Сужение и расширение круга. Выполнение ритмических движений: ходьба бодрая и спокойная с подниманием ног на всей стопе и полупальцах; шаг с носка; бег с отбрасыванием ног назад и подъемом вверх; сочетание бега с ритмичными хлопками; сочетание ходьбы с бегом; работа над образными движениями. Примеры: “Ходит балерина”, “Шагают спортсмены”, хороводный сценический шаг; притопы (одинарные, двойные, тройной); выставление ноги на пятку и носок.

Тема 4. Музыкальные игры.

Теория. Музыкальные игры. Объяснение правил. Музыкально-подвижные игры.

Практика. *Практика:* Игровое занятие: “Внимание! Музыка”; “Веселый поезд”; “В походе”; “Найти свое место”; “Кот и мыши”; “В стране чудес”. Музыкально-подвижные игры. Игры - путешествия.

Тема 5. Танцевальные упражнения

Теория. Элементы русской пляски. Ритм, ритмический рисунок.

Практика. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения). Происхождение и особенности русского хоровода. Положение рук в русской пляске. Построения и перестроения, орнаментальные хороводы. Хороводные шаги: переменный, тройной шаг. Хороводные шаги: топающий (топоташки, перетопы), дробный шаг. Движение по линии танца, против хода, в колонне по диагонали, в шеренге взявшись за руки. Движение с ускорением, замедлением темпа. Хороводные шаги: приставной шаг, шаг с притопом. Перепляс. Танцевальные комбинации русских танцев.

РАЗДЕЛ 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Теория: Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

Практика: Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

-упражнения для развития гибкости;

- упражнения для стоп;

-упражнения для развития растяжки;

- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

РАЗДЕЛ 4. Творческая деятельность

Тема 1. Игровые этюды.

Теория. Организация творческой деятельности учащихся. Беседа на тему создания детьми несложного музыкального образа. Развитие через игру воображения, мышечной, зрительной, эмоциональной памяти.

Практика. В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. Примеры игр: “День и ночь”, “Лиса и куры”, “Повторяшки”. Темы для самостоятельной работы. Придумать интересный образ для игры “День и ночь”. Сочинить простые движения для игры “Повторяшки”.

Тема 2. Музыкально - танцевальные игры.

Теория. Музыкально - танцевальные игры.

Практика. Танцевальные импровизации. Сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему. Задания по развитию ритмопластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование сказок и т.п.; этюды для развития выразительности движений. Танцуем с героями любимых сказок.

Тема 3. Подготовка к выступлениям. Разучивание плясок.

Разучивание плясок и танцев «У моей России», «Матрешки», «Двигайся», «Стирка».

РАЗДЕЛ 5. Мероприятия воспитательного и познавательного характера

(по отдельному плану)

РАЗДЕЛ 6. Концертные выступления.

(по отдельному плану)

РАЗДЕЛ 7. Итоговые занятия.

Анализ выполнения программы (промежуточная и итоговая аттестация). Проверка теоретических знаний в игровой форме. Творческое выполнение заданий.

Формы аттестации и контроля за уровнем подготовки: танцевальные выступления на школьных праздниках.

Проектируемый результат (1 год обучения):

Научить воспитанников построению, перестроению, свободному перемещению по залу. Воспитанники должны уметь двигаться в различных музыкальных темпах, определять характер музыки. Воспитанники должны ознакомиться с основными элементами ритмической гимнастики, свободно владеть подъёмом на полупальцы с последующим приседанием по VI позиции, овладеть прыжками по VI позиции ног. Научиться исполнять основные элементы партерного тренажа. Овладеть элементарными статическими танцами. Ознакомиться с терминологией. Знать о ведущей роли партнёра в парном танце. Знать положение рук в танце.

4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа составлена с учетом требований современной педагогики, на основе знаний возрастных, психолого-педагогических, физических особенностей детей, корректировалась в соответствии с их интересами. Важный этап в обучении – индивидуальный подход. Это способствует развитию познавательных сил, активности, склонностей, дарований обучающихся.

Принципы обучения

- *доступности* – при изложении материала учитываются возрастные особенности детей, уровень их развития, подготовленности, степень формирования коллектива;
- *наглядности* – на занятиях используется много демонстративного и раздаточного материала, используется показ видеозаписей;
- *сознательности и активности* – для активации деятельности необходимо пробудить в них интерес к обучению, определить мотивы для получения знаний.

1. Методическое сопровождение

- *учебной работы педагога*: методика контроля усвоения учащимися учебного материала; методика диагностики (стимулирования) творческой активности учащихся; наличие специальной методической литературы по хореографии, ритмике и музыке; методики проведения занятия по конкретной теме; методы обновления содержания образовательного процесса;
- *воспитательной работы педагога*: методика формирования детского коллектива; наличие специальной методической литературы по педагогике и психологии; методика организации воспитательной работы;
- *работы педагога по организации учебного процесса*: методика анализа результатов деятельности;
- *массовой работы*: методика организации и проведения массового мероприятия (конкурса, праздника, игровой программы); план и методика проведения родительского собрания и др.

Виды методической продукции:

- методическое пособие, методическая разработка, методическая инструкция

Виды дидактических материалов:

- *звуковые* (записи выступлений, концертов);
- *смешанный* (видеозаписи, аудио- и видеоматериалы и т.д.);
- *учебные пособия*, журналы, книги;
- *тематические подборки* материалов, сценариев, игр.

Дидактический материал подбирается и систематизируется в соответствии с учебно-тематическим планом (по каждой теме), возрастными и психологическими особенностями детей, уровнем их развития и способностями.

Для реализации познавательной и творческой активности учащихся в учебном процессе используются *современные образовательно-воспитательные технологии*, дающие возможность повышать качество образования, более эффективно использовать учебное время и добиваться высоких результатов обученности: *личностно-ориентированные технологии, технология создания ситуации успеха* (поощрение даже небольшого успеха ребенка (хотя бы добрым словом), его личные достижения при выполнении какого-либо задания, упражнения, работы), *игровые технологии, технологии здоровьесберегающие, технология коллективной творческой деятельности*.

Для обеспечения формирования знаний, умений и навыков, необходимых для решения учебно-воспитательных задач используются:

- *методы обучения*, в основе которых лежит *способ организации занятия*: *словесные* (устное изложение, беседа, объяснение и др.), *наглядные* (показ иллюстраций, приемов исполнения, наблюдение, работа по образцу и др.), *практические* (исполнение танца или отдельных его элементов);
- *методы*, в основе которых лежит *уровень деятельности детей*: *объяснительно-иллюстративные* (беседы, ознакомление детей с дополнительной литературой по музыке, пластике и ритмике, другими источниками текстовой, фото- и видеоинформации по танцам; небольшие сообщения по отдельным темам); *репродуктивные* (копирование элементов танца); *частично-*

поисковые (разработка творческих коллективных работ – одного или двух коллективных танцевальных номеров).

Постоянный поиск новых форм и методов организации учебного и воспитательного процесса делает работу с детьми более разнообразной, эмоционально и информационно насыщенной.

Формы занятий разнообразные: вводное, традиционное, практическое, ознакомительное, контроль полученных знаний. Также используются нетрадиционные занятия в виде игр, конкурсов, викторин.

Кроме образовательного аспекта программа несет в себе воспитательную функцию, основу которой составляют следующие **методы воспитания** учащихся:

- *общие методы воспитания* (рассказ на этическую тему);
- *методы организации деятельности и формирования опыта поведения* (поручение, игра, упражнение, коллективная творческая деятельность, обычаи коллектива, соблюдение норм, традиций; создание воспитывающих ситуаций);
- *методы стимулирования*: поощрение, одобрение, награждение, соревнование.

2. Материально-техническое обеспечение

- *помещение*: актовый зал, учебный кабинет, столы и стулья для педагога и учащихся, доска, шкафы для хранения учебной литературы и наглядных пособий;
- *перечень материалов и инструментов, необходимых для занятий*: костюмы, обувь; атрибуты: обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты и т.д.;
- *дидактическое обеспечение программы*: журналы, книги, альбомы, подборки танцев различных направлений и описания их исполнения;
- *перечень технических средств обучения*: фотоаппарат, магнитофон.

Перечень оборудования, необходимого для реализации программы

\ в расчете на 12 человек \

| № п /п | Наименование | Количество |
|-------------------|---------------------------------------|--------------------|
| 1 | Оборудованное помещение | 1 |
| 2 | Ноутбук | 1 |
| 3 | Колонки | 1 |
| 4 | Фотоаппарат | 1 |
| 5 | Шкаф для костюмов | 1 |
| 6 | Атрибуты: обучи, скакалки, мячи и т.д | в ассортименте |
| 7 | Стол, стулья | 1 стол, 12 стульев |
| 8 | Медицинская аптечка | в комплекте |

3. Психолого-педагогическое сопровождение

Целью психолого-педагогического сопровождения является создание условий для развития личностного роста, обучения и развития учащихся.

Методы психолого-педагогического сопровождения детей: диагностика; анкетирование, тестирование; психолого-педагогическое наблюдение; индивидуальные консультации; инновационные игры; беседа.

4. Кадровое обеспечение

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий соответствующее образование, квалификацию, профессиональную подготовку, постоянно повышающий свой уровень профессионального мастерства.

5. Финансовое обеспечение

Финансирование осуществляется на бюджетной основе.

Список использованной литературы.

Для педагога:

1. Авдеенко А.А. «Там, где рождается танец», М. 2007г.
2. Авилова, Т.В. Калинина Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А.. (-Волгоград: Учитель, 2008)
3. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат» (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
4. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца», Л. 2003г.
5. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 2009)
6. Белова Е. «Ракурсы танца», М. 2011г.
7. Блок Л.Д. «Классический танец», М. 2007г.
8. Богаткова Л. «Хоровод друзей», М. 2009г.
9. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Композиция и постановка танца. - Орел, 2011. – 47 с.
10. Ваганова Л.Я. Основы классического танца. – М.: Просвещение. 2004. – 48 с.
11. Васильева В. «Танец», М. 2010
12. Великанова Э. «Здесь танцуют», Л. 2007г.
13. Габович М.М. «Душой исполненный полет», М. 2011г.
14. Галанов А.С. Игры, которые лечат. - М.: 2003. – 49 с.
15. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в образовательном учреждении. - М.: Скрипторий. - 2009. – 78 с.
16. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. - М.: ВЛАДОС, 2009. – 141 с.
17. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
18. Добровольская Г. «Танец, пантомима, балет», Л. 2005г.
19. Захаров В.М. «Радуга русского танца», М. 2006г.
20. Захаров Р «Сочинение танца», М. 2009г.
21. Зацепина К. , Рихтер К. «Народно-сценический танец», М. 2006г.
22. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
23. Корниенко Л.С. Забавы. Хореографическая студия. - Внешкольник, 2007, №3.
24. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: Линка-пресс, 2007. – 95 с.
25. Лом И.Н. «Правила хорошего тона», ТОО Ариель, 2007г.
26. Мессерер А. «Танец, мысль, время», М. 2004г.
27. Митрохина Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии. - Орел, 2003. – 54 с.
28. Муравьев В.А., Назарова Н.Н. Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста. - М.: Просвещение, 2006. – 56 с.
29. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
30. Пуртова Г.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать. - М.: 2006. – 65 с.
31. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
32. Степанова Л. «Танцы народов России», М. 1993
33. Стрекачева О.О. Все о фитнесе. М.: Просвещение. - 2005. – 87 с.
34. Ткаченко Г. «Народный танец», М. 1995г.
35. Утробина К.К. Занимательная гимнастика для дошкольников. - М.: Линка-пресс, 2003. – 56
36. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб., 2005. – 45 с.
37. Фоменко И.М. Основы сценического танца. - Орел, 2012. – 154 с.
38. Черноусова Л.Л. Жить – танцуя. - Внешкольник, 2007, № 6.
39. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)
40. Ярмолович Л. «Классический танец», М. 1994г.

Для детей и родителей:

1. Богаткова Л. «Хоровод друзей», М. 2009г.
2. Галанов А.С. Игры, которые лечат. - М.: 2003. – 49 с.
3. Васильева В. «Танец», М. 2010
4. Великанова Э. «Здесь танцуют», Л. 2007г.
5. Габович М.М. «Душой исполненный полет», М. 2011г.
6. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в образовательном учреждении. М.: Скрипторий. - 2009. – 78 с.
7. Добровольская Г. «Танец, пантомима, балет», Л. 2005г.
8. Захаров Р «Сочинение танца», М. 2009г.
9. Корниенко Л.С. Забавы. Хореографическая студия. - Внешкольник, 2007, №3.
10. Митрохина Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии. - Орел, 2003. – 54 с.
11. Пуртова Г.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать. - М.: 2006. – 65 с.
12. Утробина К.К. Занимательная гимнастика для дошкольников. - М.: Линка-пресс, 2003. – 56
13. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб, 2005. – 45 с.

Интернет-ресурсы

1. «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы)
https://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs/Ритмика%20и%20танец%204-6%20лет_pdg.pdf
2. <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2019/09/14/rabochaya-programma-ritmika-i-tanets-1-4-klass>

**Педагогический мониторинг по программе
«Ритмика и танец»**

С целью определения уровня усвоения общеобразовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточная и итоговая аттестации. Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-ти бальной системе и фиксируются в сводных таблицах.

1-ый год обучения

Первичная диагностика

Цель: определение общего уровня развития ребенка и его склонности к танцу.

Задачи:

-определение общего уровня развития ребенка;

- выявление природных способностей к танцу;

Срок проведения: при поступлении в творческое объединение (сентябрь).

Форма проведения: собеседование, выполнение практического задания.

Содержание

Теоретическая часть. Вопросы:

- Нравится ли тебе танцевать?

-Кто посоветовал начать заниматься танцами?

- Имеется ли начальная хореографическая подготовка или подготовка другого вида (например, спортивная)?

Практическая часть: ребенку предлагают выполнить следующие задания:

- исполнение упражнений на ритмичность;

- исполнение упражнений на координацию;

-исполнение упражнений на ориентировку в пространстве.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — проявляет слабый интерес к музыкально-ритмической деятельности, у ребенка не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень способностей к хореографии, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности, движения угловатые.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — проявляет достаточный интерес к музыкально-ритмической деятельности, у ребенка развит музыкальный и ритмический слух, умеет концентрировать внимание, но координация движений развита недостаточно.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — ребенок проявляет активный интерес к музыкально-ритмическим движениям, показывает высокий уровень способностей к народно-сценическому танцу, развит музыкальный и ритмический слух.

Промежуточная аттестация

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

-определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;

-определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание

Теоретическая часть:

• правила поведения в хореографическом зале;

• понятие «музыкальное вступление»;

- позиции рук классического танца (1, 2, 3 позиции) и ног (1, 2, 3, 6 позиции);
- марш по кругу, в рисунке;
- упражнения на середине по диагонали, по прямой.

Практическая часть:

- упражнения на ориентировку в хореографическом зале, движение в заданном рисунке (построение в колонну по одному, по два, расход парами в движении, построение в круг, движение по кругу, по диагонали);
- элементы партерной гимнастики;
- упражнения с использованием элементов логоритмики;
- упражнения для укрепления мышц спины;
- ролевые игры с использованием элементов хореографии и логоритмики.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не развит музыкальный и ритмический слух, не знает основные позиции рук, ног, положение головы, не правильно исполняет упражнения. Не способен к самостоятельности. Быстрая утомляемость, неустойчивое внимание.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, слышит музыку и ритм, согласовывает движения с музыкой, но допускает не точности в исполнении движений. Эмоциональная отзывчивость, интерес, желание включиться в танцевальную деятельность. Средняя утомляемость и снижение двигательной активности.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — творческая активность ребенка, его самостоятельность, инициатива; ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями, выполняет движения без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве. Устойчивость внимания, физическая выносливость, двигательная активность.

Итоговая аттестация

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствия прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи:

- определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами первого года обучения;
- выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- анализ полноты реализации программы первого года обучения.

Срок проведения: конец апреля — начало мая.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание

Теоретическая часть:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса: demi и grand plie;
- правила исполнения пройденных движений: demi и grand plie;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- основные танцевальные позиции рук (1, 3 позиции) и ног (1, 6 позиции).

Практическая часть

- движение и исполнение различных упражнений в соответствии с контрастным характером музыки;
- ритмичная ходьба под музыку, легкий бег, хлопки ладошками, притопы ногами, вращение кистями рук, прыжки на двух ногах;
- движение по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнение элементов партерной гимнастики.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой, грамотное исполнение с небольшими недочетами, как в техническом плане, так и в художественном.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.