


**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
« Детский сад комбинированного вида №20» г. Курска**

**ПРИНЯТА:**  
на педагогическом совете  
протокол № 1  
от 27.08.2022 года

**УТВЕРЖДЕНА:**  
приказом и.о. заведующего  
МБДОУ «Детский сад  
комбинированного вида №20»  
С.Е. Богданова  
27.08.2022 года № 251



**Дополнительная общеразвивающая  
программа  
художественной направленности  
«Ритмическая мозаика»**

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 20»

(для детей 5 -7 лет)

Уровень программы: стартовый

Срок реализации – 2 года

Составитель:  
Носова Е. М.  
педагог  
дополнительного  
образования  
по ритмике

г. Курск 2021 г.

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Ритмическая мозаика» имеет художественную направленность.

Дополнительная общеразвивающая программа по ритмике разработана в соответствии с ООП МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 20» и следующими нормативно-правовыми документами:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 21.12.2012, № 273-ФЗ (в ред. от 30.12.2021 г.)

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р)

- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г.)

- Письмо Минобнауки от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»

- Устав МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №20» ( приказ комитета образования г. Курска от 07.08.2019 г. № 224)

- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (приказ от 04.09.2019 г. №22).

Программа реализует художественно-эстетическое направление развития детей дошкольного возраста.

### **Актуальность программы.**

В современном мире ритмика - считается одним из главных способов гармоничного развития ребёнка, обладает огромными возможностями в самореализации и проявления индивидуальности в творчестве.

Дошкольный возраст - один из наиболее важных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается. Двигательная активность и игра как ведущий вид деятельности особенно важны в этом возрастном периоде, поэтому физическому воспитанию должно уделяться как можно больше времени и внимания.

Ритмика - один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-

образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

### **Концепция программы.**

Обучать ритмике необходимо всех детей, развивая в них глубокое "чувствование", проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях. В этом отражается художественное - эстетическое направление программы.

Эффективность ритмики как образовательной программы в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. В связи с этим проблема разработки программы по ритмике с учетом ФГОС становится наиболее актуальной.

Программа «Ритмическая мозаика» формирует у учащихся этические и эстетические нормы и ценности, в целом обеспечивает воспитание культуры повседневного досуга, социальных умений и навыков в межличностных отношениях

### **Отличительные особенности программы.**

Программа «Ритмическая мозаика» имеет два уровня – стартовый, базовый. К стартовому уровню относятся первый год обучения; к базовому уровню относятся второй год обучения. Программный материал включает в себя помимо освоения и совершенствования учащимися основных движений, композиционных построений и сюжетов эстрадного танца, жанров современной музыки, историю танцевального костюма, основы актерского мастерства. В рамках учебной деятельности программой предусмотрено включение в каждое занятие освоение учебного материала и постановочную работу

### **Адресат программы**

Программа предназначена для учащихся от 5 до 7 лет.

Старший дошкольный возраст (5-6 лет). Признаком возраста является начинающееся становление личности, овладение творческой деятельностью, познание и имитация мира человеческих взаимоотношений. Социальная ситуация развития характеризуется разделением системы отношений на две ветви: «ребенок – взрослый» и «ребенок – ребенок». Главной направленностью жизнедеятельности является игра, ведущей деятельностью становится сюжетно ролевая игра. Кризисным моментом возраста является демонстративное поведение, отказ от правил и обязанностей. Появляется потребность в общественно-значимой и общественно-оцениваемой деятельности. Для мотивационной сферы характерно соподчинение мотивов. Возраст характеризуется развивающимся самосознанием, наглядно-образным мышлением, не-

произвольной памятью, целенаправленным анализирующим восприятием. Начинает появляться произвольная память и словесно-логическое мышление.

### **Адресат программы**

Подготовительный дошкольный возраст (6-7 лет). В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости, изяществе. Возрастает умение самостоятельно импровизировать под незнакомую музыку, формируется адекватная самооценка и оценка.

Возрастные особенности детей 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. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

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

### **Объем программы**

Программа «Ритмическая мозаика» рассчитана на 2 года обучения.

Количество часов на каждый год обучения – 72 часа. Всего за два года 144. Форма обучения, виды и режим занятий Форма организации образовательного процесса групповые. Формы обучения: очная в учреждении (групповая); заочная (электронное обучение с применением дистанционных технологий и дистанционное обучение в условиях отмены очных занятий при проведении санитарно-эпидемиологических мероприятий) в соответствии учебным планом и календарным учебным графиком.

Виды учебных занятий: репетиционные, постановочные, участие в конкурсах, смотрах, концертах, посещение мастер-классов по хореографии, концертов различных творческих коллективов.

### **Педагогические принципы**

Программа опирается на **систему педагогических принципов:**

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип деятельного подхода;
- принцип добровольности;
- принцип сознательности и активности учащихся;
- принцип дифференцированного обучения;
- принцип наглядности и доступности;
- принцип «от простого к сложному»;

- принцип систематичности и последовательности;
- принцип связи теории с практикой;
- принцип социокультурного соответствия;
- принцип психологической комфортности в коллективе.

### **Форма, виды обучения и режим занятий**

Формы обучения: очная групповая в учреждении с использованием электронного обучения, с применением дистанционных технологий. Программа адаптирована для реализации в условиях дистанционного обучения (при необходимости). Программа рассчитана на разновозрастные (от 5 до 7 лет) учебные группы с постоянным составом учащихся (группы формируются по возрастному принципу: 5-6 лет, 6-7 лет).

Занятия первого года обучения проводятся 2 раза в неделю по 25 минут, второго года обучения по 30 минут.

## **СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ**

**Цель:** развитие физических, музыкальных и танцевальных способностей учащихся на основе освоения основных элементов классического, народного и эстрадного танца с использованием музыкально-игровых приемов. Достижению поставленной цели способствует решение следующих педагогических задач.

### **Образовательно-предметные задачи:**

- освоить ряд упражнений на развитие гибкости, повышение эластичности связок, укрепление мышц;
- учить приемам и упражнениям на внимание, выносливость, ориентацию в пространстве;
- освоить музыкально-подвижные игры на развитие музыкальных, артистических качеств и танцевальных способностей, игры-инсценировки песен;
- знакомить с элементами музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм, сильные и слабые доли);
- знакомить с основными танцевальными жанрами (полька, вальс, пляска);
- учить соотносить танцевальные движения с началом и окончанием музыкальных фраз, с характером и настроением музыки, с куплетной формой музыкального произведения;
- учить основам групповой синхронности в танце;
- учить основам постановочной работы.

### **Метапредметные задачи:**

- учить определять цели учебной деятельности с помощью педагога;
- учить основам планирования действий;

- учить анализу, оценке результатов учебной деятельности с помощью педагога.
- формировать учебную деятельность в соответствии с планированием;
- учить восприятию и осмыслению информации для достижения поставленной цели;
- учить основам освоения и применения учебной информации;
- формировать потребность в новом знании.
- формировать уважение к мнению собеседника;
- формировать продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.

**Личностные задачи:**

- развивать любознательность и познавательный интерес к хореографии;
- развивать воображение и фантазию;
- развивать внимание, наблюдательность, память;
- развивать наглядно-образное и ассоциативное мышление;
- развивать эстетическое восприятие;
- развивать эмоциональную сферу личности;
- развивать чувство ритма, музыкальную и моторную память;
- развивать прыгучесть, гибкость, основы координации движений;
- развивать способность понимать и передавать танцевальными движениями настроение и характер музыки;
- воспитывать основы здорового образа жизни;
- воспитывать дружелюбие, жизнерадостность;
- воспитывать основы силы воли, дисциплины, ответственности;
- воспитывать чувство коллективизма.

**СОДЕРЖАНИЕ СТАРТОВОГО УРОВНЯ ПРОГРАММЫ  
УЧЕБНЫЙ ПЛАН Первый год обучения**

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	Теория	Практика
1	Организационно-вводное занятие	1	1	
2	Учебно-тренировочная работа	36	6	30
2.1	Ритмика. Элементы музыкальной грамоты	8	1	7
2.2	Элементы народного, современного танца	10	1	9
2.3	Музыкальные игры и этюды	10	1	9

2.4	Импровизации на музыкальные темы	8	1	7
3	Массовые мероприятия учебного характера	9	1	8
4	Репетиционно-постановочная работа	20	2	18
4.1	Постановочная работа	10	1	9
4.2	Репетиционная работа	10	1	9
5	Повторение	6	1	5
	Итого:	72	11	70

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

### 1. Организационно-вводное занятие

Инструктаж по технике безопасности. Внешний вид воспитанников. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время занятий. Взаимоотношения «педагог-учащийся» и отношения между учащимися. Режим. Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям. Музыкально игровые и танцевальные упражнения.

**2. Учебно-тренировочная работа** Характер музыкального произведения (веселый, грустный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (медленно, быстро). Различие динамических оттенков музыки (тихо, громко). Длительность. Акценты. Знакомство с понятием «пауза». Определение сильных и слабых долей. Разнообразные ритмические рисунки на хлопках и шагах. Строение музыкального произведения (вступление, запев, припев). Построение в колонну по одному, по два. Построение в шеренгу. Построение в круг (сужение, расширение круга). Свободное размещение в зале с последующим возвращением в изученные рисунки построения. Понятия «интервал», «дистанция».

**2.2 Элементы народного, современного танца** Упражнения на внимание. Различие правой, левой ноги, руки, плеча. Повороты направо, налево. Ходьба и бег вперед, назад, по кругу; другие рисунки движения по заданию педагога. Положения рук в народном танце: на поясе; за край юбки; за спиной, в общем кругу; в паре (за одну, за две руки). Поднимание и опускание рук при сужении и расширении круга. Элементы народного танца. Боковые приставные шаги по 1, 3 позициям. «Пружинка», «Ковырялочка» (маленькая), «Гармошечка», подскоки, прыжок «Разножка», выпады вправо-влево в координации с руками. Музыкальные игры и этюды. Этюд на хлопках (одинарный,

двойной, тройной, их комбинации). Этюд на притопах (одинарный, двойной, тройной, их комби- 9 нации). Определение танцевальных ритмов (вальс, полька, марш). Музыкально-ритмические игры.

### **2.3. Музыкально-подвижные игры**

Игры на закрепление темпа «медленно», «быстро» и понятие слабой и сильной доли в музыке. Игры на знание жанров музыки: полька, марш, вальс, пляска. Игры на внимание. Игры на развитие танцевальных способностей.

### **2.4 Импровизации на музыкальные темы**

Музыкально-пластическое решение на темы явлений природы.

### **3. Массовые мероприятия учебного характера**

Выступления на концертах. Беседы на темы репертуара. Творческие задания (рисунки, поделки), проекты на темы репертуара.

### **4. Репетиционно-постановочная работа**

4.1. Постановочная работа Постановка танцев, хореографических номеров, мини-композиций. 4.2. Репетиционная работа Отработка танцев, хореографических номеров, мини-композиций, танцевальных элементов и комбинаций.

### **5. Повторение**

Повторение теории и практики изученного материала. Открытые

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ( первый год обучения)**

### **Предметные результаты**

Учащиеся должны знать:

- музыкальные игры;
- элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм);
- основные жанры музыки;
- элементы классического танца (позиции рук и ног, постановка корпуса, экзерсис у станка);
- элементы и движения эстрадного танца;
- основы актёрского мастерства (изображение животных, птиц, сказочных героев);
- правила гигиены, диеты и режим дня танцора.

### **Учащиеся должны уметь:**

- двигаться в такт музыке;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- показывать образы птиц и животных в разных эмоциональных состояниях;



- изображать любимых сказочных героев;
- участвовать в играх на развитие внимания и танцевальных способностей;
- выполнять основные классические движения;
- выполнять хореографические этюды, комбинации на основе освоенных танцевальных движений;
- выполнять простые эстрадные танцевальные движения (позиции рук и ног, постановка корпуса, шаги);
- выполнять простейшие танцевальные построения и перестроения;
- выступать на сцене с простейшими танцами и хореографическими постановками.

### **Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)**

#### **Регулятивные УДД:**

- определение цели учебной деятельности с помощью педагога;
- основы планирования действий;
- учебная деятельность в соответствии с планированием;
- анализ, оценка результатов учебной деятельности с помощью педагога.

#### **Познавательные УДД:**

- восприятие и осмысление информации для достижения поставленной цели;
- основы освоения и применения учебной информации;
- потребность в новом знании.

#### **Коммуникативные УДД:**

- уважение к мнению собеседника;
- продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.

## **Личностные результаты**

#### **Учащимися проявлены:**

- основы наглядно-образного и ассоциативного мышления;
- внимание, память, наблюдательность;
- основы пространственной ориентации;
- координация простых движений, основы моторной памяти;
- выраженная общая и мелкая моторика, растяжка, прыгучесть, гибкость;
- основы чувства ритма, музыкального слуха, музыкальной памяти;
- дружелюбие, жизнерадостность, позитивное групповое взаимодействие;
- любознательность, познавательная активность;
- воображение и фантазия;
- основы силы воли, дисциплинированности, ответственности;
- основы здорового образа жизни;
- общая культура поведения.

## ОЦЕНКА ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ (первый год обучения)

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
	<b>Оценка предметных результатов</b>	
<p><b>Учащиеся в основном усвоили:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- музыкальные игры;</li> <li>- элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм);</li> <li>- жанры музыки (марш, вальс, полька);</li> <li>- элементы и движения эстрадного танца;</li> <li>- основы актёрского мастерства (изображение животных, птиц, сказочных героев);</li> </ul> <p><b>Учащиеся неуверенно или с помощью педагога могут:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двигаться в такт музыке;</li> <li>- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;</li> <li>- показывать образы птиц и животных в разных эмоциональных состояниях;</li> <li>- изображать любимых сказочных героев;</li> </ul> <p>- участвовать в играх на развитие внимания и танцевальных способностей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять основные классические движения;</li> <li>- выполнять хореографические этюды, комбинации на основе освоенных танцевальных движений;</li> <li>- выполнять простые эстрадные танцевальные движения (позиции рук и ног, постановка корпуса, шаги);</li> <li>- выполнять простейшие танцевальные перестроения;</li> <li>- выступать с простейшими танцами и хореографическими</li> </ul>	<p><b>Учащиеся в достаточной мере знают:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- музыкальные игры;</li> <li>- элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм);</li> <li>- жанры музыки (марш, вальс, полька);</li> <li>- элементы классического танца (позиции рук и ног, постановка корпуса, экзерсис у станка);</li> <li>- элементы и движения эстрадного танца;</li> <li>- основы актёрского мастерства (изображение животных, птиц, сказочных героев);</li> </ul> <p><b>Учащиеся могут уверенно:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двигаться в такт музыке;</li> <li>- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;</li> <li>- показывать образы птиц и животных в разных эмоциональных состояниях;</li> <li>- изображать любимых сказочных героев;</li> <li>- участвовать в играх на развитие внимания и танцевальных способностей;</li> <li>- выполнять основные классические движения;</li> <li>- выполнять хореографические этюды, комбинации на основе освоенных танцевальных движений;</li> <li>- выполнять простые эстрадные танцевальные движения (позиции рук и ног, постановка корпуса, шаги);</li> <li>- выполнять простейшие танцевальные построения и пере-</li> </ul>	<p><b>Учащиеся полностью представляют:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- музыкальные игры;</li> <li>- элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм);</li> <li>- жанры музыки (марш, вальс, полька);</li> <li>- элементы классического танца (позиции рук и ног, постановка корпуса);</li> <li>- элементы и движения эстрадного танца;</li> <li>- основы актёрского мастерства (изображение животных, птиц, сказочных героев);</li> </ul> <p><b>Учащиеся могут свободно:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двигаться в такт музыке;</li> <li>- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;</li> <li>- показывать образы птиц и животных в разных эмоциональных состояниях;</li> <li>- изображать любимых сказочных героев;</li> <li>- участвовать в играх на развитие внимания и танцевальных способностей;</li> <li>- выполнять основные классические движения;</li> <li>- выполнять ритмические движения, комбинации на основе освоенных танцевальных движений;</li> <li>- выполнять простые эстрадные танцевальные движения (позиции рук и ног, постановка корпуса, шаги);</li> <li>- выполнять простейшие танцевальные построения и перестроения;</li> <li>- выступать с простейшими танцами и хореографическими по-</li> </ul>

<p>постановками.</p>	<p>строения; - выступать с простейшими танцами и хореографическими постановками.</p>	<p>становками.</p>
<p><b>Недостаточно развиты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-определение цели учебной деятельности с помощью педагога;</li> <li>- основы планирования действий;</li> <li>- учебная деятельность в соответствии с планированием;</li> <li>- анализ, оценка результатов учебной деятельности с помощью педагога;</li> <li>- восприятие и осмысление информации для достижения поставленной цели;</li> <li>- основы освоения и применения учебной информации;</li> <li>- потребность в новом знании;</li> <li>- уважение к мнению собеседника;</li> <li>- продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.</li> </ul>	<p><b>Оценка метапредметных результатов</b></p> <p><b>Достаточно развиты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определение цели учебной деятельности с помощью педагога;</li> <li>- основы планирования действий;</li> <li>- учебная деятельность в соответствии с планированием;</li> <li>- анализ, оценка результатов учебной деятельности с помощью педагога;</li> <li>- восприятие и осмысление информации для достижения поставленной цели; <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы освоения и применения учебной информации;</li> </ul> </li> <li>- потребность в новом знании;</li> <li>- уважение к мнению собеседника; <ul style="list-style-type: none"> <li>- продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Уверенно развиты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определение цели учебной деятельности с помощью педагога;</li> <li>- основы планирования действий;</li> <li>- учебная деятельность в соответствии с планированием;</li> <li>- анализ, оценка результатов учебной деятельности с помощью педагога;</li> <li>- восприятие и осмысление информации для достижения поставленной цели;</li> <li>- основы освоения и применения учебной информации; <ul style="list-style-type: none"> <li>- потребность в новом знании;</li> </ul> </li> <li>- уважение к мнению собеседника;</li> <li>- продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.</li> </ul>

<p><b>Достаточно проявлены:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы наглядно-образного и ассоциативного мышления;</li> <li>- внимание, память, наблюдательность;</li> <li>- основы пространственной ориентации;</li> <li>- координация простых движений, основы моторной памяти;</li> <li>- выраженная общая и мелкая моторика, растяжка, прыгучесть, гибкость;</li> <li>- основы чувства ритма, музыкального слуха, музыкальной памяти;</li> <li>- дружелюбие, жизнерадостность, позитивное групповое взаимодействие;</li> <li>- любознательность, познавательная активность;</li> <li>- воображение и фантазия;</li> <li>- основы силы воли, дисциплинированности, ответственности;</li> <li>- основы здорового образа жизни;</li> <li>- общая культура поведения.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Оценка личностных результатов</b></p> <p><b>Уверенно проявлены:</b> - основы наглядно-образного и ассоциативного мышления;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- внимание, память, наблюдательность;</li> <li>- основы пространственной ориентации;</li> <li>- координация простых движений, основы моторной памяти;</li> <li>- выраженная общая и мелкая моторика, растяжка, прыгучесть, гибкость;</li> <li>- основы чувства ритма, музыкального слуха, музыкальной памяти;</li> <li>- дружелюбие, жизнерадостность, позитивное групповое взаимодействие;</li> <li>- любознательность, познавательная активность;</li> <li>- воображение и фантазия;</li> <li>- основы силы воли, дисциплинированности, ответственности;</li> <li>- основы здорового образа жизни;</li> <li>- общая культура поведения</li> </ul>	<p><b>Недостаточно проявлены:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы наглядно-образного и ассоциативного мышления;</li> <li>- внимание, память, наблюдательность;</li> <li>- основы пространственной ориентации;</li> <li>- координация простых движений, основы моторной памяти;</li> <li>- выраженная общая и мелкая моторика, растяжка, прыгучесть, гибкость;</li> <li>- основы чувства ритма, музыкального слуха, музыкальной памяти;</li> <li>- дружелюбие, жизнерадостность, позитивное групповое взаимодействие;</li> <li>- любознательность, познавательная активность;</li> <li>- воображение и фантазия;</li> <li>- основы силы воли, дисциплинированности, ответственности;</li> <li>- основы здорового образа жизни;</li> <li>- общая культура поведения.</li> </ul>
---	---	---

## **Второй год обучения**

**Цель:** развитие исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся через освоение базовых основ хореографии эстрадного танца. Достижению поставленной цели способствует решение следующих педагогических задач.

### **Образовательно-предметные задачи:**

- учить основам музыкальной грамоты (динамичные оттенки музыки, сильные и слабые доли);
- учить названиям базовых элементов танца.
- учить названиям базовых элементов эстрадного танца;
- учить выполнять базовые элементы классического экзерсиса;
- учить выполнять основные элементы и связки эстрадного танца;
- учить синхронному выполнению танцевальных движений при групповом исполнении танца;
- учить технике исполнения различных современных танцевальных стилей и направлений;
- учить танцевать на сцене в условиях ограниченного пространства;
- формировать способность к импровизации на основе творческих заданий;
- учить основам актёрского мастерства;
- учить технике правильного дыхания;

### **Метапредметные задачи:**

- учить самостоятельному целеполаганию и планированию действий;
- учить самостоятельному выполнению планируемых действий;
- учить рефлексии, объективному самоанализу и оценке своих результатов;
- учить самостоятельному поиску и коррекции ошибок;
- формировать адекватное восприятие оценки своей деятельности со стороны других людей;
- формировать и поддерживать преодоление импульсивности.
- учить выделять основную и второстепенную информацию;
- формировать навыки самостоятельного поиска необходимой информации;
- формировать навыки ориентирования в осваиваемой системе знаний и умений;
- развивать способность к анализу нового знания, сравнения с уже известным;
- формировать навыки продуктивного освоения и применения новой учебной информации;
- учить проявлять инициативу и взаимодействие в процессе учебного со-

трудничества;

- развивать способность интегрироваться в коллектив;
- воспитывать продуктивное взаимодействие в коллективе;
- воспитывать стремление к взаимоподдержке и взаимопомощи;
- воспитывать адекватное восприятие конструктивной критики;
- учить оптимальным способам разрешения конфликтов и недоразумений.

### **Личностные задачи:**

- развивать ассоциативно-образное, аналитическое, пространственное мышление;
- развивать направленное устойчивое внимание, долговременную память;
- развивать каналы восприятия (зрительный, слуховой, сенсорный);
- развивать и совершенствовать моторику, мышечную память;
- развивать чувство равновесия, координацию движений;
- развивать музыкальный слух, чувство ритма, сценическую пластику;
- развивать чувство ансамбля в хореографических композициях;
- развивать артистические способности (способность к перевоплощению, выражению чувств в танце, созданию художественного образа средствами хореографии, эмоциональность);
- развивать выносливость, способность к многократному повторению движений;
- корректировать отклонения физического развития, укреплять мышечный аппарат;
- формировать способности к танцевальной импровизации;
- воспитывать и поддерживать патриотические чувства и представления;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни;
- формировать соматическую культуру (правильная осанка, красивая походка, точные жесты);
- формировать художественно-эстетический вкус (грим, костюм, движение, пластика); - воспитывать объективную самооценку;
- формировать личностные качества учащихся (воля, настойчивость, ответственность, работоспособность, самодисциплина, аккуратность, трудолюбие, самостоятельность, скромность, чувство собственного достоинства);
- воспитывать толерантность к другим типам танцевальной культуры; - формировать ситуацию успеха;
- формировать танцевально-сценический этикет и культуру поведения за кулисами, в зрительном зале, на сцене.

## СОДЕРЖАНИЕ СТАРТОВОГО УРОВНЯ ПРОГРАММЫ

### Второй год обучения

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ	Всего часов	Теория	Практика
1	Организационно-вводное занятие	1	1	
2	Учебно-тренировочная работа	37	5	32
2.1	Ритмика. Элементы музыкальной грамоты	10	1	9
2.2	Элементы народного, современного танца	8	1	7
2.3	Музыкальные игры и этюды	8	1	7
2.4	Импровизации на музыкальные темы	6	1	5
2.5	Азбука классического танца	5	1	4
3	Массовые мероприятия учебного характера	8	1	7
4	Репетиционно-постановочная работа	20	2	18
4.1	Постановочная работа	10	1	9
4.2	Репетиционная работа	10	1	9
5	Повторение	6	1	5
	Итого:	72	10	62

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

## **Организационно-вводное занятие**

Инструктаж по технике безопасности. Дисциплина во время занятий. Режим и гигиена. Разминка. Музыкально-игровые и танцевальные упражнения.

## **2. Учебно-тренировочная работа**

### **2.1. Ритмика. Элементы музыкальной грамоты.**

Характер музыкального произведения (спокойный, торжественный). Темп (очень медленно, очень быстро). Динамические оттенки (очень тихо, очень громко). Длительность. Ритмический рисунок. Акценты. Музыкальный размер (тактирование двухдольного, трехдольного). Умение воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки. Паузы.

### **2.2. Элементы народного, современного танца**

Народный танец. «Ковырялочка», шаг польки, «Моталочка», медленный русский ход. Притопы. Современный танец.

### **2.3. Музыкальные игры и этюды Музыкально-ритмические игры.**

Упражнения на ориентацию в пространстве. Этюд на хлопках (одинарный, двойной, тройной и т.д.). Этюд на притопах (одинарный, двойной, тройной и т.д.). Игры на музыкальное развитие. Игры на развитие танцевальных способностей. Игры на развитие артистических качеств. Танцевальные этюды на развитие гибкости, пространственной координации, точности движений.

### **2.4. Импровизации на музыкальные темы**

Импровизация образов.

### **2.4. Азбука классического танца**

Экзерсис на середине зала. Шаг на полупальцах. 1, 2, 3, 4, 5, 6 позиции ног. Подготовительное положение рук. 1, 2, 3 позиции рук. Соте по 6 позиции. Постановка корпуса, головы. Релеве по 1, 2, 6 позиции. 2.5. Импровизации на музыкальные темы Музыкально-пластическое решение на темы явлений природы.

## **3. Массовые мероприятия учебного характера**



Выступление на концертах, смотрах. Беседы на темы репертуара. Творческие задания (рисунки, поделки) на темы репертуара.

#### 4. Репетиционно-постановочная работа

4.1. Постановочная работа Постановка танцев, хореографических номеров, мини-композиций.

4.2. Репетиционная работа. Отработка танцев, хореографических номеров, мини-композиций, сложных элементов.

#### 5. Повторение

Повторение теории и практики изученного материала. Открытые занятия.

### ОЦЕНКА ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ НА БАЗОВОМ УРОВНЕ

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
<p><b>Учащиеся в основном усвоили:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- жанры музыки (марш, вальс, полька);</li> <li>- элементы классического танца (позиции рук и ног, постановка корпуса);</li> <li>- элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм);</li> <li>- элементы музыкальной грамоты (динамические оттенки музыки, сильные и слабые доли);</li> <li>- элементы и движения классического, русского, эстрадного танца на середине;</li> <li>- заключительных аккордов значение вступительных и в упражнениях;</li> <li>- технику дыхания;</li> <li>- основные жанры и виды эстрадного танца, стилизованного русского и народного танца;</li> <li>- основные движения и танцевальные связки.</li> <li>- ориентироваться в пространстве;</li> </ul>	<p><b>Оценка предметных результатов</b></p> <p><b>Учащиеся достаточно знают:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- элементы и движения эстрадного танца;</li> <li>- элементы музыкальной грамоты (динамические оттенки музыки, сильные и слабые доли, куплетная форма);</li> <li>- элементы и движения классического, русского, на середине;</li> <li>- значение вступительных и заключительных аккордов в упражнениях;</li> <li>- технику дыхания;</li> <li>- основные жанры и виды эстрадного танца, стилизованного русского и народного танца;</li> <li>- основные движения и связки эстрадного танца.</li> </ul> <p><b>Учащиеся могут уверенно:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять базовые элементы классического экзерсиса;</li> <li>- выполнять основные элементы и связки эстрадного танца;</li> <li>- выполнять базовые основы танцевальных акробатических трюков;</li> </ul>	<p><b>Учащиеся полностью представляют:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- элементы музыкальной грамоты (динамические оттенки музыки, сильные и слабые доли);</li> <li>- элементы и движения эстрадного танца;</li> <li>- элементы классического танца (позиции рук и ног, постановка корпуса);</li> <li>- правильно и выразительно выполнять основные движения под музыку, танцевальные элементы, характерные и образные движения;</li> <li>- выполнения построения и перестроения в танцах и плясках;</li> </ul> <p><b>Учащиеся могут свободно:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять базовые элементы классического экзерсиса;</li> <li>- выполнять основные элемен-</li> </ul>

<p><b>Учащиеся неуверенно или с помощью педагога могут:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять базовые элементы классического экзерсиса;</li> <li>- выполнять основные элементы и связки эстрадного танца;</li> <li>- синхронно выполнять танцевальные движения при групповом исполнении танца;</li> <li>- владеть техникой исполнения различных современных танцевальных стилей и направлений;</li> <li>- ориентироваться в пространстве;</li> <li>- создавать художественный образ;</li> <li>- импровизировать на основе творческих заданий;</li> <li>- владеть техникой правильного дыхания;</li> <li>- исполнять танцевальные композиции, предусмотренные репертуарным планом;</li> <li>- самостоятельно составлять и исполнять танцевальные комбинации и этюды на пройденном материале по заданию педагога;</li> </ul> <p><b>Недостаточно развиты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельное выполнение планируемых действий;</li> <li>- рефлексия, объективный самоанализ и оценка своих результатов;</li> <li>- самостоятельный поиск и коррекция ошибок;</li> <li>- адекватное восприятие чужой оценки своей деятельности;</li> <li>- преодоление импульсивности; - выделение основной и второстепенной информации;</li> <li>- самостоятельный поиск необходимой информации;</li> <li>- ориентирование в осваиваемой системе знаний и умений;</li> <li>- продуктивное освоение и применение новой учебной информации;</li> <li>- владение способами инициативы и взаимодействия в процессе учебного сотрудничества; - способность интегрироваться в коллектив;</li> <li>- продуктивное взаимодействие в</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- синхронно выполнять танцевальные движения при групповом исполнении танца;</li> <li>- ориентироваться в пространстве сцены;</li> <li>- создавать художественный образ;</li> <li>- импровизировать на основе творческих заданий;</li> <li>- исполнять танцевальные композиции, предусмотренные репертуарным планом;</li> <li>- самостоятельно составлять и исполнять танцевальные комбинации и этюды на пройденном материале по заданию педагога;</li> <li>- выполнять ритмические упражнения с музыкальным заданием;</li> <li>- различать простейшие музыкальные понятия, понимать характер выразительно двигаться в соответствии с характером и ритмом музыки музыкального образа;</li> </ul> <p><b>Оценка метапредметных результатов:</b></p> <p><b>Достаточно развиты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельное выполнение планируемых действий;</li> <li>- рефлексия, объективный самоанализ и оценка своих результатов;</li> <li>- самостоятельный поиск и коррекция ошибок;</li> <li>- адекватное восприятие чужой оценки своей деятельности;</li> <li>- преодоление импульсивности;</li> <li>- выделение основной и второстепенной информации;</li> <li>- самостоятельный поиск необходимой информации;</li> <li>- ориентирование в осваиваемой системе знаний и умений;</li> <li>- способность к анализу нового знания, сравнение с уже известным;</li> <li>- продуктивное освоение и применение новой учебной информации.</li> <li>- владение способами инициативы и взаимодействия в процессе учебного сотрудничества;</li> </ul>	<p>ты и связки эстрадного танца;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять базовые основы танцевальных акробатических трюков;</li> <li>- синхронно выполнять танцевальные движения при групповом исполнении танца;</li> <li>- владеть техникой исполнения различных современных танцевальных стилей и направлений;</li> <li>- ориентироваться в пространстве сцены;</li> <li>- владеть техникой правильного дыхания;</li> <li>- исполнять танцевальные композиции, предусмотренные репертуарным планом;</li> <li>- самостоятельно составлять и исполнять танцевальные комбинации и этюды на пройденном материале по заданию педагога;</li> </ul> <p><b>Уверенно развиты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельное планирование действий;</li> <li>- самостоятельное выполнение планируемых действий;</li> <li>- рефлексия, объективный самоанализ и оценка своих результатов;</li> <li>- самостоятельный поиск и коррекция ошибок;</li> <li>- адекватное восприятие чужой оценки своей деятельности;</li> <li>- преодоление импульсивности;</li> <li>- выделение основной и второстепенной информации;</li> <li>- самостоятельный поиск необходимой информации;</li> <li>- ориентирование в осваиваемой системе знаний и умений;</li> <li>- способность к анализу ново-</li> </ul>
---	---	---

<p>коллективе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способность к адекватному аргументированию в обсуждении, в споре, в поиске решений;</li> <li>- адекватное восприятие конструктивной критики;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способность интегрироваться в коллектив;</li> <li>- продуктивное взаимодействие в коллективе;</li> <li>- взаимоподдержка и взаимопомощь;</li> <li>- способность к адекватному аргументированию в обсуждении, в споре, в поиске решений;</li> <li>- адекватное восприятие конструктивной критики;</li> </ul>	<p>го знания, сравнение с уже известным;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- продуктивное освоение и применение новой учебной информации.</li> <li>- владение способами инициативы и взаимодействия в процессе учебного сотрудничества;</li> <li>- способность интегрироваться в коллектив;</li> <li>- продуктивное взаимодействие в коллективе;</li> <li>- взаимоподдержка и взаимопомощь;</li> <li>- способность к адекватному аргументированию в обсуждении, в споре, в поиске решений;</li> <li>- адекватное восприятие конструктивной критики;</li> </ul>
<p><b>Недостаточно проявлены:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ассоциативно-образное, аналитическое, пространственное мышление;</li> <li>- направленное устойчивое внимание, долговременная память;</li> <li>- развитые каналы восприятия (зрительный, слуховой, сенсорный);</li> <li>- чувство равновесия, координация движений;</li> <li>- развитая моторика, музыкальная и мышечная память;</li> <li>- музыкальный слух, чувство ритма, сценическая пластика;</li> <li>- развитое чувство ансамбля в хореографических композициях;</li> <li>- развитые артистические способности к перевоплощению, выражению чувств в танце, созданию художественного образа средствами хореографии);</li> <li>- развитая выносливость, способность к многократному по-</li> </ul>	<p><b>Оценка личностных результатов</b></p> <p><b>Достаточно проявлены:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ассоциативно-образное, аналитическое, пространственное мышление;</li> <li>- направленное устойчивое внимание, долговременная память;</li> <li>- развитые каналы восприятия (зрительный, слуховой, сенсорный);</li> <li>- чувство равновесия, координация движений;</li> <li>- развитая моторика, музыкальная и мышечная память;</li> <li>- музыкальный слух, чувство ритма, сценическая пластика;</li> <li>- развитые артистические способности к перевоплощению, выражению чувств в танце, созданию художественного образа средствами ритмики);</li> <li>- развитая выносливость, способность к многократному повторению движений;</li> <li>- усиленный мышечный аппарат, гибкость, улучшенная осанка;</li> <li>- способность к танцевальной импровизации;</li> </ul>	<p><b>Уверенно проявлены:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ассоциативно-образное, аналитическое, пространственное мышление;</li> <li>- направленное устойчивое внимание, долговременная память;</li> <li>- развитые каналы восприятия (зрительный, слуховой, сенсорный);</li> <li>- чувство равновесия, координация движений;</li> <li>- развитая моторика, музыкальная и мышечная память;</li> <li>- музыкальный слух, чувство ритма, сценическая пластика;</li> <li>- развитое чувство ансамбля в хореографических композициях;</li> <li>- развитые артистические способности к перевоплощению, выражению чувств в танце, созданию художественного образа средствами хореографии);</li> <li>- развитая выносливость, спо-</li> </ul>

<p>вторению движений; - усиленный мышечный аппарат, гибкость, улучшенная осанка;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способность к танцевальной импровизации;</li> <li>- патриотические чувства и представления;</li> <li>- потребность в здоровом образе жизни;</li> <li>- правильная осанка.</li> <li>- объективная самооценка;</li> <li>- толерантность к другим типам танцевальной культуры;</li> <li>- способность достигать и переживать ситуацию успеха;</li> <li>- танцевально-сценический этикет и культура поведения.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- патриотические чувства и представления;</li> <li>- потребность в здоровом образе жизни;</li> <li>- правильная осанка, красивая походка, точные жесты как элементы соматической культуры;</li> <li>- художественно-эстетический вкус (грим, костюм, движение, пластика, эмоции);</li> <li>- объективная самооценка;</li> <li>- положительные личностные качества (воля, настойчивость, ответственность, работоспособность, самодисциплина, аккуратность, трудолюбие, самостоятельность, скромность, чувство собственного достоинства);</li> <li>- способность достигать и переживать ситуацию успеха;</li> <li>- танцевально-сценический этикет и культура поведения.</li> </ul>	<p>способность к многократному повторению движений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- усиленный мышечный аппарат, гибкость, улучшенная осанка;</li> <li>- патриотические чувства и представления;</li> <li>- способность к танцевальной импровизации потребность в здоровом образе;</li> <li>- правильная осанка, красивая походка, точные жесты;</li> <li>- объективная самооценка;</li> <li>- положительные личностные качества (воля, настойчивость, ответственность, работоспособность, самодисциплина, аккуратность, трудолюбие, самостоятельность, скромность, чувство собственного достоинства);</li> <li>- танцевально-сценический этикет и культура поведения;</li> </ul>
---	--	---

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Календарное тематическое планирование.**

Календарный учебный график является составной частью программы, содержащей комплекс основных характеристик образования и определяющей даты и окончания учебных периодов/этапов, количество учебных недель, сроки контрольных процедур, и составляется для каждой учебной группы.

### **Материально-технические условия**

Специализированный зал, музыкальный центр, телевизор компьютер (ноутбук), DVD-проигрыватель, видеокамера, подборка музыкального сопровождения подборка CD-дисков, USB-флеш-накопители, аптечка, репетиционные и сценические костюмы, реквизит.

### **Информационные и методические условия**

#### **Формы отслеживания и демонстрации образовательных результатов**

Для отслеживания и демонстрации образовательных результатов применяются следующие формы:

- журнал учета работы педагога;
- собеседование;
- наблюдение;
- опросы;
- творческие задания;
- конкурсные выступления;
- контрольное занятие по полугодиям;
- концертные выступления на мероприятиях ;
- открытые занятия;
- фотоматериалы (участие в конкурсах и мероприятиях);
- поступление выпускников в профессиональные образовательные учреждения по профилю;
- мониторинг учебной эффективности;
- мониторинг предметных, метапредметных, личностных результатов обучения.

## **Оценочные материалы**

Для проверки и оценки достигнутых результатов на каждом уровне обучения используются материалы электронного мониторинга и материалы приложений.

## **Дидактические материалы**

На занятиях по ритмике используются следующие дидактические материалы: сборники по хореографии, аудио- и видеоматериалы, методические пособия. Методы обучения В процессе реализации программы применяются следующие методы и приёмы обучения:

- наглядно-слуховой метод (личный показ педагога с объяснением);
- наглядно-зрительный метод (личный показ педагога, просмотр видеоматериалов);
- словесный метод (рассказ, объяснение);
- практический метод (упражнения на растяжку, многократное повторение танцевальных движений)
- репродуктивный метод (объяснение нового материала на основе пройденного);
- метод формирования интереса к учению (игра, создание ситуаций успеха, приёмы занимательности);
- проблемный (поиск способов разрешения проблемных ситуаций, преодоление трудностей).
- проектный метод (работа над проектами, творческие работы: поделки, рисунки, беседы, объяснение, показ, защита проектов).
- метод самоконтроля, формирования ответственности в обучении (самостоятельная работа учащихся, подготовка к выступлениям, анализ собственного исполнения);
- метод контроля (показ изученного, творческие задания, защита проектов).

## **Методы воспитания**

Для формирования и развития положительных личностных качеств учащихся необходимо применять методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация, создание ситуации успеха и др.

## **Формы организации учебного занятия**

На учебных занятиях используются различные формы организации учебного занятия. При этом оптимальным является применение нескольких форм на одном занятии по выбору педагога. Формы организации занятия: игра, наблюдение, беседа, встреча с интересными людьми, практическое занятие, соединение теории и практики, мастер-класс, открытое занятие, отчётный концерт.

## **Педагогические технологии**

В образовательном процессе используются следующие инновационные педагогические технологии: технология развивающего обучения, технология группового обучения, технология дифференцированного обучения, технологии сотрудничества, технология коллективного взаимообучения, технология разноуровневого обучения, технология проблемного обучения, технология проектной деятельности, технология коллективной творческой деятельности, технология развития критического мышления, здоровьесберегающая технология, технология игровой деятельности, технология создания ситуации успеха, технология портфолио.

### **Алгоритм учебного занятия**

#### **1. Организационный этап**

#### **2. Организация учащихся на занятии.** Сообщение темы и цели занятия.

Психофизический настрой на занятие. Музыкально-игровые и танцевальные упражнения.

#### **3. Основной этап**

Учебно-тренировочная работа. Классический и эстрадный танец. Экзерсис у станка, на середине зала. Этюды на музыкальные темы. Танцевальные упражнения на пластику, равновесие, гибкость, чувство пространства. Разучивание и отработка основных движений эстрадного танца, комбинаций, связок ( в группе).

Репетиционно-постановочная работа

Постановка и отработка хореографических номеров на основе учебного материала. Работа над воплощением образа и раскрытием хореографического сюжета.

#### **4. Заключительный этап**

Подведение итогов занятия. Анализ и обсуждение, рефлексия.

### **Из опыта работы педагога**

В процессе освоения программы воспитанники получают широкое представление об ритмике. Музыкальный материал для сопровождения занятий по ритмике включает в себя песни российских исполнителей, различные танцевальные мелодии современных композиторов, в соответствии с возрастом детей, что способствует знакомству с современной песенной культурой, воспитывает художественный вкус учащихся, закладывает основы патриотического воспитания. Большое внимание в программе уделено тренировочным упражнениям и танцевальным движениям классического и стилизованного танца. В программу включены задания по танцевальной импровизации на основе разучиваемых движений. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками. Основой работы по программе является репертуар, составляемый по принципу художественной ценности и педагогической целесообразности, позволяющий решать образовательно-воспитательные задачи на каждом этапе обучения, с учётом перспективы дальнейшего развития коллектива. Программный материал выстроен по годам обучения в порядке возрастания сложности хореографического материала и условно разделён на отдельные тематические разделы. Границы разделов условны, поэтому в процессе занятий сохраняется целостность процесса работы над конкретным репертуаром. Занимаясь по программе «Ритмическая мозаика», учащиеся учатся раскрывать и передавать внутренний мир человека танцевальными движениями, добиваясь легкости и выразительности исполнения, а также получают знания о теории и практике хореографического искусства, его специфике и особенностях. Обязательные для каждого занятия разминки и растяжки способствуют укреплению здоровья, выносливости, гибкости, координации, совершенствуют двигательную активность. В процессе обучения применяются коллективные формы обучения, обеспечивающие развитие социальных умений и навыков. Тщательная отработка танцевальных элементов каждым учащимся обеспечивает его личностный рост, формирует ситуацию успеха, способствует созданию положительной психологической атмосферы в коллективе.



## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ.

- 1.. Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 21.12.2012, № 273-ФЗ (Ст. 2: пп. 9, 25, 28; Ст. 12: пп. 4, 5; Ст. 13: п.1; Ст.28: п.3 п.п. 6, п. 6 п.п. 1; Ст.75: пп. 2,4).
2. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». 1. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных учреждений дополнительного образования детей»  
. 2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (приказ Минобрнауки РФ от 06.10.2009 г. № 373 в ред. Приказов от 26.11.2010 г. № 1241, от 22.09.2011 г. № 2573)
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2010 г. № 1897).
4. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) образования (приказ Минобрнауки РФ от 17.05.2012 г. № 413)
5. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 г. № 2106 «Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»  
. 6. Концепция развития дополнительного образования (утвержденная Постановлением правительства РФ от 04.09.2014 года №1726-р).
7. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 г. N 729-р. «Разработка предложений о сроках реализации дополнительных общеразвивающих программ», пункт 17 Плана мероприятий на 2015-2020 годы по 47 реализации Концепции развития дополнительного образования детей.
8. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «О направлении информации». Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).
9. Базарова Н.П. «Классический танец» 1984г. 10. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. – М. : АйрисПресс : Рольф, 1999. – 262с.
10. Письмо Минобрнауки России от 12.05.2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС общего образования».

11. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березина; Министерство образования и науки Российской Федерации. – Москва: Диалог культур, 2007. – 511, с.
12. Боголюбская М. «Учебно-воспитательная работа в детских саомдеятельных коллективах». – М., 1982 г.
13. Буйлова Л.Н. Современные подходы к разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ [Текст] / Л. Н. Буйлова // Молодой ученый. – 2015. – №15. – С. 567-572.4. Базарова И.В. Азбука классического танца. – М. 1964 г.
14. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 «Педагогика доп. Образования» / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. – М. : Владос, 2002. – 348 с.
15. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. – Ростов н/Д. : Феникс, 2003. – 223 с. :
16. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец : История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. – М.: ГИТИС, 2000. – 438с.
17. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания /В.Ю. Никитин. – М.: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. – 158 с.
18. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей: Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 541, [1] с.
19. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) – Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.] ; Под ред. А. В. Мудрика. – М. : Academia, 2004. – 240 с.
20. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов вузов / [Лебедев О.Е. и др.] ; Под ред. О. Е. Лебедева. – М.: Владос, 2003 (Петрозаводск : ГП Тип. им. П.Ф.Анохина). – 254 с
21. С.Л.Слущкая «Танцевальная мозаика» - М.Линка-пресс,2006 г.
22. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. – СПб, Композитор, 2005.
23. Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. – СПб.: Пионер, 2000

## ПРИЛОЖЕНИЯ К ПРОГРАММЕ

### Приложение 1

#### ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

##### Первый год обучения

Упражнения партерной гимнастики .Упражнения на развитие гибкость

##### «Кошка злится».

Стоя на коленях, попеременно округлять и прогибать спину. Музыкальный размер – 2/4.

##### «Лисичкин хвост».

Стоя на коленях, обе ноги приподнять и покачивать из стороны в сторону-руки на полу. Музыкальный размер – 2/4.

##### «Коробочка».

Лежа на животе, достать носками голову.

Музыкальный размер – 3/4. Упражнения на укрепление мышц спины

##### «Лодочка».

Положение лежа лицом вниз, руки вытянуты вперед.

Раскачивание на животе – руки вверх, ноги вверх попеременно.

Музыкальный размер – 2/4.

«Серебряное копытце». Стоя на коленях, подтянуть ногу к груди, голова вниз. Затем Поднимание по очереди вытянутых ног, лежа на спине. Руки под головой. Музыкальный размер – 2/4.

«Арбуз». Поднять обе ноги вверх, развести в стороны как можно шире, опустить на пол и соединить их вместе. Музыкальный размер – 3/4.

«Сгруппирование». Руки за головой, лбом достать колени согнутых ног. Музыкальный размер – 2/4. 46

«Ветерок». Стоя на коленях, как можно дальше отклониться назад и вернуться в исходное положение, руки опущены вдоль корпуса. Музыкальный размер – 3/4.

«Лягушка». Сидя на полу, соединить стопы согнутых ног и опустить колени эту же ногу резко вытянуть назад, голова поднимается вверх. Музыкальный размер – 2/4.

**«Самолет».** Лежа на животе, как можно выше поднять вытянутые ноги и руки в стороны, сильно прогнуться. Музыкальный размер – 3/4. Упражнения на эластичность мышц и сухожилий Положение сидя, обе ноги вытянуты вперед, носки и пятки соединены, руки на поясе. Сокращение и вытягивание подъёма, сначала поочередно, затем двумя ногами вместе. Музыкальный размер – 2/. Рисование одними носками круг движением от себя, к себе. Музыкальный размер – 3/4.

. **«Часики».** Сидя на полу, развести ноги в стороны, как можно шире. «Тик» – наклон к правой ноге, «так» – наклон к левой ноге. «Часики» сломались – лечь грудью вперед на пол. Музыкальный размер – 2/4.

**«Давай дружить».** Игра на закрепление темпа «медленно», «быстро» и понятие слабой и сильной доли в музыке. «Музыкальный поезд». Игра на знание жанров музыки: полька, марш, вальс, пляска.

**«Ходим кругом друг за другом».** Повторение движений за выбранным ведущим.

**«Прыг-хлоп», «Золотые ворота».** Игры на внимание. «Пляшем как хотим». Игра на импровизацию.

## **Второй год обучения**

**Упражнения партерной гимнастики .Упражнения на развитие гибкости**

**«Горка».** Прогиб назад, стоя на коленях.

**«Кошечка».** Стоя на коленях, попеременно округлять и прогибать спину.

**«Мостик»** из положения лежа.

**«Складочка»** сидя. Сидя на полу, наклонить корпус, коснуться ладонями вытянутых носочков ног.

**«Лягушка»** лежа на животе. Упражнения на укрепление силы мышц Кувырок назад, вперед.

**«Березка».** Лежа на полу, ноги вверх, поддерживать туловище руками.

**«Складочка»** стоя. Стоя на полу, наклонить корпус, коснуться ладонями вытянутых носочков ног. Упражнения на улучшение эластичности мышц и связок Вращение стоп. Сидя на полу, стопы вращать вовне и вовнутрь.

**«Велосипед».** Лежа на спине, ноги поднять, согнуть в коленях, имитировать вращение педалей велосипеда. Правый и левый шпагаты.

**«Кошка тянет лапки».** Стоя на коленях, поднять вытянутую ногу назад как можно выше.

**«Лодочка качается».** Положение лежа лицом вниз, руки вытянуты вперед. Раскачивание на животе – руки вверх, ноги вверх – попеременно. «Березка» с переворотом через плечо назад на одно колено.

**«Качалочка».** Лежа на животе, достать руками стопы, раскачиваться. Музыкально-подвижные игры Игры на развитие музыкальных качеств 47

**«Давай дружить».**

**«Музыкальный поезд».** Игры на развитие танцевальных способностей «Топай, хлопай», игра-переключка. Одна группа обучающихся топает в различных ритмах, вторая повторяет тот же ритм, хлопая.

**«Зеркало»**, игра по парам. Повторять движения партнеров. «Лавата». Сочетание ритмичных хлопков и бега. Игры на развитие артистических качеств **«Утро в березовой роще».** Корпус – «ствол», руки – «ветви»; показать, как «просыпается» березка.

**«Море волнуется – раз!»** Движение под музыку, музыка резко обрывается, играющие застывают в различных позах, водящий выбирает самую интересную «фигуру».

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 349a00658ff27936f4107e205e83908e0f941efe

Владелец: Полякова Ольга Викторовна

Действителен: с 20.01.2022 по 20.04.2023

