

Управление образования администрации
Амурского муниципального района Хабаровского края

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
центр творчества «Темп» г. Амурска
Амурского муниципального района Хабаровского края

ПРИНЯТА
на педагогическом
совете
Протокол № 5
от 03 июля 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора МБУ «Темп»
Е.В.Полуянова
Приказ № 82-Д
от 03 июля 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественной направленности

«Ритмы танца»

(хореография- ритмика)

Уровень программы - стартовый

Возраст обучающихся – 5-7 лет

Срок реализации – 1 год

Составитель:
Агеева Евгения Андреевна,
педагог дополнительного образования

Амурск
2023

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Ритмика (от греч. *rhythmos* — порядок движения) – это практические занятия, в ходе которых музыкальные образы передаются при помощи движений. В процессе выполнения специальных упражнений дети учатся воспринимать музыку и выражать полученные эмоции телом. Музыкальное сопровождение (аккомпанемент и фонограмма) – это важнейший компонент занятий ритмикой, хореографией.

Педагог специально подбирает различные по жанру, темпу, ритму и характеру мелодии, чтобы малыши могли познакомиться с музыкой во всем ее многообразии.

Танцевальные движения помогают более глубоко прочувствовать музыкальный материал и являются вспомогательными средствами выразительности.

На сегодняшний день занятия хореографией все больше привлекают внимания, как родителей, так и детей. Следовательно, и целесообразно начинать занятия по ритмике и изучать основы хореографии именно в дошкольном возрасте.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмы танца» разработана на основе современных пособий по хореографии: Ивлева Л.Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом. - Челябинск, 2009, Затымина Т.А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика. Учебно-методическое пособие 2003 год.

Нормативной базой разработки дополнительной общеобразовательной программы являются:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» от 01.10.2018 г.;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Приказ об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной программе в Хабаровском крае от 26.09.2019 г. № 383П;

- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУ «Темп», утвержденное приказом директора от 14.02.2019;

- Устав МБУ «Темп» г. Амурска.

Направленность программы Освоение первых уроков ритмики, пластики и грации, танцевальных движений, хореографии, элементов ритмической гимнастики поможет развитию художественной одаренности учащихся в области танцевально-исполнительского мастерства. развитие и совершенствование специальных музыкальных способностей, определяет **художественную направленность** программы «Ритмы танца».

Данная общеобразовательная программа направлена на формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца.

Новизна программы «Ритмы танца» состоит в том, что, предполагает комплексный подход в обучении детей дошкольного возраста основам хореографии, музыкальной грамоты, движению и танцу. В программе сочетаются традиционные методы обучения с инновациями.

Актуальность данной образовательной программы заключается в значительной популярности хореографии как искусства среди детей дошкольного возраста. Занятия ритмикой и хореографией, оказывают положительное влияние на организм детей: профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы; улучшение осанки, силы, гибкости, выносливости; приобретение жизненно-необходимых двигательных умений и навыков; улучшение телосложения; развитие двигательной памяти. Ребенок начинает правильно и адекватно воспринимать музыку, реагировать на нее, выражать свои эмоции и реакции посредством движений.

Воспитывая ритмичность, пластику, грацию тела посредством музыки и движения положительно влияют на эмоциональное самочувствие обучающихся.

Движения являются биологической потребностью детского организма.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что данная программа ориентирует обучающихся на приобщение к музыкально-художественной культуре, ребенок начинает разделять такие понятия, как темп, ритм и стиль музыки, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Программный материал нацелен на развитие ребенка, воспитание музыкального вкуса, приобщает его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Отличительной особенностью общеобразовательной программы является синтез нескольких видов деятельности, таких как: детский танец, акробатика, ритмическая гимнастика, нагрузка дается постепенно и распределяется равномерно на протяжении занятия (в дальнейшем преподаватель усложняет какие – либо элементы, если видит, что дети освоили данное упражнение); постоянная смена рисунка урока для концентрации внимания детей.

Уровень программы - стартовый. Программа «Ритмы танца» имеет позволяет вызвать у обучающихся интерес к хореографии и мотивирует на дальнейшее изучение на «базовом уровне».

Уровень	Содержание
Стартовый	Введение в мир хореографии предполагает овладение обучающимися первичных навыков хореографического мастерства: чувства ритма, такта, пластики движений, грациозности, гибкости, выносливости и т.д. Закладываются основы коммуникативного общения. Первоначальное знакомство с хореографическими терминами, их использование в работе над постановками.

Адресат программы. Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной образовательной программы - 5-7 лет. Количественный состав группы – 15 человек.

Программа рассчитана на обучающихся, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям хореографией, что должно подтверждаться справкой из медицинского учреждения. Требования к уровню подготовки, уровню развития способностей, роста-весовым показателям не предъявляется.

Возрастные особенности:

5-6 лет. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у обучающихся возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с обучающимися старшего дошкольного возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроен.

Обучающимся предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

6-7 лет. Возрастные особенности обучающихся позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Обучающиеся способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между обучающимися, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия. На данном этапе педагог создает обучающимся как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития обучающихся в группе.

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения, 72 часа.

Форма обучения по данной программе – очная.

Виды занятий. Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (индивидуальные и коллективные). Программа включает разные виды занятий:

- учебное (традиционное) занятие;
- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- открытое занятие;
- игра, праздник;
- репетиция;
- концерт.

Формы организации образовательной деятельности:

- коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);

- групповая, в которой обучение проводится с группой обучающихся (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;

- парная, предполагающая общение с двумя обучающимися при постановке дуэтных танцев;
- индивидуальная, используемая для работы с обучающимся по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий определены Уставом учреждения в соответствии с правилами и нормативами СанПиН:

Период	Продолжительность занятия (час)	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель	Кол-во часов в год
1 год	1 час	2	2	36	72

Продолжительность академического часа – 30 минут, перерыв 15 минут.

Перед началом занятий педагог проверяет у обучающихся их самочувствие, пульс, если есть необходимость - измеряет кровяное давление. Также на протяжении всего занятия необходимо следить за самочувствием учащихся и измерять вышеперечисленные параметры, а также настроение и работоспособность. Предупреждать переутомление и утомление и, исходя из этого, вводить ограничения и противопоказания к занятиям.

Цель и задачи программы

Цель программы: Формирование творческого потенциала обучающихся средствами хореографии и ритмической гимнастики.

Задачи:

Предметные:

- знакомить с историей возникновения и развития танца;
- знакомить с терминологией танцевальных позиций и элементов танца;
- обучать танцевальным движениям эстрадного танца;
- знакомить с правилами выполнения танцевальных комбинаций под счет, под музыку;
- учить слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- развивать музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений.

Метапредметные:

- учить первоначальным навыкам самоорганизации и самооценки культурного досуга;
- развивать творческую инициативу в реализации собственных замыслов в процессе игры, движения под музыку;
- учить сверять свои действия с поставленной целью;
- воспитывать умение работать в коллективе.

Личностные:

- формировать интерес к танцевальному искусству;
- содействовать формированию нравственных качеств личности, трудолюбию и упорству в достижении поставленных целей;
- воспитывать культуру поведения и общения;
- формировать активную жизненную позицию и здоровый образ жизни;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия.

Содержание программы

Учебный план

№	Название разделов	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Водное занятие	20 мин	40 мин	1
2	Продвижение в пространстве	1	7	8
3	Ритмико - гимнастические упражнения. Игры под музыку	1	8	9
4	Музыкально - ритмическая композиция	2	8	10
5	Детский танец:	1	9	10
6	Гимнастика	1	6	7
7	Акробатика	1	6	7
8	Сценическая практика Постановочная работа	4	16	20
	Всего:			72

Содержание

Раздел 1. Водное занятие. Знакомство с детьми. Техника безопасности на занятиях, правила поведения, пожарная безопасность.

Раздел 2. Продвижение в пространстве

Хлопки:

- обычные (ровные) – хлопок в ладоши на сильную долю такта или на каждую долю такта музыкального размера;

- синкопированные – смещение акцента с сильной доли такта на слабую;

«Ладушки» - хлопки ладонями перед собой или за спиной, объединённый в три удара;

- «Блинчики» - на счёт «раз» удар правой ладонью по левой параллельно полу, на «два» удар левой по правой;

- «Тарелочки» - ладони обеих рук имитируют скользящее движение оркестровых тарелок. Могут быть большими и маленькими;

- «Колокола» - и. п. руки в стороне. На «раз» хлопок над головой, далее руки возвращаются в и.п.;

- «Бубен» - левая рука (опорная) ударяет по правой (2,4,8 раз), затем руку меняют. Хлопки около плеча.

Притоны:

- Одинарный – удар ногой сверху об пол на сильную долю такта.

- Двойной – на счёт «и» удар рабочей ногой от пола, на «раз» удар рабочей ногой в пол.

Работа с рисунками в танце – линия, круг, диагональ, «змейка», «воротники».

Танцевальные шаги, бег – с носка, на пятках, на полупальцах, марш, марш на полупальцах, лёгкий бег, бег с высоким подниманием ног.

Прыжки – подскок, трамплины, «лошадки».

Раздел 3. Ритмико –гимнастические упражнения. Игры под музыку.

«Ходьба» (музыка - Н. Богословский «Марш»). Промаршировать в такт музыке. Это упражнение отлично развивает чувство ритма и темпа, а также координацию движения.

«Пилот» (музыка - Л. Банникова «Самолет») Эта игра развивает умение ориентироваться в пространстве и чувство равновесия. Под музыку ребенок должен сначала «завести мотор», вращая перед собой согнутыми в локтях руками, затем встать на одной ноге, раскинув руки в стороны, изображая самолет. После этого малыш может свободно бегать по классу, а по окончании музыки, он должен остановиться и опуститься на одно колено.

«**Ветер и ветерок**» (музыка - Л.В. Бетховен «7 лендлеров»). Благодаря этому упражнению дети учатся внимательно слушать музыку и воспринимать ее характер. Его суть заключается в том, что ребенок поднимает руки вверх и раскачивает или с различной амплитудой под музыку, изображая то тихий ветерок, то сильный ветер.

«**Замри**» (музыка - И. Кишко «Марш»). Для игры Вам понадобится несколько карточек со схематическим изображением человека в различных позах (например, правая рука поднята вверх, а левая отведена в сторону, поза ласточки и так далее). Вначале крохе марширует под музыку, а затем замирает в выбранной заранее позе.

«**Регулировщик**» (музыка - М. Раухвергер «Автомобиль»). В этой игре взрослый может выступать в роли регулировщика, а дети – водителей и пешеходов. Представьте, что в городе сломались все светофоры, а управлять дорожным движением приходится одному регулировщику. Вначале включается фонограмма, и обучающиеся начинают движение, затем педагог ставит музыку на паузу и командует повернуться направо, налево и еще раз направо. После выполнения задания «водители» должны припарковаться в заранее выбранном месте, а пешеходы продолжают движение.

Раздел 4. Музыкально – ритмическая композиция

Образно – танцевальные композиции.

Раздел 5. Детский танец:

Танцевальные композиции:

Эстрадного танца, современного, народного.

Раздел 6. Гимнастика

- растягивание позвоночника в положении сидя на полу;
- наклоны вперед к ногам (ИП- сидя на полу);
- противоход (стопы);
- вытягивание ноги вверх;
- «Тюльпан» (обе ноги вверх);
- «Лягушка» на спине, на животе;
- наклоны боком к ноге, к другой ноге;
- наклоны вперед (ноги максимально развести в стороны);
- «Спираль»;
- растягивание в позе «Z»;
- подъем верхней части туловища из положения лежа на спине к согнутым ногам;
- круг ногой в положение лежа;
- бросок ноги вверх в положении лежа;
- мост;
- колесо;
- стойки на руках и голове;
- перекидывания;
- растяжка на шпагат;
- силовые упражнения;

Раздел 7. Акробатика

- упоры (присев, лёжа, согнувшись);
- седы (на пятках, углом);
- группировка, перекаты в группировке;
- стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги);
- кувырок вперед (назад);
- «мост» из положения лёжа на спине, «шпагаты» и складки;
- парная акробатика: хваты, основы балансирования, силовые упражнения;
- пирамидковые упражнения;

Раздел 8. Сценическая практика

Тема 8.1 Постановочная работа

Постановка и репетиция танцевальных номеров. Участие в конкурсах, концертах.

Планируемые результаты

В результате освоения программы происходит:

- повышение уровня знаний в области танца;
- развитие физических качеств обучающихся, их двигательных способностей;
- развитие индивидуальных творческих способностей, обучающихся;
- формирование потребности здорового образа жизни;
- воспитание личностных качеств, обучающихся: силы воли, трудолюбия, ответственности;
- воспитание у детей чувства коллективизма.

Предметные результаты:

- знают историю возникновения и развития танца;
- знают терминологию и понимают термины, связанные с различными перестроениями;
- с увлечением осваивают новые танцевальные движения эстрадного танца;
- знают правила выполнения танцевальных комбинаций под счет, под музыку;
- умеют слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- развиты музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений.

Метапредметные результаты:

- владеют первоначальными навыками самоорганизации и самооценки культурного досуга;
- проявляют творческую инициативу в реализации собственных замыслов в процессе игры, движения под музыку;
- понимают смысл поставленных заданий;
- продуктивно сотрудничают со сверстниками и взрослыми на занятии.

Личностные результаты:

- сформирован интерес к танцевальному искусству;
- формируются нравственные качества личности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- формируется культура поведения и общения;
- приобретают активную жизненную позицию и ведут здоровый образ жизни;
- формируется чувство ответственности, трудолюбие.

	Обучающиеся <i>будут знать</i>	Обучающиеся <i>будут уметь</i>
1-й год	<ul style="list-style-type: none"> - техника безопасности на занятиях, правила поведения в хореографическом классе и на сцене; - требования к внешнему виду на занятиях; - музыкальные размеры, темп и характер музыки; - названия отдельных танцевальных элементов - технику исполнения танцевальных движений, упражнения и игры по ориентации в пространстве; - технику исполнения танцевальных элементов; - определение и передача в движении: характера музыки (веселый, грустный, спокойный, торжественный); темпа (медленный, быстрый, 	<ul style="list-style-type: none"> - построение в круг; - построение в линию; - знакомство со сценическим пространством; - движения и шаги – переменный шаг; - правильно выполнять упражнений из раздела «Детский танец» - выполнять танцевальные элементы, выполняемые в образе под музыкальное сопровождение; - перестраиваться в основные фигуры и порядок

	<p>умеренный); динамических оттенков (тихо, громко); жанров музыки (песня, танец, марш); пауз (четвертной, восьмой); метроритма (длительностей: половинной, целой); размеров (2/4, 3/4);</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, применяемые на занятия по ритмике (движения, прыжков, шаг, хлопок, бег) - этикет общения с педагогом и в детском коллективе. 	<p>построения: линия, колонна, круг, диагональ, шахматный порядок и т.д. Движение по линии танца, против хода, в колонне по диагонали, в шеренге взявшись за руки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - перестраиваться в рисунки: линий, диагонали, круги в русских движениях в сольном и групповом танцах; - исполнять танцевальные комбинации детского танца, гимнастические и акробатические упражнения; - «слушать музыку»; - выполнять общеразвивающие и специальные упражнения разминки и тренажа; - исполнять танцевальный материал данного года обучения.
--	--	---

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы

Календарный учебный график

Период	Сроки	Кол-во недель
Продолжительность учебного года	01 сентября – 31 мая	36 недель
Начало учебного года	15 сентября	
Период образовательной деятельности I полугодие	01 сентября – 31 декабря	15 недель
Период образовательной деятельности II полугодие	09 января – 31 мая	19 недель
Текущий контроль	В течение года	После освоения каждой темы программы
Входящая диагностика	Сентябрь	
Промежуточная диагностика	Декабрь	
Итоговая диагностика	Май	

Календарный учебный график проведения занятий составляется более подробно ежегодно на учебный год и на каждую учебную группу и является обязательным Приложением к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Ритмы танца».

Условия реализации программы

Материальное – техническое обеспечение

Для занятий по программе необходим оборудованный танцкласс, а также следующие средства и материалы:

- музыкальный центр;
- флеш карта;
- ноутбук;
- принтер;
- зеркала;
- стулья;
- костюмы для выступления;
- чешки черные и белые;
- спортивная форма;
- гимнастические коврики;
- вспомогательный реквизит.

Информационное обеспечение:

- интернет источники, ЦОР, литература.

Кадровые условия реализации программы. Дополнительную общеобразовательную программу «Ритмы танца» реализует педагог, обладающий профессиональными знаниями в предметной области, знающий специфику образовательной деятельности дополнительного образования, имеющий практические навыки в сфере организации деятельности обучающихся.

Формы аттестации

Оценка результативности освоения программы (деятельности) обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма), с прежними результатами того же обучающегося (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Наряду с основными методами оценки результативности обучения применяется система контроля. Данная система предполагает текущий контроль, а также промежуточную и итоговую аттестации.

Контроль за освоением программы осуществляется:

- входной контроль – диагностическая беседа, опрос, наблюдение;
- промежуточный контроль по итогам первого полугодия (выполнение заданий) определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения;
- текущий контроль осуществляется на каждом занятии в процессе выполнения спортивных упражнений путем педагогического наблюдения;
- итоговый контроль – итоговое тестирование, выступление на соревнованиях или массовом спортивном мероприятии.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: показательные выступления для родителей, участие в массовых, зрелищных мероприятиях, участие в конкурсах и фестивалях.

Формами подведения итогов работы по теме, разделу, программе могут быть: открытое занятие, тест, игра, рефлексия.

Формы аттестации: наблюдение, опрос, тестирование, контрольное задание, концертные выступления, итоговое занятие

Оценочные материалы

В качестве основных показателей результативности образовательной деятельности по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Ритмы танца» определены следующие показатели:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Методы диагностики	Степень выраженности оцениваемого качества		
			Низкий уровень (1-3 балла)	Средний уровень (4-7 баллов)	Высокий уровень (8-10 баллов)
Теоретические знания по основным разделам программы	Соответствие теоретических знаний обучающегося программным требованиям	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.	Обучающийся овладел менее чем половиной знаний, предусмотренных программой	Объем усвоенных знаний составляет более 50%	Обучающийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренный программой за конкретный период
Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Контрольное задание	Практические умения и навыки неустойчивые, требуется постоянная помощь по их использованию	Овладел практическими умениями и навыками, предусмотренными программой, применяет их под руководством педагога	Обучающийся овладел в полном объеме практическим и умениями и навыками, практические работы выполняет самостоятельно и качественно

Используемые методики и технологии обучения

Личностно-ориентированная технология наглядно проявляется:

- при задействовании обучающихся в индивидуальном целеполагании на учебном занятии в зависимости от уровня подготовленности (целеполагание может быть различным, одни обучающиеся ставят цель - углубленное изучение теории, другие – применение теории на практике, третьи – осуществление самоконтроля по данной теме);
- в предметном содержании различной сложности в зависимости от уровня подготовки (обучающимся одного года обучения, но имеющие разные уровни подготовки предлагается различный уровень сложности заданий по одной теме);
- в оценивании не только результатов, но и процесса деятельности - самоанализ поведения во время занятий, уровня знаний и практических умений);
- в развитии творческой активности обучающихся на занятиях и во внеурочной деятельности.

Воспитательные технологии реализуется в виде вовлечения, обучающихся в дополнительные формы развития личности (праздники, творческие встречи, конкурсы, экскурсии, посещение спортивных мероприятий и т.д.).

Здоровьесберегающие технологии: выполняются специализированные упражнения на расслабление мышц тела, исправление осанки, развития основных органов чувств, мелкой моторики, специализированные упражнения для тела и глаз, созданы комфортные условия пребывания.

Занятия проводятся в специально оборудованном классе, соблюдаются питьевой, температурный, световой режимы, регулярное проветривание зала. Для повышения уровня восприятия и вовлеченности обучающихся в образовательный процесс используются всевозможные подвижные игры. Проводятся беседы о здоровом образе жизни, как с обучающимися, так и с родителями.

Применение коммуникативных технологий позволяет реализовать у обучающихся коммуникативную компетенцию (диалоговая форма работы – анализ образовательной деятельности, анализ выступлений в концертных программах, составление планов действий, обобщение знаний по данной теме).

Методические материалы

1. Методические разработки занятий по ритмике.
2. Методические пособия по хореографии, гимнастике, акробатике.
3. Литература для педагога и обучающихся.
4. Разработки бесед из истории различных жанров хореографического искусства.
5. Конспекты, методические разработки занятий.
6. Методики оценки качества реализации образовательной программы: контрольные задания, опрос.

Методические принципы реализации программы. Реализация данной программы базируется на следующие принципах:

- **принцип дидактики** (построение учебного процесса от простого к сложному);
- **принцип актуальности** (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения);
- **принцип системности** (подразумевает систематическое проведение занятий);
- **принцип творческой мотивации** - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности обучающихся. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность образовательного процесса.

Методы обучения

В реализации программы используются различные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения.

Словесные методы:

- речевые обозначения (термины);
- речевые указания (начало и окончание движений, направление, осанка и техника движений)
- цифровые (число повторений упражнений – счёт прямой и обратный).

С их помощью решаются различные задачи: объясняются элементарные основы танцевальной пластики и акробатики, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение; словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы, повышению интереса к изучаемым упражнениям.

Визуальные (невербальные) методы:

- язык движений (тела): показ упражнений с соблюдением требований к их технике;

- специальные жесты (направление движений, «пальцевый» счет, специальные обозначения);
- мимика и пантомимика (улыбка, кивок головой).

К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся (от простого к сложному, от репродуктивности к самостоятельному творчеству). Это методы:

- метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения;

- ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений;

- игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на обучающихся.

Приемы обучения

Показ. Практика преподавания выделяет три условия танцевального показа:

1. Предварительный показ танцевальной композиции, отдельных ее элементов, упражнений и т.д. На этом уровне задача - предварительное знакомство с учебным материалом. Чтобы позднее, в ходе обучения, дети могли мысленно соотносить свои действия с ранее увиденным.

2. Показ танцевального материала. Выделение из совокупности многих танцевальных элементов какого-либо определенного элемента и сосредоточение внимания на его восприятии.

3. Анализ и синтез танцевального материала, при котором анализируются отдельные части движения, композиции и потом соединяются. Особое место занимает художественный анализ музыкально-хореографического произведения, разбор выразительных и образных средств и интерпретаций с оценкой.

Изложение. Применяются различные формы изложения: информация, рассказ, лекция, беседа и т.д. С помощью этого приема педагог сообщает знания об истории, современном состоянии хореографии, рассказывает об отдельных танцах, лучших парах, ансамблях и т.д. В соответствии с учебными задачами педагог дает описание учебного материала. Изложение ведется в форме характеристики, где определяются особенности музыки, костюма, творчества. В случае необходимости раскрытие внутренних связей и зависимостей дается в форме объяснения.

Комментирование. Это словесное сопровождение педагогом сведений об особенностях танцевального движения и музыкального произведения.

Инструктирование. Это словесные рекомендации, которые педагог дает учащемуся, как нужно исполнять элементы или композицию в целом. Может касаться правил поведения при общении в танце.

Корректирование. В процессе исполнения танцевальных движений педагог корректирует действия учащихся.

3. Список литературы

Нормативно-правовые документы

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» от 01.10.2018 г.;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказ об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной программе в Хабаровском крае от 26.09.2019 г. № 383П;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУ «Темп», утвержденное приказом директора от 14.02.2019;
- Устав МБУ «Темп» г. Амурска.

Литература для педагога:

1. Андриенко Е. В. Социальная психология. Учебник для вузов. - Москва: АСАДЕМА, 2000.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: «Рольф», 2000.
3. Боголюбская М.С. Хореографический кружок. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. - М.: Просвещение, 1986.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
5. Карпов А.В. Общая психология. Учебник для студентов вузов. - Москва: Гардарики, 2002.
6. Коркин В.П. Акробатика для спортсменов. - Москва, Физкультура и спорт, 1974.
7. Лисицкая Т. Пластика, ритм. - Москва: Физкультура и спорт, 1987.
8. Немов Р.С. Практическая психология. Познай себя. Влияния на людей. Пособие для учащихся. - Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 1999.
9. Орехов В. Секреты гибкости. - М.: «Терра», 1997.
10. Подласый И.П. Педагогика. Учебник для вузов. Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000.
11. Рогов Е.И. Общая психология (курс лекций). - Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 1999.
12. Фисанович Т. Танцы. - М.: «Астрель», 2000.
13. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.
14. Интернет ресурсы.

Литература для обучающихся:

1. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» под ред. А.И.Буренина
2. Т. Барышникова «Азбука хореографии» Москва 2001г.

3. Ж.Е. Фирлева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г.
4. Н. Зарецкая, З. Роот «Танцы в детском саду» Москва 2003г.

Комплекс заданий для определения уровня готовности обучающегося к освоению программного материала

Стартовый уровень

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

Задачи:

- определение общего уровня развития обучающегося;
- выявление природных способностей к танцу;
- выявление уровня информированности в области танцев;
- определение мотивации к занятиям.

Формы работы: собеседование, выполнение практического задания.

Теоретическая часть: предлагается ответить на следующие вопросы:

Нравится ли тебе танцевать?

Какие танцы нравятся (быстрые или медленные)?

Практическая часть: предлагается выполнить следующие задания:

- упражнения на ритмичность;
- упражнения на координацию;
- упражнения на ориентировку в пространстве.

Критерии оценки

Низкий уровень (1 — 4 балла) — у обучающегося не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень способностей к современным эстрадным танцам, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности, движения угловатые.

Методика определения уровня развития обучающихся

Критериями оценки результативности обучения являются:

- критерии оценки уровня **теоретической подготовки** обучающихся: соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям; широта кругозора; свобода восприятия теоретической информации; развитость практических навыков работы со специальной литературой, осмысленность и свобода использования специальной терминологии;

- критерии оценки уровня **практической подготовки** обучающихся: соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям; свобода владения специальным оборудованием и оснащением; качество выполнения практического задания; технологичность практической деятельности

«Техника безопасности на уроках хореографии»

1. Требования безопасности перед началом работы

1.1. К уроку хореографии допускаются ученики, имеющие разрешение школьного медицинского работника и прошедшие инструктаж по технике безопасности, систематически проводимый преподавателем перед началом занятия.

1.2. Педагог должен подготовить помещение, где проводятся занятия: проветрить, проверить исправность оборудования и аппаратуры, проверить достаточность освещения.

1.3. Перед включением аппаратуры проверить исправность шнуров, электророзеток.

1.4. На урок хореографии ребенок (подросток) должен надеть специальную форму (трико, купальник), Форма должна быть без жестких или мешающих элементов, не иметь широких карманов и выступающих накладных деталей, позволяющая свободно выполнять движения; внешний вид одежды должен быть чистым и опрятным.

1.5. В хореографическом зале учащиеся должны заниматься в сменной обуви с мягкой плоской подошвой (балетки) Обувь должна хорошо держаться на ноге и позволять выполнять различные танцевальные движения.

1.6. Учащиеся должны приходить в танцевальный зал аккуратно причёсанными, с гладко убранными волосами.

1.7. Бережно относиться к оборудованию зала, поддерживать чистоту и порядок в раздевалках.

1.8. В случае опоздания или прихода раньше на урок, в танцевальный зал входить только с разрешения педагога.

1.9. В случае пропуска занятия заранее предупредить педагога и сообщить о причине.

1.10. Учащимся старших классов не использовать туалетную воду, духи с резким запахом и пачкающую косметику.

1.11. В хореографическом классе должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи при травмах.

2. Техника безопасности во время работы

2.1. Содержать помещение для занятий в чистоте, не допускать загромождения входов-выходов посторонними предметами.

2.2. Без разрешения педагога не включать аудиоаппаратуру.

2.3. Использовать электророзетки только по назначению.

2.4. О неисправностях аппаратуры сообщать педагогу.

2.5. Запрещается самостоятельно устранять неполадки.

2.6. Бережно и аккуратно обращаться с реквизитом и сценическими костюмами.

2.7. В случае недомогания или травмы ребенок должен обратиться к педагогу.

2.8. Перед началом занятия снимать с себя часы, цепочки, кольца, браслеты, большие сережки и другие жесткие и мешающие предметы

2.9. При проведении урока соблюдать правила поведения, дисциплину, вести себя так, чтобы в зале царилла благоприятная и гармоничная атмосфера взаимного уважения. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.

2.10. Учащиеся обязаны качественно выполнять разминочную часть урока и элементы движений, подготавливающие тело к не травмированному правильному исполнению танца. Перед концертным выступлением учащиеся должны провести разогрев самостоятельно.

2.11. При исполнении движений потоком (один за другим) необходимо соблюдать достаточные интервалы, избегать столкновений, толчков и ударов.

2.12. Не выполнять без страховки и без разрешения преподавателя сложные элементы и движения.

2.13. Не стоять близко к станку, зеркалам и друг к другу при выполнении движений.

2.14. Сидеть во время занятий нельзя, только с разрешения преподавателя.

2.15. Когда преподаватель показывает или объясняет движение во время занятий, необходимо стоять, молча и внимательно слушать его.

2.16. Разговоры на занятиях должны быть сведены к минимуму

2.17. Танцор обязан соблюдать гигиену, должен ценить своё здоровье и здоровье окружающих, быть приверженцем здорового образа жизни.

Запрещается во время занятия:

- употреблять пищу и жевать жевательные резинки,
- отвлекаться и отвлекать других во время выполнения упражнения,
- перебегать от одного места занятий к другому без разрешения преподавателя,
- трогать музыкальную аппаратуру без разрешения преподавателя.
- садиться и виснуть на балетных станках.
- Запрещается сидеть на подоконниках, самостоятельно открывать и закрывать окна.
- Опирается, облакачиваться, ударять: зеркала, оконные стекла и другие травмоопасные предметы
- Запрещается кричать и громко разговаривать.

После занятий в хореографическом зале необходимо тщательно мыть руки с мылом.

3. Требования безопасности при аварийных ситуациях

3.1. В случае возникновения аварийных ситуаций сообщить руководству, принять меры к эвакуации учащихся.

3.2. При прекращении электроэнергии сообщить педагогу, который должен отключить аппаратуру из сети (розетки) и всем покинуть помещение

3.3. При затоплении помещения, при возникновении пожара сообщить педагогу, который должен отключить электроприборы из сети, покинуть помещение.

3.4. В случае возгорания аппаратуры отключить ее из электросети.

3.5. При получении травмы во время занятия, пострадавший или очевидец случившегося обязан немедленно сообщить об этом педагогу для принятия неотложных мер по оказанию первой помощи.

Требования безопасности по окончании работы.

4.1. Проветрить кабинет.

4.2. Выключить электроприборы.

4.3. Выключить электроосвещение, закрыть кабинет на ключ.

4.4. Обо всех недостатках, отмеченных во время работы, сообщить руководству.

В случае невыполнения или нарушения правил техники безопасности учащемуся делается замечание и с ним проводится повторный инструктаж. При злостном нарушении техники безопасности учащийся может быть отчислен из состава учащихся специализированного хореографического класса.

**Календарный учебный график
ДООП «Ритмы танца»**

№	Дата	Кол-во часов	Тема занятия	Форма проведения	Форма контроля	Примечание
1		1	Водное занятие	Беседа	Опрос	
2		1	Продвижение в пространстве	Беседа Практическое занятие	Опрос. Наблюдение. Выполнение упражнений.	
3		1	Продвижение в пространстве	Практическое занятие		
4		1	Продвижение в пространстве	Практическое занятие		
5		1	Продвижение в пространстве	Практическое занятие		
6		1	Продвижение в пространстве	Практическое занятие		
7		1	Продвижение в пространстве	Практическое занятие		
8		1	Продвижение в пространстве	Практическое занятие		
9		1	Продвижение в пространстве	Практическое занятие		
10		1	Ритмико –гимнастические упражнения. Игры под музыку	Беседа Практическое занятие		Опрос. Наблюдение. Выполнение упражнений.
11		1	Ритмико –гимнастические упражнения. Игры под музыку	Практическое занятие		
12		1	Ритмико –гимнастические упражнения. Игры под музыку	Практическое занятие		
13		1	Ритмико –гимнастические упражнения. Игры под музыку	Практическое занятие		
14		1	Ритмико –гимнастические упражнения. Игры под музыку	Практическое занятие		
15		1	Ритмико –гимнастические упражнения. Игры под музыку	Практическое занятие		
16		1	Ритмико –гимнастические упражнения. Игры под музыку	Практическое занятие		
17		1	Ритмико –гимнастические	Практическое занятие		

			упражнения. Игры под музыку			
18		1	Ритмико –гимнастические упражнения. Игры под музыку	Практическое занятие		
19		1	Музыкально – ритмическая композиция	Беседа Практическое занятие	Опрос. Наблюдение. Выполнение упражнений. Просмотр	
20		1	Музыкально – ритмическая композиция	Практическое занятие		
21		1	Музыкально – ритмическая композиция	Практическое занятие		
22		1	Музыкально – ритмическая композиция	Практическое занятие		
23		1	Музыкально – ритмическая композиция	Практическое занятие		
24		1	Музыкально – ритмическая композиция	Практическое занятие		
25		1	Музыкально – ритмическая композиция	Практическое занятие		
26		1	Музыкально – ритмическая композиция	Практическое занятие		
27		1	Музыкально – ритмическая композиция	Практическое занятие		
28		1	Музыкально – ритмическая композиция	Практическое занятие		
29		1	Детский танец:	Беседа Практическое занятие	Опрос. Наблюдение. Выполнение упражнений. Просмотр	
30		1	Детский танец:	Практическое занятие		
31		1	Детский танец:	Практическое занятие		
32		1	Детский танец:	Практическое занятие		
33		1	Детский танец:	Практическое занятие		
34		1	Детский танец:	Практическое занятие		
35		1	Детский танец:	Практическое занятие		

36		1	Детский танец:	Практическое занятие	Опрос. Наблюдение. Выполнение упражнений.	
37		1	Детский танец:	Практическое занятие		
38		1	Детский танец:	Практическое занятие		
39		1	Гимнастика	Беседа Практическое занятие		
40		1	Гимнастика	Практическое занятие		
41		1	Гимнастика	Практическое занятие		
42		1	Гимнастика	Практическое занятие		
43		1	Гимнастика	Практическое занятие		
44		1	Гимнастика	Практическое занятие		
45		1	Гимнастика	Практическое занятие		
46		1	Акробатика	Беседа Практическое занятие	Опрос. Наблюдение. Выполнение упражнений.	
47		1	Акробатика	Практическое занятие		
48		1	Акробатика	Практическое занятие		
49		1	Акробатика	Практическое занятие		
50		1	Акробатика	Практическое занятие		
51		1	Акробатика	Практическое занятие		
52		1	Акробатика	Практическое занятие		
53		1	Акробатика	Практическое занятие		
54		1	Сценическая практика Постановочная работа	Беседа Практическое занятие		Опрос. Наблюдение. Выполнение упражнений. Просмотр танца
55		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
56		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
57		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
58		1	Сценическая практика	Практическое занятие		

			Постановочная работа			
59		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
60		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
61		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
62		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
63		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
64		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
65		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
66		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
67		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
68		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
69		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
70		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
71		1	Сценическая практика Постановочная работа	Практическое занятие		
72		1	Сценическая практика Постановочная работа <i>Итоговое занятие</i>	Практическое занятие	Отчетное занятие	