



Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №27» г.Сыктывкара
«Сыктывкар» кар кытшын
муниципальной юкнлн администратцияса
йöзöсвелдöмнвеськöдланін
«27 №-а шöр школа»
Сыктывкарса муниципальной велöдан учреждение

Рекомендовано методическим объединением
педагогов дополнительного образования
Протокол №1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 377/4 от 01.09.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА –
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
КРУЖОК «РИТМИКА»**

Возраст учащихся: 7-11 лет
Срок реализации: 4 года
Составитель: Чурсанова Ирина Геннадьевна
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Ритмика и танец играет немаловажную роль в деле эстетического и физического воспитания детей. Это связано с многогранностью танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, эстетического и художественно-эстетического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.

Известный отечественный психолог Л.С. Выготский подчёркивал двигательную природу психического процесса у детей, действенность воссоздания образов «при посредстве собственного тела». Следовательно, танец с его богатой образно-художественной движенческой системой играет ключевую роль в развитии воображения и творчества ребёнка.

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребёнка:

- формирует фигуру и осанку; устраняет недостатки физического развития тела; укрепляет здоровье;
- формирует выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в пространстве;
- воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпо-ритм, знания простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремлённость;
- развивает творческие способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию), способствует активному познанию окружающей действительности;
- развивает коммуникативные способности детей, развивает чувства «локтя партнёра», группового, коллективного действия;
- пробуждает интерес к изучению родной национальной хореографической культуры и воспитывает толерантность к национальным культурам других народов.

Таким образом, эти особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства, как в общеобразовательных школах, так и в системе дополнительного образования детей.

Актуальность программы

Дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика» способствует реализации флагманских проектов Республики Коми, сохранению и укреплению здоровья обучающихся, обеспечению благоприятных условий духовно-нравственного воспитания молодого поколения, высокого уровня культурного развития на основе традиций и единства многонационального народа Республики Коми, содействует успешной социализации и эффективной самореализации обучающихся.

Постановлением Правительства Республики Коми от 11 апреля 2019 года № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» приоритетами социально-экономического развития Республики Коми и г. Сыктывкар определено достижение высокого уровня физической культуры населения, увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни. Флагманскими проектами Республики Коми являются "Спорт - норма жизни", "Укрепление общественного здоровья".

Укреплению здоровья обучающихся способствуют занятия как спортом, так и ритмикой. Занимаясь ритмикой у детей развивается эмоциональная восприимчивость, духовная чуткость, интеллектуальная активность, для учащихся требуется максимальная концентрация внимания, физическая работоспособность. В процессе целенаправленного тренинга организма ребенок вырабатывает прекрасную осанку, манеру держаться, учится владеть своим телом. Активно формируются на учебно-танцевальном материале навыки взаимодействия с партнером, изменяется стиль поведения, пластическое положение тела, навык точно осваивать пространство и исполнять несложные танцевальные композиции.

Актуальность предлагаемой образовательной программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития

школьников, материально-технические условия для реализации которого, в реалиях МОУ «СОШ №27» г. Сыктывкар

Рост числа заболеваний среди школьников за последние годы стремительно набирает темпы. Наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения, трудности организации здоровьесберегающего обучения школьников. На современном этапе актуальной становится задача обеспечения школьного образования без потерь здоровья учащихся. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Программа направлена на укрепление традиционных российских духовно-нравственных ценностей и единства многонационального народа России, на межэтническую и межрелигиозную стабильность, формирование культуры межэтнического общения в молодежной среде. На развитие народного художественного творчества, на раннюю профориентацию и формирование гибких навыков у детей и молодежи, на изучение, сохранение и развитие традиционных для этнического народа коми нематериального культурного наследия: культуры, фольклора, праздничной и игровой обрядности. Использование коми народного танца в практике современного хореографического искусства, ориентация общества на возрождение национальной культуры способствует усилению их воспитательного потенциала. Поэтому изучение, сохранение и развитие народного танцевального творчества - одна из актуальных задач.

Сегодня очень остро стоит вопрос занятости детей, умение организовать свой досуг. Как помочь ребенку занять с пользой своё свободное время, дать возможность открыть себя наиболее полно? Многие учащиеся, овладевшие на уроках ритмикой двигательными навыками и умениями, приходят заниматься дополнительно в хореографические кружки и студии организованные на базе образовательных учреждений и учреждений культуры.

Программа позволяет использовать для обучения сетевые технологии. Переход на цифровые и дистанционные форматы обучения породил новую волну инноваций. Педагогу нужно не только знать цифровые образовательные компетенции, но и хорошо владеть ими, быть готовым к работе в условиях «непрямого» общения с детьми для оказания им помощи и поддержки.

Характерные особенности программы:

1. Стержневая специализация программы, её основная художественно-эстетическая направленность - детская балльная программа с элементами свободной пластики, игры, гимнастики, ритмики.
2. На основе ведущих методик создание собственной модифицированной программы, адаптированной для детей младшего школьного возраста в общеобразовательной школе.
3. Создание комфортной психоэмоциональной атмосферы занятий, в которой ребёнок может радостно и свободно работать.
4. Использование разнообразного арсенала конкретных методов и приёмов собственной разработки, направленное на эффективное освоение ритмики, танца, игр, импровизации, на развитие и реализацию творческого потенциала школьников.
5. В рамках непродолжительного времени отведённого на реализацию программы достижения высокой обученности.

Цель программы: приобщение детей к различным видам танцевального искусства.

Задачи программы:

- формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата ребёнка;
- развитие основ музыкальной культуры, танцевальности, артистизма; эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;

- развитие элементарных пространственных представлений; ориентация детей в пространстве, в композиционных перестроения рисунков-фигур;
- развитие воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала;
- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни.

Предлагаемая концепция программы базируется на важнейших дидактических принципах, на которых ориентируется автор в хореографической работе с младшими школьниками. Доступность, последовательность (от простого к сложному; по этапность;) учёт психофизиологических и возрастных особенностей; индивидуализация, наглядность, научность, сознательность, активность, связь теории с практикой, межпредметность, актуальность, результативность.

Отличительная особенность программы от подобных: программа составлена для учащихся 1-4 классов, имеет вариативный характер, построена по принципу постепенного усложнения материала, тесно связанного с программой следующего года обучения.

Программа доступна для детей с любым видом и типом психофизиологических особенностей. Занятия по танцу с младшими школьниками значительно отличаются от танцевальной подготовки учащихся других возрастных групп. Поэтому данная программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей учащихся начальных классов. Это позволяет более результативно осуществлять обучение по данной программе и с полной отдачей выполнять социальный заказ родителей, итогом которого является выступление детей на тематических мероприятиях школы, фестивалях, конкурсах, концертах района, города и иных мероприятиях.

Постановочный материал (танцевальные номера) являются авторской работой педагога-хореографа. Танцевальный репертуар кружка занимающихся ритмикой подобран таким образом, что дает возможность обучающимся творчески взаимодействовать на сценических площадках с аналогичными коллективами района и города.

Дети, обучающиеся по данной программе через образовательный процесс реализуют себя, получая знания, опыт в творческой деятельности, опыт эмоционально-ценностных отношений в том объеме и форме, которая наиболее адекватна их возрасту.

Основные направления и содержания деятельности

Форма обучения – очная;

Форма организации образовательного процесса – групповая;

Программа рассчитана на 4 года;

Программа составлена с учетом - СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41»

Объём учебной нагрузки

| Класс | Часов в неделю | Часов в месяц | Всего часов в год |
|-------|----------------|---------------|-------------------|
| 1 | 1 | 4 (3) | 33 |
| 2 | 1 | 4 | 34 |
| 3 | 1 | 4 | 34 |

| | | | |
|---|---|---|----|
| 4 | 1 | 4 | 34 |
|---|---|---|----|

Этапы реализации программы

Этапы отличаются по целям, задачам, организации, содержанию, методике обучения, возрасту учащихся, степени индивидуализации подходов и совпадают с годовыми циклами учебно-воспитательного процесса.

Первый этап (1-й и 2-й год обучения, 1-2 класс) — 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.

Второй этап (3-й, 4-й год обучения, 3 и 4 класс) — на этом этапе изучаются дальнейшие основы хореографии с элементами свободной пластики, усложнённых форм танцевальной ритмики, освоение игрового этюдного материала, основ актёрской выразительности, способности к музыкально-танцевальной импровизации.

Методы и приёмы обучения

Методы и приёмы обучения, используемые в хореографической работе со школьниками, можно условно разделить на наглядные, словесные и практические.

Кроме того, в методическом арсенале педагога есть методы с ярко-выраженной психолого-педагогической доминантой, а также более локальные, частные, специфические приёмы, в которых преобладает хореографическая составляющая (постановочные и исполнительские).

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;
- использование наглядных пособий.

Словесный метод состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- лекция;
- беседа;
- анализ и обсуждение;
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;
- приём раскладки хореографического па;
- приём закрепления целостного танцевального движения-комбинации;
- приём словесной репрезентации образа хореографического движения.

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

- игровой приём;
- детское «сотворчество»;
- соревновательность и переплясность;
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор;
- комплексный приём обучения;
- выработка динамического стереотипа (повторяемость и повторности однотипных движений);
- фиксация отдельных этапов хореографических движений;

- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- приём пространственной ориентации;
- развитие основных пластических линий;
- музыкальное сопровождение танца как методический приём;
- хореографическая импровизация;
- приём художественного перевоплощения.

Кроме того, в работе с младшими школьниками очень эффективный и психолого-педагогический метод:

- приём педагогического наблюдения;
- проблемного обучения и воспитания;
- приём индивидуального, дифференцированного подхода к каждому ребёнку;
- приём подсознательной деятельности;
- приём контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха (релаксация);
- педагогическая оценка исполнения ребёнком танцевальных упражнений.

Раздел 2. Формы аттестации и оценочные материалы

Основные оценочные параметры:

- Уровень профессиональных знаний, умений и навыков, получаемых детьми.
- Степень развития интеллектуальных, художественно-творческих способностей ребёнка, его личностных качеств.
- Уровень развития общей культуры ребёнка (уровни: нулевой, низкий, средний, высокий).

Формы и периодичность промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация проводится один раз в конце учебного года в период с 01 апреля по 30 апреля текущего года в формах, определенных учебным планом.

Промежуточная аттестация может осуществляться в форме зачета, тестовых заданий, конкурса, концерта, выступления и др. в зависимости от содержания и специфики дополнительной общеобразовательной программы - дополнительной общеразвивающей программы.

Порядок проведения промежуточной аттестации учащихся по дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе:

Промежуточную аттестацию учащихся по программе, а также контрольные мероприятия проводит педагог, ведущий занятия в детском кружке.

Допускается присутствие члена администрации при проведении контрольного мероприятия.

Контрольно - измерительные материалы для промежуточной аттестации учащихся разрабатываются педагогом в соответствии с дополнительной общеобразовательной программой - дополнительной общеразвивающей программой.

Контрольно - измерительные материалы являются приложением к дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе.

Текущий контроль успеваемости учащихся и промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся в МОУ «СОШ № 27» г. Сыктывкар по дополнительным общеобразовательным программам - дополнительным общеразвивающим программам.

Формы текущего контроля успеваемости учащихся

- Практическая проверка - выполнение упражнений (движений), контрольный норматив, участие обучаемых детей в школьных программах и др.
- Устная проверка - беседа, рассказ и др.
- Показательная проверка - выступление, фестиваль, концерт, конкурс и др.
- Комбинированная проверка - сочетание практической и устной проверки с показательными формами.

Текущий контроль успеваемости осуществляется педагогом в ходе реализации дополнительной общеобразовательной программы - дополнительной общеразвивающей программы на уровне группы.

Раздел 3: Содержание программы

Основные требования к умениям 1 класс:

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

- **Регулятивные**
- ✓ способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- ✓ в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- ✓ накопление представлений о ритме, синхронном движении.
- ✓ наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности
- **Познавательные**
- ✓ навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- **Коммуникативные**
- ✓ умение координировать свои усилия с усилиями других;
- ✓ задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и, не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

1. Упражнения на ориентировку в пространстве

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения враспышную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, переключивать с места на место.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колени ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения

выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

3. Игры под музыку

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

4. Танцевальные движения

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

Основные требования к умениям учащихся 2 класса:

Личностные результаты

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты

• Регулятивные

- ✓ Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- ✓ учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- ✓ планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- ✓ самовыражение ребенка в движении, танце.

• Познавательные

- Учащиеся должны уметь:
- ✓ понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

- ✓ организованно строиться (быстро, точно);
 - ✓ сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
 - ✓ самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
 - ✓ соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
 - ✓ правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».
- **Коммуникативные**
 - ✓ учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
 - ✓ формулировать собственное мнение и позицию;
 - ✓ договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
 - ✓ умение координировать свои усилия с усилиями других.

1. Упражнения на ориентировку в пространстве

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

2. Ритмико – гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

3. Игры под музыку.

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в

импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

4. Танцевальные упражнения.

Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

Основные требования к умениям учащихся 3 класса:

Личностные результаты

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторимый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преобразаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты

• Регулятивные

- ✓ проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- ✓ умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- ✓ воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

• Познавательные

- ✓ умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- ✓ рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- ✓ соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- ✓ самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ✓ передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- ✓ передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- ✓ повторять любой ритм, заданный учителем;
- ✓ задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

• Коммуникативные

- ✓ учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- ✓ допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- ✓ учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- ✓ участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.;

1. Упражнения на ориентировку в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.

Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

3. Игры под музыку

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

4. Танцевальные упражнения

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

Основные требования к умениям учащихся 4 класса:

Личностные результаты

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

Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты

• Регулятивные

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

• Познавательные

Учащиеся должны уметь:

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

Учебно-тематический план, 1 класс

| № п/п | Название раздела темы | Количество часов | | | Форма аттестации |
|----------|--|------------------|--------|----------|---|
| | | Всего | Теория | Практика | Контроля по разделам |
| | Вводное занятие | 1 | 0.5 | 0.5 | |
| 1 | Формирование системы элементарных знаний о здоровом образе жизни | 2 | | | Беседа |
| 1.1 | Основы знаний о физической культуре | | 0.5 | | |
| 1.2 | Способы самостоятельной двигательной деятельности | | | 1.5 | |
| 2 | Основные виды движений, подвижные игры и игровые упражнения | 4 | | | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 2.1 | Оздоровительно-профилактические подвижные игры | | 0.5 | 1,5 | |
| 2.2 | Комплексы упражнений в равновесии, ходьба, бег, прыжки | | 0.5 | 1.5 | |
| 3 | Дифференцированная двигательная деятельность | 19 | | | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 3.1 | Элементы ритмической гимнастики | | 1 | 7 | |
| 3.2 | Имитационные упражнения, упражнения сопряженного и творческого характера | | 0.5 | 1.5 | |
| 3.3 | Профилактические и коррекционные упражнения | | 0.5 | 1.5 | |
| 3.4 | Упражнения (асаны) с элементами йоги | | 0.5 | 1.5 | |
| 3.5 | Суставная гимнастика (стретчинг) | | 0.5 | 4.5 | |
| 4 | Танец | 6 | 0.5 | 5.5 | Исполнение танца в группе |
| 5 | Заключительное занятие | 1 | | 1 | Творческий отчет |
| | Итого: | 33 | 5.5 | 27.5 | |

1. Вводное занятие

Учащиеся знакомятся с предметом «Ритмика». Беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.

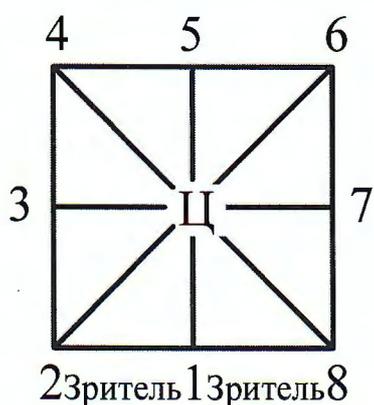
2. Основы хореографии

1. Поклон

2. Обучающиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног;
- позиции рук;
- позиции в паре.
- точки класса;

Для ориентации лучше всего использовать схему, принятую А.Я.Вагановой. Это – квадрат, который условно делит зал на восемь равных треугольников. Ц - положение ученика, точки 1 – 8, располагающиеся по ходу часовой стрелки, - это возможные направления поворотов корпуса или движений в пространстве.



При изучении элементов балльного и народного танца целесообразно познакомить детей еще с одной схемой – круг, линия танца. Движение танцующих по кругу против часовой стрелки называется «по линии танца», по часовой стрелке – «против линии танца».

3. Дифференцированная двигательная деятельность

Проводится на каждом уроке в виде «статистического танца» в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям.

Задача – развитие координации, памяти и внимания, умения «читать» движения, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Примерные упражнения:

- наклоны головы вправо, влево, вперед, назад, круговые движения;
- вытягивание шеи вперед из стороны в сторону;
- подъем и опускание плеч (поочередно правого, левого и синхронно обоих);
- круговое движение плечами вперед и назад поочередно правого и левого;
- наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево;
- повороты корпуса вправо, влево, круговые движения;
- движения рук «волна»;
- подъем рук через стороны вверх и опускание вниз;
- то же, с вращением кистей в одну и в другую сторону;
- подъем рук через плечи вверх, вниз, вправо, влево;
- работа бедер вправо, влево, круг, «восьмерка», повороты;
- пружинка на месте по VI позиции;
- перенос веса тела с одной ноги на другую;
- упражнения на развороты стоп из VI позиции в I (полуповоротную) поочередно правой и левой, затем одновременно двух стоп;

4. Танец

Движения по линии танца и диагональ класса:

- на носках, каблуках;
- шаги с вытянутого носка;
- перекаты стопы;
- высоко поднимая колени «Цапля»;
- выпады;
- ход лицом и спиной;
- бег с подскоками;
- галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног.

Упражнения на улучшение гибкости

- наклоны вперед, назад, в стороны, круговые движения;
- ноги во II свободной позиции, наклоны вперед, кисти на полу;
- ноги в VI позиции, наклоны вперед, кисти на полу;
- сидя на полу, наклоны вправо, влево, вперед;
- сидя на полу в парах, наклоны вперед;
- «бабочка»;
- «лягушка»;
- полу шпагат на правую ногу, корпус прямо, руки в стороны;
- полу шпагат на левую ногу, корпус прямо, руки в стороны;
- полу шпагат на правую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- полу шпагат на левую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- «кошечка»;
- «рыбка».

Отрабатываются разновидности шагов

1. Комбинация «Гуси»:

- шаги на месте;
- шаги с остановкой на каблук;
- шаги по точкам (I, III, V, VII);
- приставные шаги.

Можно исполнить в народном характере. Схема остается та же, только вместо приставных шагов исполняется «гармошка».

2. Комбинация «Слоник»:

- шаг приставка, руками «нарисовать» уши;
- шаг назад, руки вытянуть вперед вверх;
- пружинка на месте, в стороны;
- пружинка назад;
- колено, локоть;
- прыжки.

Дается задание детям «нарисовать» любимое животное. Таким образом выявляются творческие способности учащихся, их воображение и мышление.

3. Комбинация «Ладонки»

Пары встают лицом друг к другу и делают различные хлопки по одному и в парах. Можно добавить притопы

Отрабатываются разновидности шагов.

1. Танец «Стирка»

Имитируется процесс стирки белья.

- два шага вправо, два шага влево, стираем;
- полощем;
- выжимаем;
- развешиваем;
- устали.

2. Танец «Лимбо»

- приставные шаги вперед-назад;
 - приставной шаг вперед, два кик вперед, приставной шаг назад; - приставной шаг вперед, два кик вперед и два хлопка, приставной шаг назад, поворот.
- Движения повторяются по четырем точкам (1, 3, 5, 7).

5. Заключительное занятие

Проводится в конце учебного года.

Рекомендации по подбору музыкальных произведений:

- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- популярные детские песни.

Учебно-тематический план, 1 класс:

| № | Дата | Тема урока | Кол-во часов |
|-----|------|--|--------------|
| 1. | | Что такое «Ритмика»? Основные понятия. | 1 |
| 2. | | Разминка. Поклон. | 1 |
| 3. | | Постановка корпуса. Основные правила. | 1 |
| 4. | | Позиции рук. Позиции ног. Основные правила | 1 |
| 5. | | Позиции рук. Позиции ног. Основные правила | 1 |
| 6. | | Общеразвивающие упражнения | 1 |
| 7. | | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 |
| 8. | | Движения на развитие координации. Бег и подскоки. | 1 |
| 9. | | Разминка. | 1 |
| 10. | | Движения по линии танца. | 1 |
| 11. | | Движения против линии танца. | 1 |
| 12. | | Игры под музыку. Комбинация «Гуси». | 1 |
| 13. | | Комбинация «Слоник». | 1 |
| 14. | | Индивидуальные задания. | 1 |
| 15. | | Разучивание новогодних плясок. | 1 |
| 16. | | Новогодние игры и пляски. | 1 |
| 17. | | Позиции в паре. Основные правила. | 1 |
| 18. | | Танец «Диско». Элементы танца. | 1 |
| 19. | | Позиции в паре. Основные правила. Танец «Диско». Элементы танца. | 1 |
| 20. | | Упражнения для улучшения гибкости | 1 |
| 21. | | Упражнения для улучшения гибкости | 1 |
| 22. | | Инсценировка сказки «Репка». | 1 |
| 23. | | Инсценировка сказки «Репка». | 1 |
| 24. | | Тренировочный танец «Стирка» | 1 |
| 25. | | Тренировочный танец «Стирка» | 1 |
| 26. | | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 |
| 27. | | Разминка. | 1 |
| 28. | | Основные движения танца «Полька». | 1 |
| 29. | | Разучивание танца. | 1 |
| 30. | | Разминка. Основные движения танца «Полька». Разучивание танца. | 1 |
| 31. | | Общеразвивающие упражнения. | 1 |
| 32. | | Репетиция разученных танцев. | 1 |
| 33. | | Урок-смотр знаний | 1 |
| | | Итого | 33 |

Учебно-тематический план, 2 класс:

| № п/п | Название раздела темы | Количество часов | | | Форма аттестации |
|-------|-----------------------|------------------|--------|----------|----------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | Контроля по разделам |
| | | | | | |

| | | | | | |
|----|--|-----------|------------|-------------|---|
| 1 | Вводное занятие Техника безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев | 1 | 1 | | Беседа |
| 2 | Разминка | 1 | | 1 | |
| 3 | Общеразвивающие упражнения | 1 | | 1 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 4 | Танец "Полька" | 3 | | 3 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 5 | Тренировочный танец "Ладочки". Основные движения, переходы в позиции рук | 3 | 0.5 | 2.5 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 6 | Разминка | 1 | | 1 | |
| 7 | Движения по линии танца | 2 | 0.1 | 1.9 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 8 | Танец по типу «Вару – Вару» | 3 | 0.5 | 2.5 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 9 | Элементы народной хореографии: коврылочка, лесенка, елочка | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 10 | Разминка | 1 | | 1 | |
| 11 | Общеразвивающие упражнения | 2 | 0.1 | 1.9 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 12 | Танец по типу «Диско» | 3 | 0.5 | 2.5 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 13 | Разминка | 6 | 0.5 | 5.5 | |
| 14 | Движения по линии танца | 2 | | 2 | Самостоятельный показ учащимися |
| 15 | Разучивание танцевальных композиций по выбору педагога | 2 | | 2 | Исполнение танца в группе |
| 16 | Урок-смотр знаний | 1 | | 1 | Творческий отчет |
| | Итого: | 34 | 3.7 | 30.3 | |

1. Разминка

Закрепляются знания и навыки.

2. Общеразвивающие упражнения

- простые бытовые шаги на каждую четверть;
- шаги на полупальцах;
- шаги с вытянутого носка;
- шаги на пятках;
- сочетание шагов на пятках и носках;
- шаги с высоко поднятыми коленями («цапля»);
- подъем на полупальцы и опускание на всю стопу по VI позиции;
- приседания и выпрямление ног по VI, II и I позициям;
- перенос веса тела с одной ноги на другую;
- упражнения на развороты стоп из VI позиции в I (полувыворотную) поочередно правой и левой, затем одновременно двух стоп;

- упражнения на устойчивость – «цапля». Подъем и опускание согнутой в колене ноги по VI позиции;
- сгибание ноги с отведением голени назад (в дальнейшем выполняется с продвижением на легком беге);
- шаг в сторону с приставкой (*раз-два*), два хлопка (*три-четыре*);
- шаг вперед с приставкой (*раз-два*), два хлопка (*три-четыре*);
- шаг в сторону и точка (*тэн*) – удар носком об пол без переноса веса тела (*раз-два*);
- шаг в сторону и кик – выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой (*раз-два*);
- три шага в сторону и кик (*раз-два-три-четыре*);
- три шага в сторону и тэн с хлопком (*раз-два-три-четыре*);
- «пружинка» с шагом (*на затакт* – присесть, *раз* – шагнуть вправо, выпрямляя колени, *и* – присесть, *два* – приставить левую ногу к правой, выпрямляя колени);
- прыжки по VI позиции в различном темпе и ритме;
- прыжки трамплинные по I, II и VI позициям;
- прыжки с согнутыми коленями по VI позиции;
- бег с высоко поднятыми коленями («лошадки»);
- бег с подниманием выпрямленных ног вперед и назад;
- мелкий бег на полупальцах;
- подскоки на месте с поворотом вправо, влево.

Движения по линии танцев:

- на носках, каблуках;
- шаги с вытянутого носка;
- перекаты стопы;
- высоко поднимая колени «цапля»;
- выпады;
- ход лицом и спиной;
- бег с подскоками;
- галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног;
- позиции европейских танцев;
- позиции латиноамериканских танцев;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов.

Упражнения на улучшение гибкости

Закрепляются знания и навыки.

3. Диско танцы

1. Танец «Полька»

- галоп по линии танца;
- подскоки по линии танца;
- «Полька» по линии танца;
- хлопушки и прыжки.

2. Танец по типу «Диско»

- шаг-приставка в сторону (вперед, назад);
- пружинка;
- «треугольник»;
- боковое;
- дорожка вперед;
- дорожка назад;
- приседание по II позиции;
- движения рук.

4. Разучивание танцевальных композиций по выбору педагога.

Разучивание танцев на основе разученных движений и комбинаций.

5. Урок-смотр знаний

Проводится в конце учебного года

Рекомендации по подбору музыкальных произведений

- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- популярные детские песни.

Обязательно иметь в наличии композиции танцев «Полька», «Вару-вару».

Учебно-тематический план, 3 класс:

| № п/п | Название раздела темы | Количество часов | | | Форма аттестации |
|-------|--|------------------|------------|-------------|---|
| | | Всего | Теория | Практика | Контроля по разделам |
| 1 | Вводное занятие Техника безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев | 1 | 1 | | Беседа |
| 2 | Разминка | 1 | | 1 | |
| 3 | Общеразвивающие упражнения | 1 | | 1 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 4 | Ритмико-гимнастические упражнения | 2 | | 2 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 5 | Танец «Кружевница» | 4 | 0.5 | 3.5 | Выполнение движений в комбинации |
| 6 | Разминка | 1 | | 1 | Зачет по выученным танцевальным движениям |
| 7 | Упражнения на развитие координации движений | 4 | | 4 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 8 | Танец «Сударушка» | 4 | 0.5 | 3.5 | Выполнение движений в паре |
| 9 | Разминка | 1 | | 1 | |
| 10 | Общеразвивающие упражнения | 2 | | 2 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 11 | Упражнения на координацию движений | 1 | | 1 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 12 | Танец «Самба» | 4 | 0.5 | 3.5 | Выполнение движений по четырем точкам |
| 13 | Разучивание танцевальных композиций по выбору педагога | 3 | | 3 | |
| 14 | Разминка | 1 | | 1 | Самостоятельный показ учащихся |
| 15 | Общеразвивающие упражнения | 1 | | 1 | Выполнение движений по памяти |
| 16 | Индивидуальное творчество | 2 | | 2 | Выступление в группах |
| 17 | Урок-смотр знаний | 1 | | 1 | Творческий отчет |
| | Итого: | 34 | 2.5 | 31.5 | |

1. Разминка

Закрепляются знания и навыки.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения на развитие координации

Координировать – значит согласовывать, устанавливать целесообразные соотношения между действиями. Например:

- приставные шаги и работа плеч: вместе, поочередно;
- приставные шаги и работа головы, повороты, круг;
- перекаты стопы, работа рук: вверх, вниз, в стороны.

Свободные комбинации.

Упражнения на улучшение гибкости

Основные направления подготовки в целом сохраняются с некоторым усложнением задач.

3. Дискотанцы

1. Танец «Кружевница»

- шаг-приставка по одному, в парах;
- приставные шаги по одному, в парах;
- повороты на месте по одному, в парах;
- шаг-поворот по одному, в парах;
- полностью танец по одному, в парах.

2. Танец «Сударушка»

- шаг по л. т. по одному, движения рук;
- выход в парах;
- приглашение к танцу;
- «расходимся – сходимся».

4. Бальные танцы (латиноамериканская программа)

1. Танец «Самба»

- основное движение по одному, в парах;
- самба-ход на месте по одному, в парах;
- бота-фого по одному, в парах;
- виск по одному, в парах;
- виск с поворотом;
- самба-ход;
- самба-ход в променадной позиции;
- поворот под рукой;
- Вольта

5. Индивидуальное творчество

Дается задание детям «нарисовать» любимое животное. Таким образом выявляются творческие способности учащихся, их воображение и мышление.

6. Урок-смотр знаний

Проводится в конце учебного года

Рекомендации по подбору музыкальных произведений

Разминку следует проводить под латиноамериканские мотивы, эстрадные мелодии и композиции. Обязательно иметь в наличии композиции танцев «Рилио», «Сударушка», «Самба», «Ча-ча-ча», «Вальса».

Учебно-тематический план, 4 класс:

| № п/п | Название раздела темы | Количество часов | | | Форма аттестации |
|-------|---|------------------|--------|----------|----------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | Контроля по разделам |
| 1 | Вводное занятие Техника безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев | 1 | 1 | | Беседа |
| 2 | Разминка | 1 | | 1 | |

| | | | | | |
|----|---|-----------|------------|-------------|---|
| 3 | Общеразвивающие упражнения | 1 | | 1 | Наблюдение, отслеживание правильности выполнения движений |
| 4 | Композиция бального танца | 5 | 1 | 4 | Выполнение движений в паре |
| 5 | Разминка | 1 | | 1 | Выполнение движений в комбинации |
| 6 | Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса | 4 | 0.5 | 3.5 | Координация в пространстве зала |
| 7 | Композиция народного танца | 5 | 1 | 4 | Выполнение движений в стиле народного танца |
| 8 | Общеразвивающие упражнения | 2 | | 2 | |
| 9 | Разминка | 1 | | 1 | |
| 10 | Упражнения на развитие координации | 2 | | 2 | Повороты и прыжки |
| 11 | Композиция эстрадного танца | 7 | 1 | 6 | Сохранение в исполнении стиля эстрадного танца |
| 12 | Разминка | 1 | | 1 | Выполнение движений по четырем точкам |
| 13 | Упражнения на улучшение гибкости | 2 | | 2 | Контроль растяжки |
| 14 | Отчетный концерт | 1 | | 1 | Выступление на Последнем звонке в 4-х кл. |
| | Итого: | 34 | 4.5 | 29.5 | |

1. Разминка

Закрепляются знания и навыки.

2. Общеразвивающие упражнения

- движение по линии танцев, перестроение, диагональ класса;
- упражнения на развитие координации;
- упражнения на улучшение гибкости.

Основные направления подготовки в целом сохраняются с некоторым усложнением задач.

3. Бальные танцы (латиноамериканская программа)

1. Танец бальной программы

- основной шаг по одному, в парах;
- раскрытие и закрытие по одному, в парах;
- американ спин;
- хлыст по одному, в парах;
- смена мест справа налево по одному, в парах;
- смена мест слева направо по одному, в парах;
- стоп энд гоу по одному, в парах.

4. Народные танцы

- баланс;
- притопы;
- ковырялочки;
- окошечко;
- припадания;
- раскрытие;
- повороты;
- переходы из позиции в позицию;
- переходы по рисункам;
- поклон.

6. Эстрадный танец.

Постановка танца под эстрадную музыку с использованием разученного танцевального материала.

5. Урок-смотр знаний

Проводится в конце учебного года.

Рекомендации по подбору музыкальных произведений

Разминку следует проводить под латиноамериканские мотивы. Обязательно иметь в наличии композиции танцев «Джайв», «Вальс», музыку народов мира, стилизованную народную музыку, композиции эстрадных мелодий.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-техническая база

- - хореографический зал, актовый зал,
- - музыкальный центр,
- - телевизор,
- - DVD плеер,
- - ноутбук,
- - усилительные колонки,
- - проектор,
- - экран,
- - DVD диски,
- - атрибуты для танцев (веера, обручи, ленточки, платочки, скакалки, флажки, бантики),
- - танцевальные костюмы.

Методика выявления результатов учебно-воспитательной работы

В первые дни выявляется степень интересов и уровень подготовленности детей к занятиям ритмикой и танцем, природные физические данные каждого ребёнка, в конце года педагог подводит итоги (заключительное исследование детей по усвоению программы) учебного года.

Нормативно-правовая база

Дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа «Фигурный вальс» составлена в соответствии с:

- Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 № 273 "Об образовании в Российской Федерации";
- Концепцией развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. № 1726-р.);
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41»;
- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196»;

- приложением к письму Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
- Уставом МОУ «СОШ № 27» г. Сыктывкар;
- должностными инструкциями педагога дополнительного образования;
- Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся в МОУ «СОШ № 27» г. Сыктывкар по дополнительным общеобразовательным программам - дополнительным общеразвивающим программам.

Список литературы:

1. Анисимов В.П. Диагностика музыкальных способностей детей: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: гуманитар.изд.центр ВЛАДОС, 2004.-128 с.
2. Буйлова Л.Н., Буданова Г.П. Дополнительное образование: норматив.док. и материалы. — М.: Просвещение, 2008.
3. Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учеб.пособие.-СПб.:Издательство «Музыкальная палитра»,2004.-36с.
4. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования: учеб. Пособие для студ. учреждений сред.проф. образования. — М.: ВЛАДОС, 2004.
5. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. Пособие для студ. Вузов культуры и искусств. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС,2003
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды: учеб. пособие для студ. хореограф.фак. вузов культуры и искусств / Г.П. Гусев. - М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС,2004.
7. Дополнительное образование детей: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. Вып. 3. — М.: Народное образование, 2007.
8. Сценическое воспитание на уроке хореографии//Учитель.- №3, май-июнь 2003
9. Критерии эффективности реализации образовательных программ дополнительного образования детей в контексте компетентного подхода. 10. Материалы к учебно-методическому пособию / Под ред. проф. Н.Ф. Радионовой. — СПб.: Издательство ГОУ «СПбГДТЮ», 2005.
11. Оценка эффективности реализации программ дополнительного образования детей: компетентный подход. Методические рекомендации / Под ред. проф. Н.Ф. Радионовой. — СПб.: Издательство ГОУ «СПб ГДТЮ», 2005
12. Пустовойтова, М.Б. Ритмика для детей [Текст]: учебно-методическое пособие /М.Б.Пустовойтова.–М.:ВЛАДОС,2008.
13. Франио, Г. Пособие по ритмике: для 2 класса музыкальной школы [Текст] / Г. Франио. — М.:Музыка,2005.
14. Бергер Н. Сначала - Ритм –Композитор, Санкт-Петербург 2004
15. Коренева Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли - ч.1, ч. 2. Владос. 2002

Рекомендуемые сайты:

1. www.edu.ru/ Российское образование федеральный портал
2. <http://www.fipi.ru> Федеральный институт педагогических измерений.
3. <http://ps.1september.ru> Газета «Первое сентября»
4. <http://www.globaldance.info/>

5. www.dancesport.ru - самый популярный сайт о спортивных бальных танцах.

Литература для детей:

1. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – Москва. Просвещение, 1985.
2. Балет. Энциклопедия. Москва. Современная энциклопедия. 1986.
3. Энциклопедия обрядов и праздников. СПб, «Респек», 1996.
4. Дашкова И. Загадки Терпсихоры. Москва. Детская литература, 1989.
5. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. Искусство, 1987.
6. Погодина Е.В. 16 уроков для будущих джентльменов и принцесс. Харьков, «Фимео», 1997.

План работы с родителями учащихся 1,2,3, 4 года обучения на 2021-2022 учебный год (Приложение № 1)

| Дата | Мероприятие | Тема |
|----------|--|---|
| сентябрь | Организационное собрание по группам - 1,2,3,4 год обучения | Ознакомление родителей с программой обучения, репертуаром. План работы танцевальных групп МОУ «СОШ № 27» на 2021-2022 учебный год. |
| Октябрь | Беседа с родителями | О здоровом образе жизни детей |
| Ноябрь | Родительское собрание | Подготовка к «Дню матери» |
| Декабрь | Проведение открытых уроков для родителей в танцевальных группах | Темы открытых занятий (смотри в этапах педагогического контроля программ - промежуточный контроль). |
| Январь | Беседа с родителями | Развитие творческих способностей детей |
| Февраль | Родительское собрание | Подготовка к «Дню Защитника Отечества» |
| Март | Родительское собрание | Подготовка к «Международному Женскому Дню» |
| Апрель | Собрание родительского комитета | Подготовительные мероприятия к празднованию Дня Победы в Великой Отечественной Войне и участия в концертных и театрализованных мероприятиях района и города |
| Май | Проведение открытых занятий для родителей. Отчетный концерт для родителей. Общее родительское собрание, анкетирование родителей, отчет родительского комитета. | Темы открытых занятий (смотри в этапах педагогического контроля программы - итоговый контроль). |
| Июнь | Родительское собрание | Летний оздоровительный отдых детей |

**Личностное развитие ребенка в процессе усвоения дополнительной
общеобразовательной программы - дополнительной общеразвивающей программы
(Приложение № 2)**

**Текущий контроль успеваемости обучающихся: формы, периодичность и порядок
проведения (Приложение № 3)**

| Оцениваемые параметры | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества | Уровень развития | Методы диагностики |
|---|--|--|------------------|--|
| 1. Организационно-волевые качества | | | | |
| 1.1. Терпение | Способность переносить известные нагрузки в течение занятия | - Терпения хватает меньше, чем на ½ занятия. | Низкий | Наблюдение |
| | | - Терпения хватает больше, чем на ½ занятия. | Средний | |
| | | - Терпения хватает на все занятие | Высокий | |
| 1.2. Воля | Способность активно побуждать себя к практическим действиям | - Волевые усилия ребенка побуждаются извне; | Низкий | Наблюдение |
| | | - Иногда самим ребенком; | Средний | |
| | | - Всегда самим | Высокий | |
| 1.3. Самоконт-роль | Умение контролировать свои поступки | - Ребенок постоянно действует под воздействием контроля извне; | Низкий | Наблюдение |
| | | - Периодически контролирует себя сам; | Средний | |
| | | - Постоянно контролирует себя сам | Высокий | |
| 2. Ориентационные качества | | | | |
| 2.1. Самооценка | Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям | - Завышенная; | Низкий | наблюдение, анкетирование детей |
| | | - Заниженная | Средний | |
| | | - Нормальная | Высокий | |
| 2.2. Интерес к занятиям | Осознанное участие в освоении дополнительной образовательной программы | - Интерес продиктован извне; | Низкий | Тестирование; Наблюдение |
| | | - Интерес периодически поддерживается самим ребенком; | Средний | |
| | | - Интерес постоянный | Высокий | |
| 3. Поведенческие качества | | | | |
| 3.1. Конфликтность | Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации | - Периодически провоцирует конфликты; | Низкий | Метод незаконченного предложения, наблюдение |
| | | - Сам не участвует в Конфликтах; | Средний | |
| | | - Старается их избегать. | Высокий | |
| 3.2. Тип сотрудничества: (отношение к общим делам коллектива танцевальных групп) | Умение воспринимать общие дела, как свои собственные | - Избегает участия в общих делах; | Низкий | Наблюдение |
| | | - Участвует при побуждении извне; | Средний | |
| | | - Инициативен в общих делах | Высокий | |

| | |
|-------------------------------|--|
| Виды и методы контроля | Текущий контроль - устные опросы, письменное анкетирование Промежуточная аттестация - открытые занятия, участие в концертных программах, фестивалях, конкурсах Итоговая аттестация - урок - смотр занятий |
|-------------------------------|--|

Протокол промежуточной аттестации учащихся по дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе
(Приложение № 4)

Дата проведения

Год обучения

№ группы

| № п/п | Ф.И. учащегося | Теоретический материал (кол-во баллов) | Практический материал (кол-во баллов) | Итог (сумма баллов) | Общий уровень освоения программы (Высокий, средний, низкий) | Результаты входящей диагностики (Высокий, средний, низкий) | Динамика (увеличена, снижена, сохранена) |
|-------|----------------|--|---------------------------------------|---------------------|---|--|--|
| | | | | | | | |
| 1 | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Итого: общий уровень освоения программы в группе

«В» - ... чел., ... % «С» - ... чел., ... % «Н» - ... чел., ... %

По результатам промежуточной аттестации:

_____ учащихся (____%) переведены на год обучения

_____ учащихся (____%) оставлены на повторный курс обучения

_____ учащихся (____%) завершили обучение

Решение педагогического совета от _____, протокол № _____.

Педагог дополнительного образования _____ / _____ /

Подпись

Ф.И.О.