

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КАЗАЧИНСКИЙ РАЙОННЫЙ ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА

И.О. директора МБОУ ДО Казачинский РЦДТ

Утверждаю

Л.В.Степаненко



«31» августа 2020г

Рабочая программа
Дополнительного образования
«Веселая Ритмика» дошколенок
(художественно-эстетической)

Составила:
Педагог дополнительного образования
Хализева Екатерина Александровна
Срок реализации: 1 год
Возраст детей: 6-7 лет
Уровень: Базовый

Казачинское 2020г

Содержание

| | |
|--|----|
| 1. Пояснительная записка..... | 3 |
| 2. Учебный план..... | 6 |
| 3. Содержание программы..... | 8 |
| 4. Ожидаемые результаты..... | 12 |
| 5. Условия реализации программы..... | 13 |
| 6. Календарный учебный график..... | 16 |
| 7. Методическое обеспечение..... | 21 |
| 8. Контрольно-измерительные материалы..... | 23 |
| 9. Список литературы..... | 26 |

Пояснительная записка

Как и всякое искусство, танец доставляет ни с чем не сравнимое удовольствие.

Именно в танце можно познать свой дух и свое тело и выразит все свои чувства. Танцующий стремится выразить свои настроения и эмоции в пластически красивой и эстетической совершенной форме. Свобода и легкость движений, красота и пластичность радуют и танцоров, и зрителей. И само обучение танцу является активным творческим процессом. Преодолевая трудности, тренируя тело и осваивая лексику танца, человек познает красоту танцевального творчества. Мы живем на рубеже веков - и в танце тоже отражается веяние времени.

Танцевальное искусство делает жизнь ярче и праздничнее.

Именно в танце человек получает возможность познать дух своего народа, ощутить пластику своего тела, наиболее полно выразить свои чувства. Танец во все времена был средством выражения настроения и эмоций в пластически красивой и эстетически совершенной форме. Все, что люди не могли сказать словами, они стремились передать в танце.

Свобода и легкость, красота и пластичность танцевальных движений доставляют радость танцорам и восхищают зрителей.

Актуальность

Танцевальная гимнастика, ритмические упражнения необходимые для освоения танца, помогают приобрести учащимся навыки легкости, грациозности, избавить от тяжеловесности, скованности, что присуще детям данного микрорайона.

Танцы - это наиболее яркая и эмоциональная часть любого мероприятия. Здесь каждый может блеснуть пластикой и грацией, умением двигаться. Не последнюю роль играет и желание выделиться, проявить свои способности. Но самым главным, конечно же, является стремление танцевать.

Кроме того, ритмические движения и музыка воздействуют на состояние здоровья человека.

Новизна

Учебный материал концентрируется вокруг блоков, каждый из которых включает в себя доступный и интересный по своему содержанию материал. В программу включены танцы народов мира, классические, современные, игровые-шуточные. Программный материал составлен с учетом возрастных особенностей детей и уровня первоначальной подготовки.

Цель программы – укреплять физическое и психическое здоровье детей, научить правильно, красиво двигаться и танцевать, воспитать эстетическое чувство вкуса.

Задачи программы:

1. **Образовательные** - ознакомление учащихся с танцами народов мира, классическими, современными, игровыми.

2. **Воспитательные** - развитие художественные способности учащихся, привить им любовь к танцам, воспитание любви к музыке, к хореографическому искусству, развитие фантазии и образное мышление учеников в области хореографии

3. **Развивающие** - Ознакомить с позициями ног, рук, основными ориентирами в пространстве. Выработать правильную осанку и постановку корпуса.

Программа составлена с учетом занятий 1 раз в неделю (занятие длится 30 минут)

Отличительные особенности данной программы

Использование целостных музыкальных произведений, создающих музыкальный образ, который передается разнообразными пластическими средствами. Работа построена от простого к сложному (от ритмических зарисовок к более сложным и разнообразным по стилю танцам), учета возрастных особенностей детей старшего дошкольного возраста, их возможностей и интересов; связи теории с практикой; совершенствования

знаний, умений, навыков в процессе обучения: доступности материала; наглядности; системности; обеспечения индивидуально-дифференцированного подхода на занятиях; закрепления навыков. Дети постепенно приобщаются к миру чувств и образов.

Основные характеристики образовательного процесса

Программа предполагает участие детей в возрасте от 6 до 7 лет. Группа может формироваться из обучающихся одного возраста. Состав группы обучения до 12 человек. Принимаются все желающие дошкольного возраста с учетом состояния здоровья каждого ребенка. Срок реализации программы - один учебный год. Режим занятий: один раз в неделю по одному часу. Длительность одного академического часа для детей дошкольного возраста – 30 минут. Продолжительность образовательного процесса 36 учебные недели. Начало занятий 15 сентября, завершение – 30 мая. Объем учебных часов по программе 36 часов.

Направленность: Образовательная программа дополнительного образования Веселая ритмика «Дошколенок» имеет оздоровительную и развивающую направленность. Реализация данной программы способствует физическому, музыкально - ритмическому, эстетическому и в целом психическому развитию ребенка, а также социализации в обществе.

Этап реализации программы.

Этапы отличаются по целям, задачам, организации, содержанию, методике обучения, возрасту учащихся, степени индивидуализации подходов и совпадают с годичными циклами учебно-воспитательного процесса. Начальный этап познания и освоения ритмики с элементами музыкальных игр, постановок музыкальных сказок. Он заключается в освоении азов ритмики, игровой гимнастики, образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, основных пространственных рисунков-фигур, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребёнка.

Методы обучения.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;
- приём тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой прием; демонстрация эмоционально-мимических навыков.

Словесный метод состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- беседа;
- анализ и обсуждение;
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;

Практический метод обогащён комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём;
- детское «сотворчество»;
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор;
- комплексный приём обучения;
- выработка динамического стереотипа (повторяемость и повторности однотипных движений);
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- приём пространственной ориентации;

Формы обучения

Основными формами занятий являются:

- групповые учебные занятия;
- групповые и индивидуальные теоретические занятия

2. Учебный план

| Наименование разделов и тем | Количество часов | | | |
|--|------------------|------|------|--------------------------|
| | Всего | Теор | Прак | Форма контроля |
| | 36 | 6 | 10 | Итоговая аттестация |
| 1.Танцевальная азбука | 12 | 2 | 10 | Промежуточная аттестация |
| 1.1.Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | |
| 1.2. Основные танцевальные движения. | 10 | 2 | 8 | |
| 1.3.Пространственная ориентировка и движение | 10 | 2 | 8 | |
| 2.Такие разные ритмы | 12 | 2 | 10 | Промежуточная аттестация |
| 2.1. Музыкальный ритм | 4 | 0 | 4 | |
| 2.3 Музыкальный темп | 4 | 1 | 3 | |
| 2.3. Характер и настроение музыки | 4 | 1 | 3 | |
| Танцуем вместе | 12 | 2 | 10 | Промежуточная аттестация |
| 3.1. Народный пляски. | 3 | 0 | 3 | |
| 3.2. Современный танец. | 3 | 0 | 3 | |
| 3.3 Парный танец | 3 | 1 | 2 | |
| 3.4.Итоговые занятия | 3 | 1 | 2 | |

3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

. Танцевальная азбука

Тема 1.1. Вводные занятия.

Теория. Техника безопасности и правила поведения в зале. Знакомство детей с простейшими музыкальными понятиями.

Практика. Игра - знакомство с детьми. Инструктаж о правилах поведения на занятиях и технике безопасности. Специальная форма одежды и обуви (купальники, трико, балетные тапочки, танцевальная обувь). Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка. Просмотр видеозаписи о творческой деятельности коллектива. Разучивание разминки. Входная диагностика. Диагностические упражнения на определение уровня музыкально-двигательного развития ребенка.

Тема 1.2. Основные танцевальные движения.

Теория. Виды шага — спокойный, бодрый, мягкий, стремительный, переменный, «танцевальный», хороводный, приставной, на полупальцах, на пятках, пружинящий, дробный, с притопом, с подниманием согнутой ноги коленом вверх. Виды бега — легкий, с выбрасыванием прямых ног вперед, с откидыванием согнутых ног назад, с подниманием колен наверх, во вращении. Пружинистые движения — приседания («пружинка»), припадания. Прыжковые движения — прыжки на двух ногах и на одной, на месте и в продвижении, повороте вокруг себя, с выпрыгиванием. Движения корпуса — сгибание и разгибание, повороты, наклоны, вращательные движения. Движения рук — сгибание, разгибание, вращение. Движения кистей и пальцев — повороты, сгибание, разгибание, вращение, собирание пальцев в различные положения.

Практика. Отработка ритмико-гимнастических упражнений.

Отработка тактовых движений. Ходьба чётким ритмичным шагом с согласованными движениями рук и ног. Три поскока (изменяется ритм музыки). Ходьба. Поскоки и остановка. Ходьба. Поскоки и переход на ходьбу. Ходьба. Поскоки и остановка. Ходьба с координацией движения рук и ног. Ходьба с остановкой. Ходьба с приставным шагом. Ходьба на пятках и носках, не сгибая

колен. Ходьба вперёд и назад. Ходьба с высоким подниманием колен и лёгкий бег на носках. Ходьба с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с носка на пятку. Ходьба со сменой направлений. Ходьба с движениями рук. Бег на носках мелкими шагами. Бег с хлопками. Ходьба, поскоки, остановка. Поскоки с переменным шагом. Прыжки с короткой скакалкой. Перекатывание мяча. Удары мячом об пол и ловля его двумя руками. Удары мячом об пол и ловля его с последующей ходьбой. Перебрасывание мяча с ударом об пол. Упражнение для рук со шнуром. Музыкально-подвижные игры «Карлики и великаны», «Круг, колонна, шеренга», «Автомобили», «Воробьи и журавли», «Поздороваемся», «Собачка в конуре», «Ракета»; «Соседи»; «Шапочка».

Тема 1.3. Пространственная ориентировка и движение.

Теория. Понятие ориентировки в пространстве. Понятие «интервал», «линия». Индивидуальная ориентировка, ориентировка в пространстве, построения и фигурные передвижения:

Практика. Упражнения на различие правой и левой ног, рук, плечей; повороты вправо и влево; вперед, назад, в сторону; вокруг себя на месте и по кругу; построение в линии; построение и перестроение в колонну по одному, по два в пары и обратно; перестроение из колонны в шеренгу и обратно; построение в круг, сужение и расширение круга. Строевые упражнения «Солдаты», «Матрешки на полке», «Звери в клетках», «Хоровод», «Хитрая лиса», «У каждого свой домик», «Поздороваемся», «Поменяемся местами»

Раздел 2. Такие разные ритмы

Тема 2.1. Музыкальный ритм.

Теория. Понятие «ритм». Длинные и короткие звуки. Паузы и их длительности. Длительность звуков и амплитуда движения. Движение и пауза. Практика: Прохлопывание ритма песен. Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами. Игра с бубном. Ритмические движения с флажками. Отработка тактовых движений с флажками. Упражнения с мячом под стихотворный текст. Игроритмика. Дидактические упражнения и игры

«Хлопушки», «Топотушки», «Лошадки бьют копытом», «Ловим комаров», «Пушистые снежинки»

Тема 2.2. Музыкальный темп.

Теория. Понятие «темпа». Сопоставление музыкальных произведений (образов) посредством темпа: очень медленно — медленно — умеренно — быстро — очень быстро. Ускорение и замедление темпа. Связь темпа и движения.

Практика. Упражнения на движение и навыки освоения темпа. Темповые изменения и отражение их в движениях: шаге, беге, прыжках и др.: — постепенное ускорение; — постепенное замедление; — постепенное ускорение и замедление; — сохранение темпа движения после кратковременной остановки музыкального сопровождения. Танцевально–ритмическая гимнастика. Дидактические упражнения и игры «Чебурашка», «Я на солнышке лежу», «Петрушки», «Куклы».

Тема 2.3. Характер и настроение музыки.

Теория. Характер и настроение музыки: веселый, грустный, спокойный, энергичный, торжественный. Характер музыкального произведения и отражение его в движениях: жесте, шаге, беге, прыжках и др. Музыкальное вступление как подготовка к движению.

Практика. Упражнения на совпадение начала движения с началом звучания основной части музыкального произведения и остановка с ее окончанием. Смена движений в зависимости от смены характера и настроения музыки. Образно-игровые упражнения «Медведи и медвежата», «Пингвины», «Раки» (спиной назад), «Гуси и гусеницы», «Слоны», «Бежим по горячему песку» (острый бег), «Зайцы», «Белки» (прыжки и поскоки), «Лягушата», «Лошадки» (прямой галоп). Движения на музыкальные темы, игры под музыку. Качание куклы. Танец зайчат. Креативная гимнастика «Море волнуется раз»; «Зеркало»; «Угадай кто я»; «Раз, два, три замри», «Ледяные фигуры». Импровизация с использованием музыки, движения, слова, посредством музыкальных игр, сюжетно-образных упражнений, инсценировок детских песен.

Раздел 3. Танцуем вместе

Тема 3.1. Народные пляски

Теория. Основные движения народного танца: шаги на всю ступню, на полупальцы, с носка на всю ступню, с пятки на всю ступню, беглые, шаркающие, скользящие, боковые, переступания на месте; переступания и притопы; подскоки: на двух или на одной ноге без продвижения вперед и с продвижением вперед, с шага в сторону, вперед; перескоки: с одной ноги на другую, с двух ног на одну, с одной на обе ноги; прыжки: вверх, в длину, с вытянутыми и поджатыми к корпусу ногами, приседания: полуприседания, глубокие.

Практика. Просмотр фильма с записью народного танца профессиональных коллективов и образцовых детских танцевальных коллективов. Отработка основных движений народного танца. Пружинки. Пляска по кругу. Пляска с бубном. Танцевальные этюды.

Тема 3.2. Современный танец.

Теория. *«Свободная пластика»* — плавность линий, освобождение от зажатостей и напряжений в теле, легкость и свобода движений. Современные танцевальные стили. Хипхоп.

Практика. Просмотр фильма с записью современных танцев профессиональных коллективов и образцовых детских танцевальных коллективов. Подготовительные движения: «тиканье» — раскачивания на полусогнутых ногах, с полусогнутым корпусом; «вэйвинг» — волнообразные движения корпуса, рук, таза; мелкие подскоки и прыжки, повороты. Танцевальные этюды.

Тема 3.3. Парный танец.

Теория. Парный танец.

Практика. Просмотр фильма с записью парных танцев профессиональных коллективов и образцовых детских танцевальных коллективов. Хореографические упражнения «Балет», «Рисуем солнышко на

песке», «Цветочек», «Лебеди», «Совы», «Ветер и деревья», «Пружинка», поклон «Приветствие». Постановка и разучивание танца «Полька».

Тема 3.4. Итоговые занятия. Практика. Подготовка к открытому занятию для родителей: оформление зала, репетиции номеров, подготовка подарков.

Проведение открытого занятия для родителей «Чему мы научились».

4. Формы контроля

Оценка качества реализации образовательной программы Веселая ритмика «Дошколенок» включает в себя входящий, текущий, периодический и итоговый контроль успеваемости учащихся. Формы аттестации, используемые для определения результатов освоения содержания программы: выполнение упражнения, выполнение контрольного упражнения, мини-концерт, конкурс, устный опрос.

5. Ожидаемые результаты освоения программы

По окончании учебного года воспитанники

будут знать:

характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный);

темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно);

названия простых танцевальных шагов (мягкий, на полупальцах, приставной, переменный, галоп);

понятия: круг,

шеренга, колонна;

будут уметь:

выполнять простые танцевальные упражнения;

передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений; выполнять простые общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку;

выполнять по команде педагога упражнения на дыхание после бега, прыжков. различать характер музыки, темп, ритм и передавать это самостоятельно в соответствующих движениях;

выполнять простейшие подражательные движения;

ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну;

исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;

самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки

6.Условия реализации программы.

Для реализации данной программы имеется:

зал хореографии общей площадью 23.6 кв.м который соответствует всем требованиям санпин для занятий ритмикой, актовый зал;

Требования к форме и обуви для занятий:

девочки - гимнастический купальник, юбка, белые носочки, чешки;

мальчики - белая футболка, черные шорты, белые носочки, чешки;

Перечень оборудования (инструменты, материалы и приспособления):

Наименование оборудования (инструментов, материалов и приспособлений)

Мягкие модули, обручи, мячи, ленты, скакалки , кольцеброс, гимнастические палки, скамейка,

Перечень технических средств обучения:

Наименование технических средств обучения: Музыкальный центр;

Мультимедиапроектор с экраном ; Перечень учебно - методических материалов:

Наименование учебно- методических материалов.

Количество музыкальный материал для сопровождения занятий

На каждое занятие.

Планируемые результаты освоения ОП

Личностные результаты: физическое развитие и укрепление здоровья учащегося, формирование потребности в здоровом образе жизни; умение вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе общения с детьми и взрослыми; развитие чувства коллективизма; развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к

музыке; формирование дисциплинированности, собранности и трудолюбия; формирование целеустремленности и настойчивости в достижении цели.

Метапредметные результаты: сотрудничество с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач; формирование умения достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия; 9 формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Программа может реализовываться в дистанционной форме и адаптирована для реализации в условиях временного ограничения занятий в очной (контактной форме) и включает все необходимые инструменты электронного обучения (online формы организации образовательного процесса, онлайн-ресурсы и т.д.). Психологический климат на online -занятиях создает эмоциональный комфорт для каждого обучающегося. Весь процесс обучения строится на педагогике сотрудничества, способствующей творческой активности воспитанников. Все это в комплексе позволяет обучающимся благоприятно адаптироваться в социуме, развивает коммуникативные качества в общении со сверстниками и взрослыми. Воспитывает нравственно-одухотворенного человека с богатым внутренним миром, владеющим этикой общения, на работу в online режиме, вторые в у offline режиме в индивидуальной работе и онлайн консультировании)

В рамках онлайн занятий посредством платформ: Webinar, Zoom, YouTube ,Skype ,Gooble и д.-педагог предоставляет теоретический материал по теме.

В офлайн режиме посредством социальных сетей и мессенджеров обучающимся передаётся видео, презентационный материал с инструкцией выполнения задания, мастер-классы и др.

Предметные результаты: владеть основными приемами движений; владеть техникой исполнения; знать названия изученных движений и элементов; знать правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног.

Метапредметные результаты: уметь проходить правильно в такт музыки, чувствовать её характер, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах.

**7. Календарно-учебный график
«Веселая ритмика» дошколенок**

| Название темы | Кол-во часов | Форма занятия | Предполагаемый результат | Форма контроля |
|---|--------------|---------------|--|----------------|
| Вводное занятие. Знакомство с детьми. Инструктаж о правилах поведения на занятиях и технике безопасности. Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка. Просмотр видеозаписи о творческой деятельности коллектива | 1 | групповое | Овладения основами техники безопасности. | Опрос |
| Разучивание разминки. Диагностика физических качеств: быстрота, выносливость, гибкость | 1 | групповое | Овладения основными приемами | зачет |
| Виды шага — спокойный, бодрый, мягкий, стремительный, переменный, «танцевальный», хороводный, приставной, на полупальцах, на пятках, пружинящий, дробный. | 1 | групповое | Овладения основными видами шагов | зачет |
| Виды бега — легкий, с выбрасыванием прямых ног вперед, с откидыванием согнутых ног назад, с подниманием колен наверх, во вращении. | 1 | групповое | Овладения основными элементами бега | зачет |
| Разминка. Тренировочный танец «Ладочки». Основные движения, переходы в позиции рук. | 1 | групповое | Овладения основными элементами танца «Ладочки» | зачет |

| | | | | |
|--|---|-----------|---|------------------|
| Прыжковые движения — прыжки на двух ногах и на одной, на месте и в продвижении, повороте вокруг себя, с выпрыгиванием | 1 | групповое | Приобретение практических навыков прыжков | зачет |
| Разминка. Движения рук — сгибание, разгибание, вращение. Движения кистей и пальцев — повороты, сгибание, разгибание, вращение, собирание пальцев в различные положения | 1 | групповое | Овладения основными правилами. Движения рук | зачет |
| Разминка. Ходьба чётким ритмичным шагом с согласованными движениями рук и ног. Три поскока (изменяется ритм музыки) Ходьба на пятках и носках, не сгибая колен. Ходьба с высоким подниманием колен и лёгкий бег на носках. Ходьба с ускорением и замедлением темпа | 2 | групповое | Овладения основными элементами ходьбы | Контрольный урок |
| Разминка. Пскоки и остановка. Пскоки и переход на ходьбу. | 1 | групповое | Овладения основными правилами подскоков | Контрольный урок |
| Разминка. Упражнения с мячом: перекатывание мяча, удары мячом об пол и ловля его двумя руками, перебрасывание мяча с ударом об пол. | 1 | групповое | Овладения основными правилами владения мячом | зачет |
| Разминка. Понятие ориентировки в пространстве. Понятие «интервал», «линия». Индивидуальная ориентировка, ориентировка в пространстве. | 1 | групповое | Овладения основными понятиями ориентировки в пространстве | зачет |

| | | | | |
|---|---|-----------|--|------------------|
| Разминка. Упражнения на различие правой и левой ног, рук, плеч. Повороты вправо и влево; вперед, назад, в сторону; вокруг себя на месте и по кругу | 1 | групповое | Овладения основными правилами поворотов | зачет |
| Разминка. Построение в линии; построение и перестроение в колонну по одному, по два в пары и обратно; перестроение из колонны в шеренгу и обратно; построение в круг, сужение и расширение круга. | 1 | групповое | Овладения основными правилами построения | зачет |
| Понятие «ритм». Длинные и короткие звуки. Паузы и их длительности. Длительность звуков и амплитуда движения. Движение и пауза. | 1 | групповое | Овладения основными понятиями «ритм» | беседа |
| Разминка. Упражнения с предметами. Упражнения со скакалками, мячами, обручами, лентами. | 1 | групповое | Овладения основными упражнениями с предметами | Зачет |
| Разминка. Прохлопывание ритма песен. Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами. Игра с бубном | 1 | групповое | Приобретение практических навыков игре на бубнах | Контрольный урок |
| Понятие «темп». Сопоставление музыкальных произведений (образов) посредством темпа: очень медленно — медленно — умеренно — быстро — очень быстро. | 1 | групповое | Овладения основными понятиями «Темп» | зачет |

| | | | | |
|--|---|-----------|---|-------|
| Разминка. Упражнения на движение и навыки освоения темпа. Дидактическое упражнение «Я на солнышке лежу» | 1 | групповое | Овладения основными навыками темпа. | зачет |
| Разминка. Характер и настроение музыки: веселый, грустный, спокойный, энергичный, торжественный. Образноигровое упражнение «Медведи и медвежата» | 1 | групповое | Овладение основными характеристиками музыки. | зачет |
| Упражнение на гимнастических ковриках. На выносливость качания пресса, упражнение на укрепление мышц брюшного пресса, спины, бедер «Солдатик». | 1 | групповое | Овладения основными упражнениями гимнастических ковриках | зачет |
| Танцевально-ритмическая гимнастика. Специальные комплексные упражнения «Я танцую». | 1 | групповое | Приобретение практических навыков Танцевально-ритмическая гимнастика. | зачет |
| Разминка. Музыкальное вступление как подготовка к движению. Образно-игровое упражнение «Раки» (спиной назад) | 1 | групповое | Приобретение практических навыков игрового упражнения «Раки» | зачет |
| Основные движения народного танца: шаги: на всю ступню, на полупальцы, с носка на всю ступню, с пятки на всю ступню, беглые, шаркающие, скользящие, боковые, переступания на месте | 1 | групповое | Приобретение практических навыков народного танца | зачет |

| | | | | |
|--|-----------|-----------|--|------------------|
| Основные движения народного танца: перескоки: с одной ноги на другую, с двух ног на одну, с одной на обе ноги; прыжки: вверх, в длину, с вытянутыми и поджатыми к корпусу ногами, приседания: полуприседания, глубокие | 2 | групповое | Овладение основными элементами движений народного танца. | выступление |
| Пляска по кругу. Пляска с бубном. Танцевальные этюды | 1 | групповое | Овладение основными элементами пляски | зачет |
| Разминка. Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. | 1 | групповое | Овладение основными элементами танцевальных точек | зачет |
| Разминка. Понятие «шаг» (с каблука, с носка, боковой шаг, перекаты. | 1 | групповое | Приобретение практических навыков | зачет |
| Разминка. Марш. Понятие о марше, ритмический счет. | 1 | групповое | Овладение основными элементами Марша | Контрольный урок |
| «Свободная пластика» — плавность линий, освобождение от зажатостей и напряжений в теле, легкость и свобода движений. Современные танцевальные стили. Хип-хоп. | 1 | групповое | Овладение основами элементами современного танца | зачет |
| Урок-смотр | 1 | групповое | | Выступление |
| ИТОГО | 36 | | | |

8. Методическое обеспечение

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, упражнения тренировочного характера, разучивание повторение танцев) и по методам работы. Эффективны такие методы, как беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание и разбор музыки, показ педагогом движений, постоянное повторение пройденного, музыкальные игры и импровизации.

Весь процесс обучения строится на сознательном усвоении навыков. Это пробуждает у детей интерес к занятиям.

Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и то же движение.

Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные задания, упражнения, игровое творчество.

Учащиеся дошкольного возраста быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, забывают пройденное. Поэтому, проводя цикл упражнений, выпрямляющих спинки маленьких танцоров и растягивающих им нужные мышцы, программа предусматривает находить время и для игры, и для улыбки.

Мышцы учащихся развиты слабо, они быстро устают от физических нагрузок. Ребенок не может долго удерживать корпус в подтянутом состоянии из-за слабости мышц спины. Педагог должен учитывать особенности развития ребенка и, во-первых, увеличивать физическую нагрузку очень осторожно, а во-вторых - укреплять и развивать мышцы, формировать устойчивые навыки правильной осанки и совершенствовать основные танцевальные движения постепенно. Не следует долго отрабатывать одно и то же движение; повторяя его из урока в урок, ребенок постепенно научится выполнять это движение правильно и красиво.

Давление на детей нужно свести к минимуму. Ребенок дошкольного возраста еще не обладает достаточно развитой волей, упорством и самоорганизацией, и вряд ли он оценит по достоинству слишком жесткую

дисциплину на занятиях. Для него будут привлекательными занятия по танцу, построенные на простом материале, занятия с элементами игры и соревнования.

Танец способствует развитию координации, моторной памяти, выработке здоровой осанки. Систематические занятия соразмерно развивают фигуру, могут помочь в устранении некоторых физических недостатков.

На уроке следует закреплять все навыки, выработанные раньше, повторять пройденные движения и фигуры, уточнять освоенное не до конца.

Разучивание танцев проводится в такой последовательности:

- вводное слово педагога (перед разучиванием танца педагог сообщает сведения об истории его возникновения), знакомит с темпом, характером, ритмическим рисунком танца.

- разучивание элементов танца, танцевальных движений, рисунка танца (педагог объясняет и сам показывает движения, затем ученики повторяют).

Дети повторяют движения вместе с педагогом, а затем самостоятельно; при этом педагог обращает внимание детей на ошибки и поправляет их.

Движения разучиваются под музыку или под счет.

Разучивая танец, мы работаем над движениями рук, ног, корпуса, головы, следя за соблюдением гармонии движения.

Когда основные движения, позы, рисунок разучены, приступаем к соединению их в танцевальную композицию; комбинации разучиваем и отрабатываем. Затем комбинации собираем в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и танец целиком многократно повторяются учащимися в целях запоминания и достижения грамотного и выразительного исполнения.

Важно сформировать у детей представление о танцевальном образе. Первое представление о танцевальном образе и, соответственно, о стиле исполнения мы получаем, прослушивая музыку.

Основная работа над танцевальным образом начинается с разучивания движений танца, отработки поз и положений рук. Показ педагога поможет ученикам увидеть типичные черты образа.

9. Контрольно- измерительные материалы.

Ритмика и танец.

Критерии оценки знаний, умений и навыков учащихся.

| № п/п | Вид оценки | ЗУН, предусмотренные программой |
|-------|----------------|---|
| 1 | Зачет/не зачет | <p>Умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;</p> <p>Умение выражать эмоции в мимике и пантомимике;</p> <p>Умение самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом;</p> <p>Умение выполнять упражнения от начала до конца, не отвлекаясь – по показу взрослого или старшего ребенка;</p> <p>Умение чувствовать настроение музыки, понимать состояние образа, переданное в музыкальном произведении, и выражать это в пластике;</p> <p>Умение вести себя в группе во время движения, процессе группового общения.</p> |
| 2 | Зачет/не зачет | <p>Умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;</p> <p>Умение исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;</p> <p>Способность запоминать музыку и движения;</p> <p>Умение подчинять движения темпу, ритму.</p> |

Обучающийся должен знать:

- правила требования предмета
- основные термины, используемые в хореографии
- различать основные направления в танцевальном искусстве

Обучающийся должен уметь:

- ориентироваться в пространстве («точки зала», рисунок в танце)
- слушать музыку, начинать и заканчивать движение вместе с музыкой
- синхронно двигаться под музыку (разогрев-разминка, танцевальная разминка)
- делать пальчиковую гимнастику
- держать правильную осанку

- показывать гимнастику для глаз
- делать оздоровительный самомассаж точек (рук, лица)
- стоять и работать в паре
- запоминать простые комбинации танцевальных элементов
- танцевать этюды или маленькие вариации

Формы контроля дополнительной образовательной программы:

- Открытые занятия, контрольные занятия
- Выступления в концертах. На каждый учебный год составляется календарный учебный график по каждой учебной группе, план учебно - воспитательной работы, который включает в себя формы воспитательной и организационной деятельности педагога:
 - Соборания обучающихся
 - Родительские собрания
 - Выступления различного уровня
 - Мероприятия по укреплению объединения

Список использованной литературы

Список литературы для педагога:

1. *Бочкарева, Н.И.* Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.
2. *Венгер, Н.Ю.* Путь к развитию творчества / Н.Ю. Венгер.– М.: Просвещение, 2000.
3. *Горшкова, Е.В.* О музыкально-двигательном творчестве в танце / Е.В. Горшкова. – М.: Дошкольное воспитание, 1991. – 150с.
4. *Зенн Л. В.* Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // <http://www.kindergenii.ru>
5. *Зими́на, А.Н.* Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зими́на. М.: Владос, 2000.
6. Информационная справка по вопросам деятельности ДШИ / *Багаева И.М.; Маяровская Г.В.*, – М.; 2007г. – 16 с.

Экранно-звуковые пособия:

7. диски DVD; « Берёзка», «Гжель», «Танцуй Кавказ», «Концерт дружбы», «Романтическая классика», «Школа танцев для детей от 3 до 14 лет», «Лучшая классика для малышей», «Учимся танцевать», аудио кассеты; « Детские песни из мультфильмов»).
8. Технические средства: (магнитофон Panasonic RX- ES 23, ноутбук Lenovo, оснащенный звуковыми колонками, экран на штативе)

Список литературы для обучающихся, родителей:

1. *Бочкарева, Н.И.* Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 1998.– 63 с.
2. *Буренина А. И.* Ритмическая мозаика. С . – Петербург, 2000. – С5.
3. *Буренина, А.И.* Коммуникативные танцы – игры для детей: учебное пособие/ А.И. Буренина. – СПб.: Издательство “ Музыкальная палитра”, 2004.
4. *Колодницкий, Г.А.* Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.

Интернет ресурсы

1. Методические и дидактические разработки по хореографии.
. <http://horeograf.ucoz.ru/blog>.
2. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakatov/

3.[http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_q uot _ot_ritmiki_k_tancu_quot/](http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_q_uot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/)- о методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».