

**Департамент образования администрации г. Иркутска
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного
образования города Иркутска «Дворец детского и юношеского творчества»**

РЕКОМЕНДОВАНА
решением методического совета
МАОУ ДО г. Иркутска
«Дворец творчества»
протокол № 15 от 30.06.2020
протокол № 1 от 10.09.2020

УТВЕРЖДЕНА
с изменениями приказом
по МАОУ ДО г. Иркутска
«Дворец творчества»
от 10.09.2020 № 100/2-ОД

**Рабочая программа
«Ритмика»
к дополнительной общеразвивающей программе
хоровой студии девочек «Хор Ангара»**

Адресат программы: дети 5-6 лет
Срок реализации: 2020-2021 уч.г
Направленность: художественная
Разработчики программы:
Куковерова Ольга Сергеевна,
педагог дополнительного образования

1. Пояснительная записка

1.1. Информационные материалы о программе

Рабочая программа «Ритмика» (далее – программа) составлена на основе дополнительной общеразвивающей программе хоровой студии девочек «Хор Ангара» с учётом личного многолетнего опыта работы педагога, отдельных положений методических рекомендаций по обучению хореографии в соответствии с нормативными документами:

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

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

- СанПиН 2.4.4.3172 – 14, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 41 от 04.07.2014.

1.2. Направленность программы

Художественная.

1.3. Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы

Программа состоит в том, что танцы в наши дни являются одним из популярных и любимых видов деятельности многих детей. Среди множества форм художественного воспитания детей хореография занимает особое место. Через танцы происходит формирование и закрепление интереса к танцевальному искусству, совершенствуются физические данные детей. Занятия танцем учат также понимать и создавать прекрасное. Развивают образное мышление и фантазию, дают гармоническое и пластическое развитие.

Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. любое движение представляет собой рефлекс, а на овладение любым пластическим движением требуется время. Таким образом, танцевально-двигательный навык вырабатывается не сразу, а постепенно в процессе усвоения материала предполагает поэтапность с учетом возрастных особенностей.

Первым этапом освоения хореографии является ритмика (для младшего возраста, ритмика в игровой форме), которая дает детям первоначальную хореографическую подготовку, развивает музыкальность, чувство ритма и сформировывает у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем. Спрос на обучение по танцевальному искусству исходит и от родителей и конечно же от специфики театральной студии. Поэтому, учитывая желание детей и родителей была разработана данная программа.

1.4 Особенности организации образовательной деятельности

Настоящая программа по хореографии, в отличие от других подобных программ, является универсальной. В ней содержится необходимый комплекс танцевальных движений, необходимых для начинающего танцора по мере его творческого роста. На 2020-2021 учебный год содержание программы реализуется в сводной группе 1-2-го годов обучения. Поэтому образовательная деятельность проводится 15 минут по теме 1-го года обучения, 15 минут – по теме 2-го года обучения.

При организации образовательной деятельности в программе предусмотрено: максимальное использование игровых форм в построении учебных занятий; участие

родителей в процессе обучения и совместных танцевальных праздниках; тщательный подбор музыкального материала и его дифференциация в соответствии с задачами.

Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию у детей.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. Любое движение представляет собой рефлекс, и на овладение любым танцевальным движением требуется время.

Таким образом, в настоящей программе внимание уделяется развитию азбуки музыкального движения, ритмичности.

1.5. Цель и задачи программы

Цель: развитие танцевальных и музыкальных способностей посредством хореографии.

Задачи

Образовательные

Познакомить с:

- темпом, ритмом, амплитудой движений;
- основными элементами партерной гимнастики.

Формировать умения и навыки:

- выполнять определённые танцевальные движения;
- партерной гимнастики.

Развивающие

Развивать и совершенствовать умения и навыки:

- образно-пластического мышления;
- чувство ритма и музыкальности.

Развивать:

- двигательные способности;
- партерный экзерсис;
- выворотность ног, танцевальный шаг, правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений.

Воспитательные

Воспитывать:

- любовь к танцам.

Задачи для детей 1-го года обучения

Образовательные

Познакомить с:

- основной терминологии танца;
- историей танца;
- едиными правилами поведения в хореографическом классе;
- требованиями к внешнему виду на занятиях.

Формировать умения и навыки:

- выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков);
- движения в соответствии с музыкальным сопровождением;
- самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации;
- работать импровизированно, в коллективе, чувствовать друг друга в танце;

- выполнять танцевальные движения;
- партерной гимнастики.

Развивающие

Развивать:

- интерес к хореографии;
- чувство ритма и музыкальность;
- музыкальную память;
- гибкость суставов, пластичность мышц и связок, силу мышц;
- выворотность ног, правильную осанку, координацию движений.

Задачи для детей 2-го года обучения

Образовательные

Познакомить с:

- терминологией танца;
- понятиями о темпе, ритме, амплитуде движений;
- элементами партерной гимнастики.

Формирование и совершенствование умений и навыков:

- выполнять ритмические комбинации;
- технически правильно выполнять двигательные действия;
- выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков);
- самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации;
- выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением.

Развивающие

Развивать и совершенствовать умения и навыки:

- музыкально-ритмические навыки: восприятие общего характера музыкальных произведений, развитие музыкальной памяти, ритма, способность различать музыкальные размеры, темпы, динамику;
- партерный экзерсис: выворотность ног, танцевальный шаг, правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений;
- повышение гибкости суставов, улучшение пластичности мышц связок, увеличение силы мышц.

1.6. Адресат программы

На обучение по программе принимаются все дети, интерес к занятиям хореографией, в т.ч. дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации, из малообеспеченных, неполных, неблагополучных семей. Уровень физической подготовленности не имеет значения. Состав групп: разновозрастный, постоянный, дети 5-6 лет.

1.7. Срок освоения программы

2 года, 72 недель, 18 месяцев.

1.8. Форма обучения

Очная.

1.9. Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу (1 час в неделю).

Академический час: для детей дошкольного возраста по 30 мин., для детей школьного возраста - 45 минут с переменой в 10 минут.

2. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

2.1. Объем программы

Содержание программы - 72 часа, из них:

Для учащихся 1 - го года обучения - 36 ч.

Для учащихся 2 - го года обучения - 36 ч.

2.2. Содержание программы

Для детей 1-го года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
	Раздел 1. Основы гимнастики.	2	15	17
1.1	<i>Основные задачи гимнастики</i>	2	-	2
Теория				
1. укрепление опорно-двигательного аппарата;				
2. развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;				
3. развитие выносливости и постановка дыхания;				
4. выработка навыков высокой культуры движений.				
12.	<i>Простые элементы партерной гимнастики.</i>	-	15	15
Практика				
1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины;				
- «День-ночь»				
- «Змейка»				
- «Рыбка»				
2. Упражнения, развивающие подъем стопы:				
- вытягивание и сокращение стопы;				
- круговые движения стопой;				
3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника:				
- «лодочка»;				
- «складочка»;				
- «колечко»;				
4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса:				
- «ступеньки»;				
- «ножницы»;				
5. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава:				
- «Неваляшка»				
- «Passe' с разворотом колена»				
6. Упражнения развивающие выворотность ног:				
- «Звездочка»				
- «Лягушка»				
7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага:				
- «Боковая растяжка»				
- «Растяжка с наклоном вперед»				
- «Часы»				
	Раздел 2. Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).	2	16	18

2.1	Техника безопасности при нагрузке на шею, плечевой пояс и руки.	1	-	1
Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений для шеи, плечевого пояса, рук.				
2.2	Упражнения для развития шеи, плечевого пояса, плечевых суставов и рук.	-	8	8
<p>Практика.</p> <p>1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках:</p> <ul style="list-style-type: none"> - повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»; - наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»; - круговые движения головой по кругу и целому кругу; - поднимание и опускание плеч; - поочередное поднимание и опускание плеч. <p>2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разведение рук в стороны; - подъемы рук вперед на высоту 90°; - отведение рук назад; - подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны; - подъемы рук вверх–вперед и опускания вниз–вперед; - сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны; - сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперед и вниз–вперед; - сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперед, назад; - сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперед–в стороны–назад; - сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны- вверх - в стороны, вперед – вверх - назад; - вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении; - вращения кистями во II позиции; - вращения кистями с руками, поднятыми вверх 				
2.3.	Техника безопасности при нагрузке на поясничный пояс и суставы ног.	1	-	1
Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений при нагрузке на поясничный пояс, суставы ног.				
2.4.	Упражнения на развитие поясничного пояса и суставов ног.	-	8	8
<p>Практика</p> <p>1. Упражнения на развитие поясничного пояса:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наклоны корпуса в стороны; - наклоны корпуса вперед. <p>2. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - полуприседания; - отведение ноги в сторону на носок; - отведение ноги в сторону на каблук; - отведение ноги вперед на носок; - отведение ноги вперед на каблук; - отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция; - отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция; - подъемы согнутой в колене ноги вперед; 				

	- отведение ноги назад на носок; - отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция; - отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок с полуприседанием; - подъёмы на полупальцы; - многократные прыжки на двух ногах; - перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на носок; - перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на каблук			
	Раздел 2. Подведение итогов		1	1
2.1	Итоговое занятие	-	1	1
Практика. Показ упражнений, танец, мониторинг				
Итого		4	32	36

Для детей второго года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
	Раздел 1 Музыкально-ритмические игры	4	32	36
1.1	Упражнения, игры и метр.	1	7	8
<p>Теория. Основные понятия и термины. Сильные и слабые доли</p> <p>Практика. Упражнения для развития музыкальности. Сильные доли и такт: здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4). Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер: здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.</p>				
1.2	Упражнения, игры и фразировка.	1	8	9
<p>Теория. Основные понятия и терминология.</p> <p>Практика. Упражнения на развитие соотношения движений с музыкой. Соотношение движений с музыкальной фразой (муз.размеры 2\4, 3\4, 4\4). Соотношение движений с музыкальным предложением (муз.размеры 2\4, 3\4, 4\4). Соотношение движений с музыкальным периодом (муз.размеры 2\4, 3\4, 4\4)</p>				
1.3	Упражнения, игры и темп.	1	8	9
<p>Теория. Основные понятия и термины. Темп движений и темп музыки.</p> <p>Практика. Упражнения на развитие резонанса темпа движения с музыкой. Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы. Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки. Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением. Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе.</p>				
1.4	Упражнения, игры и динамика.	1	6	7
<p>Теория. Основные понятия и термины.</p> <p>Практика. Упражнения на развитие резонанса силы музыкального звучания с хореографическим движением. Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением. Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением.</p>				
1.5.	Упражнения, игры и характер музыкального произведения.		2	2
Практика. Соотношение характеров музыки и движения. Упражнения. Игры				
	Раздел 2. Подведение итогов		1	1

2.1.	Итоговое занятие		1	1
Практика. Показ упражнений, танец, мониторинг				
		Итого	4	32
			32	36

2.3. Планируемые результаты

Знания:

- основной терминологии;
- единых правил поведения в хореографическом зале и правил техники безопасности;
- о темпе, ритме, амплитуде движений;
- основ партерной гимнастики.

Умения и навыки:

- выполнять движения одновременно с показом педагога, самостоятельно и в соответствии с музыкальным сопровождением;
- исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и направлениях, сочетая их с движениями рук и головы;
- делать различные перестроения;
- создать образ на заданную музыку, придумать движения под свой образ;
- работать индивидуально и в группе.

Развиты:

- партерный экзерсис: повышение гибкости суставов, улучшение пластичности мышц связок, увеличение силы мышц;
- выворотность ног, танцевальный шаг, правильная осанка, постановка корпуса, четкая координация движений;
- музыкально-ритмические навыки: восприятие общего характера музыкальных произведений, развитие музыкальной памяти, ритма, способность различать музыкальные размеры, темпы, динамику.

По годам обучения

Для детей 1-го года обучения:

Знания:

- основ истории танца;
- основной терминологии танца;
- единых правил поведения в хореографическом классе и требования к внешнему виду на занятиях.

Умения и навыки:

- выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков);
- движения в соответствии с музыкальным сопровождением;
- самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации;
- работать в коллективе, чувствовать друг друга в танце;
- партерной гимнастики.

Для детей 2-го года обучения

Знания:

- терминологии танца;
- о темпе, ритме, амплитуде движений;
- основных элементов партерной гимнастики.

Умения и навыки

- технически правильно выполнять двигательные действия;
- самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации;
- выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением;

- исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и направлениях, сочетая их с движениями рук и головы;
- делать различные перестроения.

3. Комплекс организационно-педагогических условий

3.1. Учебный план

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации
		Теория	Практика	Всего	
	Раздел 1. Основы гимнастики.	2	15	17	
1.1	Основные задачи гимнастики	2	-	2	
12.	Простые элементы партерной гимнастики.	-	15	15	
	Раздел 2. Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).	2	16	18	
2.1	Техника безопасности при нагрузке на шею, плечевой пояс и руки.	1	-	1	
2.2	Упражнения для развития шеи, плечевого пояса, плечевых суставов и рук.	-	8	8	
2.3.	Техника безопасности при нагрузке на поясничный пояс и суставы ног.	1	-	1	
2.4.	Упражнения на развитие поясничного пояса и суставов ног.	-	8	8	
	Раздел 3. Подведение итогов		1	1	
2.1	Итоговое занятие	-	1	1	Показ упражнений, мониторинг
Итого		4	32	36	

Второй год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов			Форма итоговой аттестации
		Теория	Практика	Всего	
	Раздел 1 Музыкально-ритмические игры	4	32	36	
1.1	Упражнения, игры и метр.	1	7	8	
1.2	Упражнения, игры и фразировка.	1	8	9	
1.3	Упражнения, игры и темп.	1	8	9	
1.4	Упражнения, игры и динамика.	1	6	7	
1.5.	Упражнения, игры и характер музыкального произведения.		2	2	
	Раздел 2. Подведение итогов		1	1	
2.1.	Итоговое занятие		1	1	Показ упражнений, мониторинг
Итого		4	32	36	

3.2. Календарный учебный график Сводная группа 1-2 годов обучения

Месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Всего часов	3	4	5	5	3	4	4	4	4
Промежуточная/итоговая аттестация				показ упражнений, мониторинг					показ упражнений, мониторинг
Объем	на 1 группу – 36 часов								

3.3. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение учебного процесса:

Материально-техническое обеспечение включает:

- хореографический зал,
- сценические костюмы,
- аудио- и видеоматериалы,
- фортепиано.

Информационное обеспечение

1. Интернет-ресурсы используются для поиска методических рекомендаций обучению танцевальным движениям, музыкальных произведений для занятий. Обращение к Интернет-ресурсам по мере необходимости в течение учебного года.
2. Методическая литература, специальная литература по хореографии.

Интернет-ресурсы

1. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи от 14.12.2015 года № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеразвивающих программ». [Электронный ресурс]-<http://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/sredne-professionalnoe-obrazovanie/normativnye-dokumenty/pismo-ministerstva-obrazovaniya-i-nauki-rossijskoj-federatsii-ot-14-12-2015-09-3564-o-vneurochnoj-deyatelnosti-i-rea.html> (Дата обращения 29.05.2020г.).

Кадровое обеспечение

Программа предусмотрена для педагога с высшим или средне-специальным профильным (хореографическим) образованием, владеющим практическим опытом работы с детьми в детском танцевальном коллективе или студии.

Настоящая программа реализуется педагогом дополнительного образования первой квалификационной категории Куковеровой Ольгой Сергеевной.

3.4. Аттестация учащихся. Оценочные материалы

Виды контроля и аттестации

Входной контроль: первая неделя реализации программы.

Текущий контроль: в течение учебного года в соответствии с темами учебного плана.

Промежуточная аттестация: (май) – в конце 1 года обучения.

Итоговая аттестация (май) – в конце 2-го года обучения.

Формы контроля и аттестации

Входной контроль: собеседование, выполнение упражнений

Вопросы и критерии оценки выполнения учащимися упражнений в приложении 1.

Текущий контроль: беседа, наблюдение, выполнение экзерсисов, показ упражнений. Эффективность занятий определяется диагностикой по следующим критериям: музыкальные способности, гибкость и пластичность, координация, ловкость движения

Текущий контроль как правило, осуществляется в конце темы или на завершающем этапе освоения раздела.

	Критерии	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1	умение слышать музыку и выполнять движения под музыку	Движения передают музыкальный образ. Движения совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом музыкального произведения.	Танцевальные движения недостаточно выразительны. Движения не всегда совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом музыкального произведения.	В движениях не отражается характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом музыкального произведения.
2	гибкость, пластичность	Хорошо развита мягкость, плавность, подвижность суставов, гибкость позвоночника. Развито умение двигаться легко и пластично в соответствии с характером музыки.	Хорошо развиты пластичность, ловкость. При выполнении движений допускает неточности движений.	Не согласовывает свои движения с движениями других детей, не ориентируется в пространстве, выполняет несимметричные движения. Испытывает затруднения при выполнении движений.
3	координация, ловкость движений	Правильное и точное исполнение ритмических композиций. Умение координировать движения с музыкой.	Не достаточно правильное сочетание движений рук и ног при выполнении танцевальных движений	Движения неуверенные, раскоординированные

Наблюдение. Процесс наблюдения педагог осуществляет в ходе учебного занятия за деятельностью учащихся при выполнении ими упражнений, танцевальных движений с целью выявления успехов и ошибок в деятельности учащихся, оказания им адресной помощи.

Беседа. Педагог ведёт беседу с учащимися исходя из изученного материала по теме занятия, по разделу. Вопросы определяются исходя из изученного теоретического материала, ошибок учащихся при выполнении упражнений.

Беседу педагог может использовать как форму контроля на учебном занятии в следующих случаях:

- в первой части занятия – повторение ранее пройденного материала;

- по ходу занятия, когда педагог видит, что учащийся допускает ошибки при выполнении упражнений;

- в конце учебного занятия – закрепление изученного материала, когда важно помочь учащемуся увидеть правильность выполнения упражнений, понять недостатки.

Текущий контроль и промежуточная аттестация позволяют оценить совокупность знаний и умений, а также степень сформированности планируемых результатов.

Текущий контроль, промежуточная аттестация служат основным средством обеспечения в учебно-воспитательном процессе обратной связи между педагогом и учащимся, необходимой для стимулирования их работы и совершенствования методики преподавания.

Промежуточная/итоговая аттестация – показ упражнений, мониторинг планируемых результатов.

Оценочные материалы для теоретической подготовки по промежуточной/итоговой аттестации в Приложении 2.

Критерии уровня сформированности планируемых результатов определяются исходя из планируемых результатов.

Форма фиксации результатов промежуточной и итоговой аттестации: листы диагностики (приложении 3).

3.5 Методические материалы

Формы организации деятельности детей на занятии:

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

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

- парная, предполагающая общение с двумя учащимися при постановке дуэтных танцев;

- индивидуальная, используемая для работы с учащимся по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру.

Формы проведения учебных занятий:

- мастер-класс;

- практическое занятие;

- игра;

- концерт.

Структура учебного занятия

Занятие состоит из 3-х частей:

Вход в танцевальный зал. Поклон.

1-ая часть. Разминка. Задачи этого раздела занятия, является овладение правильной постановкой корпуса головы, рук, ног, развитие координации движений необходимых для исполнения танцев, правильная постановка дыхания. Разминка заставляет учащихся не только «разогреть» мышцы, и психологически подготовиться к занятию

По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

Основой занятия является 2-ая часть. По длительности – 2/3 общего времени занятия

2-ая часть занятия непосредственно разучивание нового танцевального материала, включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений..

3-я часть занятия: повторение и закрепление пройденного ранее материала, постановка и репетиция танца, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.

Методы обучения:

По источнику познания:

- словесный (объяснение, рассказ, инструктаж, дискуссия)
- практический
- наглядный (проведение мастер – классов, видео).

По типу познавательной деятельности:

- объяснительно-иллюстративный (восприятие и усвоение готовой информации);
- проблемный (дискуссия, проблемная ситуация);

На основе структуры личности:

- методы формирования сознания, понятий, взглядов, убеждений (рассказ, беседа, показ иллюстраций, индивидуальная работа);
- методы стимулирования и мотивации учебной деятельности и поведения (одобрение, похвала, поощрение, игровые эмоциональные ситуации, использование общественного мнения, примера).

Включение в занятия элементов современной хореографии способствует эмоциональному и творческому самовыражению в танце под современную эстрадную музыку.

Раннее, основанное на живом опыте игры и подражания, введение ребенка в творческую деятельность позволяет ему проявить свои индивидуальные качества в художественно-эстетической деятельности, и может быть рассмотрено как процесс свободной творческой самореализации личности.

Педагогические технологии

Технология личностно-ориентированного обучения является ведущей и предполагает специальное конструирование учебного, дидактического и методического материала.

Учащийся принимает учебную задачу, проявляет интерес к занятиям, что помогает сделать обучение хореографией сознательным, продуктивным и более результативным процессом. Цель личностно - ориентированного обучения в хореографии состоит в том, чтобы заложить в ребенке механизмы самореализации, саморазвития, адаптации, самозащиты, самовоспитания - необходимые условия для становления самобытного интеллектуального личностного образа.

Технология обучения в сотрудничестве позволяет обучать детей по программе в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией, включая индивидуально-групповую и командно-игровую работу.

В первом случае учащиеся разбиваются на подгруппы по 2-4 человека (дети в группах обязательно разные по уровню обученности). Подгруппам дается определенное задание, например, самостоятельно повторить разученные танцевальные элементы, что особенно эффективно для усвоения нового материала каждым ребенком.

Технология игрового обучения. Для занятий подбираются игровые танцевальные этюды по возрасту и подготовленности детей, которые создают хорошее настроение и отвечает задачам и содержанию занятий.

На занятиях используются различные подвижные игры, такие как: игра «Море волнуется...» (придумывают фигуру, и принимают определенную позу); «Любимые игрушки» (танцевальные позы и движения), другие.

Здоровье сберегающие технологии – система по сохранению и развитию здоровья всех участников – взрослых и детей, представлены в виде комплексов упражнений и подвижных игр для физкультминутки.

Приемы обучения:

- показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
- выразительное исполнение движения под музыку;
- словесное пояснение выполнения движения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- творческие задания.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т. д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

Схема движений

- Основное положение – ноги вместе, руки вдоль туловища. Плечи вверх- вниз на два счёта.
 - Основное положение – руки на поясе. Полуприседание.
 - Ходьба на месте, отрывая пятки от пола.
 - Основное положение- руки на поясе, нога на носок на пяточку вперёд.
 - Круговые движения туловища «восьмёрочка».
 - Повороты стопы.
 - «Фонарики»- поднять пр. руку вверх вращая, затем л. руку. Вместе опустить.
 - «Ветерок» - руки поднять вверх и плавно покачивать.
 - Наклоны головы: вперёд-назад.
 - Мягкие прыжки на месте.
 - Прыжки с хлопками над головой.
 - «Ладушки» - хлопки ладонями впереди или за спиной выполняются свободными, не напряжёнными, согнутыми в локтях руками, двигающимися навстречу друг другу.
- Разработки игр в Приложении 5 (на электронном носителе).

Методические пособия и разработки

Перечень используемых дидактических методик и методических материалов:

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии [Текст] / Т. К. Барышникова. – М.: Айрис Пресс, 2000. – 266 с.
2. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Киев: Муз. Україна, 1985. – 222 с.
3. Бурмистрова, И. Школа танца для юных [Текст] / И Бурмистрова, К. Силаева – М.: Изд-во Эксмо, 2003 . – 240 с.
4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. – С.-Пб.: Лань, 2001. – 192 с.
5. Васильева Т. К. Секрет танца [Текст] / Т. К. Васильева. – С.-Пб.: Диамант, ООО «Золотой век», 1997. – 231 с.
6. Воронина И. Историко-бытовой танец: учебное пособие [Текст] / И. Воронина. – Москва: Искусство, 1980. - 128 с.

3.6. Список литературы

1. Богаткова Л.Н. И мы танцуем / Богаткова Л.Н. – М.: Детская литература, 2015
2. Дункан, А. Моя жизнь: Мемуары-танец будущего / Дункан А. – М.: Контракт, 2014
3. Корнева, Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение для детей дошкольного возраста / Корнева Т.Ф. – М.: Владос, 2013
4. Лиориц, И.В. Ритмика / Лиориц И.В. – М.: Академия, 2015
5. Лисицкая, Т.С. Хореография в гимнастике / Лисицкая Т.С. – 2016
6. Лукьянова, Е.П. Дыхание хореографа / Лукьянова Е.П. – М.: Искусство, 2015
7. Федорова, Г.П. Танцы для детей / авт. сост. Федорова Г.П. – СПб.: Детство-пресс, 2013
8. Черемховская, Р.А. Танцевать могут все / Черемховская Р.А. – Минск: Народная асвета, – 2016
9. Эльяш Н.И. Образы танца / Эльяш Н.И. – М.: Знания, 2016
10. Яновская, В.Е. Ритмика / Яновская В.Е. – М.: Музыка, 2013

Дополнительная:

1. Бежар Морис. Мгновение в жизни другого [Текст] / Морис Бежар. – М.: Союзтеатр, 2007. – 224 с.
2. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Киев: Муз. Україна, 1985. – 222 с.
3. Бурмистрова, И. Школа танца для юных [Текст] / И Бурмистрова, К. Силаева – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 240 с.
4. Бурцева, Г. А. Принципы композиции современного танцевального жанра // Культурная традиция и современный танец в образовательном хореографическом пространстве сибирского региона / Г. А. Бурцева. – М. , 2006. – С. 121.
5. Полятков, С. С. Основы современного танца / С. С. Полятков. - 2-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 80 с.

4. Иные компоненты

Приложение 1. Оценочные материалы для входного контроля.

Приложение 2. Оценочные материалы для проверки теоретических знаний.

Приложение 3. Критерии оценки планируемых результатов.

Приложении 4. Листы диагностики планируемых результатов.

Приложении 5. Календарно-тематический план.

Приложение 6. Разработка игр (на электронном носителе).