

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №15»  
Городского округа Рефтинский**

**РАСМОТРЕННО:**  
На педагогическом совете  
№15»  
Протокол от 30.08.2021 №8

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор МБОУ «СОШ № 15» МБОУ «СОШ  
Е.А. Стародумова  
Приказ № 186 от «30.08.2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа  
«Волшебный мир танца. Ритмика»**

Возраст обучающихся: 6-9 лет  
Срок реализации – 3 года

Составитель:  
Смоленцева Ольга Владимировна,  
педагог дополнительного образования

## **Комплекс основных характеристик программы**

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа «Волшебный мир танца. Ритмика» разработана в рамках социально-педагогической направленности для учащихся с 6 до 9 лет.

Дополнительная общеобразовательная программа «Волшебный мир танца. Ритмика» и порядок её утверждения разработан в соответствии с Федеральным Законом от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 г. №1726-р, Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

**Актуальность программы** заключается в значительной популярности хореографии как искусства среди различных возрастных групп, а особенно среди детей младшего школьного возраста, большинство из которых приходят в хореографические коллективы несознательно, по воле родителей. Данная программа предоставляет широкие возможности обучения основам хореографического искусства. Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевальной выворотности, танцевального шага и т. п. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, пляски, игры, воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

В образовательном процессе главная роль отводится эстетическому воспитанию. Прививая с ранних лет любовь к искусству танца, к музыке, педагог работает над формированием гармонично развитой личности, учит ребенка запоминать, систематизировать полученные умения и навыки. Кроме того, осваивая даже самый элементарный танцевальный материал, ребёнок прикладывает немало усилий и терпения, что формирует в нём такие качества, как воля и упорство. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Изучаемые на занятиях элементы народной хореографии, восстанавливают собственные этнические связи ребёнка, воспитывают этническую толерантность.

На современном этапе одна из проблем сохранения психосоматического здоровья детей и подростков. Хореографические занятия способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру.

Таким образом, данная дополнительная общеобразовательная программа направлена на формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца, развитие художественной одарённости в области танцевально-исполнительского мастерства; развитие и совершенствование специальных музыкальных способностей, что и определяет социально-педагогическую направленность дополнительной общеобразовательной программы.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что данная программа ориентирует воспитанника на приобщение каждого ребёнка к музыкально-художественной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всём его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Задача – привить детям любовь к танцу, соразмерно сформировать их танцевальные способности: развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус, интересы.

Исходя из этого была составлена дополнительная общеобразовательная программа «Волшебный мир танца. Ритмика». Программа является основой занятий. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Поэтому главная задача педагога – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

**Отличительной особенностью** дополнительной общеобразовательной программы современной хореографии является её направленность на формирование у школьников широкого спектра умений и навыков в области танцевального искусства. Главная задача и отличительная особенность хореографии заключается в том, что она учит ребят совмещать танцевальное искусство и актёрское мастерство. Таким образом, танец – это не только набор хореографических движений, это своего рода язык, способный

передать чувства, мысли, настроение, идею музыки и драматургического материала. Потребность в движениях составляет одну из основных физиологических особенностей детского организма, являясь условием формирования, роста и развития.

**Адресат программы** – это обучающиеся в возрасте с 6 до 9 лет. Наполняемость групп: в первый год обучения – 10 – 15 человек, во второй год обучения – 10 – 15 человек, в третий год обучения – 10 – 15 человек. Условия приёма: на первый год принимаются все желающие (не имеющие ограничений по состоянию здоровья); на второй год продолжают обучение все, успешно освоившие курс первого года обучения, на третий год – продолжают обучение все, успешно освоившие курсы первого и второго года обучения.

**Режим занятий** – 2 раза в неделю по 2 часа и 0,5 часа в неделю – дистанционное обучение. Академический час равен 45 минутам.

**Срок освоения программы** – 3 года.

**Формы обучения** – очная, очно-заочная или заочная форма. Программа или её часть может реализовываться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при проведении учебных занятий, практик, текущего контроля успеваемости промежуточной и (или) итоговой аттестации обучающихся.

Программа рассчитана на обучающихся, имеющих различные интеллектуальные, коммуникативные, учебные и творческие способности, на обучение детей с ОВЗ, детей группы риска.

**Объём программы** - общее количество часов - 486 часов; 1 год обучения – 162 часа в год (4,5 часа в неделю); 2 год обучения – 162 часа в год (4,5 часа в неделю); 3 год обучения – 162 часа в год (4,5 часа в неделю).

**Уровневость программы.**

Содержание программы предполагает разделение на уровни.

Обучающиеся, проходя «стартовый уровень» освоения программы изучают ритмические упражнения: сильная и слабая доли; размер музыкальный 2/4, 3/4, 4/4; синкопированный счёт; двойные удары, триоли; умение чувствовать темп музыки; маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте вокруг себя, вправо, влево, по кругу.

На втором году обучения обучающиеся, перешедшие на «базовый уровень» освоения программы, продолжают изучать основы хореографии добавляются элементы классического танца: основные позиции рук, ног; выработка осанки; поэтапное освоение классического экзерсиса; изучение классических прыжков; изучение вращения; упражнения на развитие устойчивости; работа у станка и на середине.

На «базовом уровне» третьего года обучения, обучающиеся продолжают изучать более углубленно дополнительную общеобразовательную программу. Добавляются элементы народно танца и танцевальная импровизация: знакомство с русской культурой; знакомство с культурой других народов (молдаване, украинцы, казаки, цыгане, белорусы и другие); изучение дробей; изучение присядок, хлопучек; хороводный шаг; исполнение сложных технических элементов в танце (трюки); исполнение движений в сочетании с позами рук; техника ног; овладение

элементами актерского мастерства; разбор, анализ несложных музыкальных

произведений и создание этюдов; упражнения на воображение, внимание; работа над групповыми, массовыми сценами; упражнения на развитие мимики лица; упражнения-этюды на жесты, походку, бег, позы; действия с несуществующими предметами; упражнения на развитие хореографического мышления.

**Виды занятий** – беседы, практические занятия, мастер-классы, открытые занятия, конкурсные занятия, теоретические занятия.

**Формы подведения результатов** – практические занятия, конкурсные работы, открытые занятия.

### **Цель и задачи программы**

**Цель:** формирование и развитие творческих способностей, обучающихся средствами хореографического искусства.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- формировать практические умения и навыки по танцевальному искусству;
- ознакомить детей с разными жанрами хореографического искусства (классический танец, народные танцы: русский, украинский, татарский), техникой исполнения танца;
- создать условия для мотивации самостоятельного пользования полученными практическими навыками и теоретическими знаниями;
- формировать умение импровизировать под любое музыкальное произведение.

**Развивающие:**

- формировать и развивать координацию и точность движений, музыкально-двигательной памяти;
- развивать творческое воображение художественного мышления, выразительности, фантазии, артистизма;
- развивать физическую выносливость, укрепить здоровье.

**Воспитательные:**

- формировать нравственность культуры, толерантности;
- формировать эстетику танцевальной культуры;
- формировать и совершенствовать коммуникативное межличностное общение («исполнитель-педагог», «партнёр-партнёрша», «участник-ансамбль/коллектив»).

### **Содержание программы**

#### **Учебный (тематический) план первого года обучения**

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Практика	Теория	
1.	<b>Вводное занятие</b>	3	0	3	
2.	<b>Ритмика</b> -Работа над постановкой корпуса	26	22 8,5	4 2	Практическое

-Работа над развитием чувства ритма.		6,5	1	
-Работа над умением ориентироваться в пространстве		7	1	

3.	<b>Партерная гимнастика</b> -Упражнения для стоп -Упражнения на выворотность - Упражнения на гибкость вперёд - Развитие гибкости назад - Упражнения на развитие шага	48	42	6	Практическое занятие
			6 10 8 8 10	1 2 1 1 1	
4.	<b>Играя, танцуем</b> -«Цирк». -«Музыкальная шкатулка». -«Найди свою половинку и пригласи на танец». -«Танцуй как я, танцуй лучше». -«Ты катись, весёлый мяч». -«Завяжи бант».	31	25	6	Протокол наблюдения
			4,5 4 4 4 4 4	1 1 1 1 1 1	
5.	<b>Основные танцевальные движения</b> -«Весёлый каблучок». -«Я настойчивая». -«Я весёлая». -«Топотушки-рассыпушки». -«Я кокетливая». -«Я озорная». -«Я стремительная». -«Я лёгкая». -«Пружинка». -«Я порхаю как мотылёк». -«Прыгаю как мячик». -«Шагаю как лошадка». -«Скачу как лошадка»	18	12	6	Опросник
			0.5 0.5 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	0.5 0.5 0.5 0.5 0.5 0.5 0.5 0.5 0.5 0.5 0.5 0.5	
6.	<b>Репетиционно-постановочная работа</b> Разучивание простых танцевально-ритмических комбинаций и танцевальных этюдов	22	14	8	Взаимоанализ работы
			14	8	
7.	<b>Выступления</b> Участие в концертной деятельности учреждения	14	14	0	Протокол наблюдения
			14	0	
		162	129	33	

### Содержание учебного (тематического) плана первого года обучения.

#### 1. Вводное занятие.

*Теория:* техника безопасности. Введение в предмет. Задачи первого года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности учащихся.

#### 2. Ритмика.

*Теория:*



Ритмика – основная часть занятий на подготовительном этапе обучения детей танцу. Это сочетание различных движений, ритмических упражнений и музыки. На занятиях ритмикой у детей в игровой форме развивается элементарная координация, чувство ритма и активная эмоциональная реакция на музыку. Шаги, бег, прыжки готовят тело к более сложным движениям. Танцевальные комбинации и этюды должны носить светлые и жизнерадостные мотивы. Для развития чувства ритма могут использовать приёмы ритмопластики.

*Практика:*

-Работа над постановкой корпуса

-Работа над развитием чувства ритма.

-Работа над умением ориентироваться в пространстве

### **3. Партерная гимнастика.**

*Теория:* партерная гимнастика – это система специально подобранных физических упражнений, основной отличительной чертой является то, что они проводятся «на земле», то есть различные упражнения в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

*Практика:*

1. Упражнения для стоп:

2. Упражнения на выворотность:

3. Упражнения на гибкость вперёд:

4. Развитие гибкости назад:

5. Упражнения на развитие шага:

### **4. Играя, танцуем.**

*Теория:* большое значение на уроке ритмики имеет игра. Игра – самая близкая форма деятельности детей, в ней ребёнок черпает образы для решения новых жизненных задач, возникающих в познании, в труде, в художественном творчестве. Опора на игру – это важнейший путь включения детей в учебную деятельность, способ обеспечения эмоционального отклика на воспитательные воздействия и нормальных условий жизнедеятельности.

Игра погружает ребёнка в самоисследование, учит понимать себя и справляться с трудностями.

*Практика:*

-«Цирк».

-«Музыкальная шкатулка».

-«Найди свою половинку и пригласи на танец».

-«Танцуй как я, танцуй лучше».

-«Ты катись, весёлый мяч».

-«Завяжи бант».

## **5. Основные танцевальные движения.**

*Теория:* качественное исполнение танцевальных движений в рамках законов музыки и танца, одна из основных характеристик исполнения танца. Танцевать музыкально означает передать эмоциональное состояние музыки, раскрыть характер и настроение звучащей мелодии путём создания образов и построения сюжета, в соответствии с ритмической основой исполняемого танца. Качества музыкальности и ритма могут нарабатываться и прививаться с возрастом.

Сказать танцовщику, что он музыкален - это один из самых лестных комплиментов, которые ему можно сделать. Это значит, что он не только умеет слушать и чувствовать музыку, но и заставляет нас услышать её в своих движениях. А сами движения играют для музыки роль переводчика и делают ее для нас зримой и доступной.

*Практика:*

-«Весёлый каблучок». Притопы – одно из основных движений танцев.

-«Я настойчивая». Притопы одной ногой.

-«Я весёлая». Переменные притопы.

-«Гопотушки-рассыпушки». Притопы двумя ногами поочередно.

-«Я кокетливая». Выставление ноги вперёд на пятку или носок – элемент польки и других народных и детских танцев.

-«Я озорная». Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд – одно из популярных и любимых плясовых движений детей.

-«Я стремительная». Боковой галоп – элемент бальных и многих народных танцев.

-«Я лёгкая». Шаг польки.

-«Пружинка». покачивание вниз и вверх на слегка согнутых коленях.

-«Я порхаю как мотылёк». Пскоки с ноги на ногу.

-«Прыгаю как мячик». Подпрыгивание

-«Шагаю как лошадка». Шаг с высоким подъёмом ноги в колене.

-«Скачу как лошадка». Галоп прямой.

## 6. Репетиционно-постановочная работа.

*Теория:* разучиваются простые танцевально-ритмические комбинации и танцевальные этюды на основе пройденных движений. Музыкальное сопровождение должно соответствовать детской тематике и иметь чётко выраженное квадратное построение. Неотъемлемая часть учебного процесса в подготовке юного артиста – развивающаяся его смелость, выразительность и артистичность. Первые выступления для родителей.

*Практика:* разучиваются простые танцевально-ритмические комбинации и танцевальные этюды на основе пройденных движений. Музыкальное сопровождение должно соответствовать детской тематике и иметь четко выраженное квадратное построение.

## 5. Выступления.

*Практика:* участие в концертной деятельности учреждения.

### Учебный (тематический) план второго года обучения

№	Тема	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Все го	Практика	Теория	
1.	<b>Вводное занятие</b>	3	0	3	
2.	<b>Ритмика</b> -Работа над постановкой корпуса -Работа над развитием чувства ритма -Работа над умением ориентироваться в пространстве	26	22 8.5 6.5 7	4 1 1 2	Практическое занятие
3.	<b>Партерная гимнастика</b> -Упражнения для стоп -Упражнения на выворотность -Развитие гибкости назад -Силовые упражнения для мышц живота -Силовые упражнения для мышц спины -Упражнения на развитие шага -Прыжки	48	42 6 6 6 6 6 6 6	6 1 1 1 1 1 0.5 0.5	Практическое занятие
4.	<b>Классический танец</b> - Экзерсис у станка	31	25 12.5	6 3	Практическое занятие

	-Экзерсис на середине		12.5	3	
5.	<b>Основные танцевальные движения</b> -«Я стремительная». -«Я лёгкая». -«Пружинка». -«Я порхаю как мотылёк». -«Прыгаю как мячик». -«Шагаю, как лошадка». -«Скачу, как лошадка».	18	12	6	Практическое занятие
			1.5	0.5	
			2	1	
			2	1	
			1.5	1	
			2	1	
			2	1	
			1	0.5	

6.	<b>Репетиционно-постановочная работа</b> Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие.	22	14	8	Взаимоанализ работы
			14	8	
7.	<b>Выступления</b> Выступления на различных сценических площадках городского округа, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.	14	14	0	Протокол наблюдения
			14	0	
		162	129	33	

### Содержание учебного (тематического) плана второго года обучения

#### 1. Вводное занятие.

*Теория:* техника безопасности. Задачи второго года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников.

#### 2. Ритмика.

*Теория:* ритмика – основная часть занятий на подготовительном этапе обучения детей танцу. Это сочетание различных движений, ритмических упражнений и музыки. На занятиях ритмикой у детей в игровой форме развивается элементарная координация, чувство ритма и активная эмоциональная реакция на музыку. Шаги, бег, прыжки готовят тело к более сложным движениям. Танцевальные комбинации и этюды должны носить светлые и жизнерадостные мотивы. Для развития чувства ритма могут использовать приёмы ритмопластики.

*Практика:*

1. Работа над постановкой корпуса
2. Работа над развитием чувства ритма
3. Работа над умением ориентироваться в пространстве

### **3. Партерная гимнастика.**

*Теория:* история хореографического искусства. Происхождение танца и хореографии. Танец эпохи первобытнообщинного строя. Танец в культуре древних цивилизаций. Танцевальный фольклор. Народный танец – исток хореографической культуры народов.

*Практика:*

1. Упражнения для стоп:
2. Упражнения на выворотность



3. Развитие гибкости назад:
4. Силовые упражнения для мышц живота:
5. Силовые упражнения для мышц спины:
6. Упражнения на развитие шага:
7. Прыжки:

#### **4. Классический танец.**

*Теория:* программой по предмету «Классический танец» предусмотрены как практические, так и теоретические занятия. Эта дисциплина вводится в обучение после того, как освоены простые танцевальные элементы и выработана элементарная координация движений, натянута нога и постановка спины. Но этот этап обучения может существовать самостоятельно, так как предполагает начало совершенно нового курса «Классический танец». Программа содержит максимум материалов для занятий в коллективе со спецификой, описанной выше. Педагог имеет право по своему усмотрению перенести изучение движений, освоение которых

окажется недоступно данному составу учащихся, на следующий год или вовсе исключить их. Последовательность построения урока и чередование упражнений в нём, не должны представлять из себя застывшую схему. Очень важен темп, правильность выстраивания урока и его техническое развитие для достижения максимальной нагрузки в упражнениях. Это способствует дальнейшему укреплению мышц и помогает избегать травм.

Основными задачами второго года обучения являются: постановка корпуса, рук, головы в процессе освоения основных движений классического тренажа у станка и на середине, развитие элементарных навыков координации движений. Правильная постановка корпуса необходима для исполнения всех движений классического танца. Хорошо поставленный корпус вырабатывает красивую осанку, приучает к подтянутости и собранности мышц живота, спины, ягодиц.

*Практика:*

- Экзерсис у станка
- Экзерсис на середине

## **5. Основные танцевальные движения.**

*Теория:* качественное исполнение танцевальных движений в рамках законов музыки и танца – одна из основных характеристик исполнения

танца. Танцевать музыкально – означает передать эмоциональное состояние музыки, раскрыть характер и настроение звучащей мелодии путём создания образов и построения сюжета в соответствии с ритмической основой исполняемого танца. Качества музыкальности и ритма могут нарабатываться и прививаться с возрастом.

Сказать танцовщику, что он музыкален – это один из самых лестных комплиментов, которые ему можно сделать. Это значит, что он не только умеет слушать и чувствовать музыку, но и заставляет нас услышать её в своих движениях. А сами движения играют для музыки роль переводчика и делают её для нас зримой и доступной.

*Практика:*

-«Весёлый каблучок». Притопы

-«Я настойчивая». Притопы одной ногой

-«Я весёлая». Переменные притопы

-«Топотушки-рассыпушки». Притопы двумя ногами поочередно

-«Я кокетливая». Выставление ноги вперёд на пятку или носок

-«Я озорная». Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд

- «Я стремительная». Боковой галоп
- «Я лёгкая». Шаг польки
- «Пружинка». покачивание вниз и вверх на слегка согнутых коленях.
- «Я порхаю как мотылёк». Поскоки с ноги на ногу.
- «Прыгаю как мячик». Подпрыгивание

-«Шагаю, как лошадка». Шаг с высоким подъёмом ноги в колене.

-«Скачу, как лошадка». Галоп прямой

## 6. Репетиционно-постановочная работа.

*Практика:* разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Танцевальные номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста, квадратное построение музыкальных фраз. Пополнение репертуара новыми постановками на выбор педагога.

## 7. Выступления.

*Практика:* выступления на различных сценических площадках городского округа, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.

### Учебный (тематический) план третьего года обучения

№	Тема	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Практика	Теория	
1.	<b>Вводное занятие</b>	3	0	3	Практическое занятие
2.	<b>Классический танец</b> -Экзерсис у станка: -Экзерсис на середине зала -АПЕГРО.	26	22 8.5 8.5 5	4 1 1 2	Практическое занятие
3.	<b>Партерная гимнастика</b> -Упражнения для стоп -Упражнения на выворотность -Упражнения на гибкость вперёд -Развитие гибкости назад -Силовые упражнения для мышц живота -Силовые упражнения для мышц спины -Упражнения на развитие шага -Прыжки	48	42 5.25 5.25 5.25 5.25 5.25 5.25 5.25 5.25	6 0.25 0.25 0.25 0.25 1 1 1 2	Практическое занятие
4.	<b>Народный танец</b> Элементы итальянского танца	31	25 25	6 6	Практическое занятие

5.	<b>Основные танцевальные движения</b> Работа руками: «Матрёшка» «Юбочка» «Фартучек» «За спиной» -Работа рук в парах	18	12	6	Практическое занятие
			6	3	
			6	3	
6.	<b>Репетиционно-постановочная работа</b> Разучивание танцевальных постановок.	22	14	8	Взаимоанализ работы
			14	8	
7.	<b>Выступления</b> Выступления на различных сценических площадках городского округа, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.	14	14	0	Протокол наблюдения
			14	0	
		162	129	33	

### Содержание учебного (тематического) плана третьего года обучения

#### 1. Вводное занятие:

*Теория:* техника безопасности. Задачи третьего года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе.

#### 2. Классический танец.

*Теория:* основными задачами этого года обучения являются: развитие силы ног путём введения полупальцев в экзерсисе у станка, развитие устойчивости, усвоение техники упражнений в более быстром темпе. В упражнениях у станка и на середине зала всё чаще используются позы, продолжается разучивание поз на середине зала. Начало некоторых упражнений переводится на затакт.

*Практика:*

-Экзерсис у станка:

-Экзерсис на середине зала

-АПЕГРО.

#### 3. Партерная гимнастика.

*Теория:* история хореографического искусства. Ансамбли народного танца. Народный танец в современной жизни. Современный танцевальный фольклор. Анализ народной хореографии. Государственный ансамбль народного танца под руководством И. Моисеева. Эволюция репертуара. Анализ программ. Ансамбль на современном этапе. Просмотр видеозаписей концертов ансамбля.

*Практика:*

## 1. Упражнения для стоп.

2. Упражнения на выворотность.
3. Упражнения на гибкость вперёд.
4. Развитие гибкости назад:
5. Силовые упражнения для мышц живота:
6. Силовые упражнения для мышц спины.
7. Упражнения на развитие шага:
8. Прыжки:

#### **4. Народный танец.**

*Теория:* народно-сценический танец. Движения усложняются по технике и темпу исполнения, изучаются новые виды упражнения. Вводятся больше разнообразных ритмических рисунков. Рекомендуются более танцевальные комбинации, направленные на развитие выразительности исполнения. Наиболее важным является точность передачи манеры исполнения и соответствия музыкального материала.

*Практика:*

-Элементы итальянского танца



## **5. Основные Танцевальные движения.**

*Теория:* качественное исполнение танцевальных движений в рамках законов музыки и танца, одна из основных характеристик исполнения танца. Танцевать музыкально означает передать эмоциональное состояние музыки, раскрыть характер и настроение звучащей мелодии путём создания образов и построения сюжета, в соответствии с ритмической основой исполняемого танца. Качества музыкальности и ритма могут нарабатываться и прививаться с возрастом.

Сказать танцовщику, что он музыкален – это один из самых лестных комплиментов, которые ему можно сделать. Это значит, что он не только умеет слушать и чувствовать музыку, но и заставляет нас услышать её в своих движениях. А сами движения играют для музыки роль переводчика и делают её для нас зримой и доступной.

*Практика:*

-Работа руками:

«Матрёшка»

«Юбочка»

«Фартучек»

«За спиной»

-Работа рук в парах

## **6. Репетиционно-постановочная работа.**

*Теория:* данный этап программы предполагает постановку танцевальных номеров на основе всего пройденного материала и всех разделов танцев данной программы. В зависимости от подготовленности участников ансамбля возможны обращения к дополнительному материалу. Обязательно присутствие в номерах хореографического замысла-идеи или воплощения определённого сюжета (любой музыкальный материал, соответствующий хореографическому замыслу). Количество танцевальных номеров зависит от этапа обучения, подготовленности обучающихся и материальных возможностей коллектива (пошив костюмов), а также наличия качественного музыкального материала. Возможно, от 1 до 3 танцевальных номеров в год.

*Практика:* разучивание танцевальных постановок.

## **7. Выступления.**

*Практика:* выступления на различных сценических площадках городского округа, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.

### **Планируемые результаты**

#### **Планируемые результаты освоения программы**

##### **Личностные результаты:**

- учебно-познавательный интерес к хореографии;
- ориентация на понимание причин успеха в творческой деятельности;
- способность к самооценке на основе критерия успешности деятельности;
- основы социально ценных личностных и нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность,
- уметь быстро переключать внимание, проявлять такие качества, как терпение, аккуратность, уметь общаться со своими сверстниками в коллективе.

### **Метапредметные результаты:**

- сформированность чувства прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с хореографическим искусством;
- наличие развитой координации и музыкальности;
- наличие коммуникативных навыков;
- умение оценивать правильность исполнения движения;

### **Предметные результаты:**

- знание основных терминов, используемых в хореографии;
- умение правильно держать осанку, подбородок и руки, при выполнении хореографических движений;
- умение исполнять хореографические композиции в соответствии с программой обучения;
- должны овладеть навыками музыкально-ритмической координации;
- должны уметь исполнять танцевальные движения и элементы; развивается способность к творческому самовыражению;
- должны знать правила выполнения движений и упражнений;
- уметь ориентироваться в перестроениях.

### **Особенности группы первого года обучения.**

На первом году обучения происходит гармоничное развитие личности ребёнка, способность к творческому самовыражению через танец, игру. Развитие и укрепление основных групп мышц на начальном этапе обучения хореографией.

### **Комплекс организационно-педагогических условий**

#### **Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение:**

- наличие оборудованного зала для занятий. В зале должны быть: зеркала, станок, маты, коврики для йоги, аудио и видеоаппаратура;
- наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек гимнастический купальник, для занятий, юбка, колготки, балетки, туфли);
- музыкальное сопровождение (наличие аудиозаписей, кассеты, диски, флеш-носители);
- наличие сценических костюмов для концертных номеров.

#### **Информационное обеспечение:**

- фотовыставка «Наши успехи»;
- фотовыставка «Наши занятия».

**Кадровое обеспечение** – педагог дополнительного образования первой квалификационной категории, образование среднее профессиональное, высшее.

#### **Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

Контроль знаний, умений, навыков обучающихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Разнообразные формы контроля успеваемости обучающихся позволяют объективно оценить успешность и качество образовательного процесса.

Основными видами контроля успеваемости по дополнительной общеобразовательной программе «Волшебный мир танца. Ритмика» являются:

1. Входящий контроль физической подготовленности – это уровень развития двигательных навыков и умений, физических качеств ребёнка при зачислении на дополнительную общеобразовательную программу «Волшебный мир танца. Ритмика». Она направлена на улучшение функциональных показателей сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма, а также физического развития (нормализации веса тела, повышение жизненной емкости легких).

2. Промежуточный контроль успеваемости обучающихся. Текущая аттестация проводится с целью контроля за качеством освоения какого-либо раздела учебного материала данной программы и направлена на ответственную организацию домашних занятий и может носить стимулирующий характер. Текущий контроль осуществляется регулярно педагогом дополнительного образования. В критериях текущего контроля учитываются:

- отношение обучающегося к занятиям, его старание, прилежность;
- инициативность и проявление самостоятельности на уроке;

- темпы продвижения.

### 3. Итоговый контроль аттестация.

Итоговый контроль определяет успешность развития, обучающегося и степень освоения им учебных задач по окончании обучения на данной программе. Формой итогового контроля является открытый урок или итоговое занятие, где определяется уровень усвоения обучающимися полученных умений и навыков с учётом возрастных особенностей.

#### Протокол наблюдения №1 Теоретические знания

ФИО	Знание определения музыкальный шаг	Знание определения экерсис у станка	Знание определения «por de bras»	Знания определения позиции рук, ног	Итого

- высокий уровень (В) – 3;
- средний уровень (С) – 2;
- низкий уровень (Н) – 1.

#### Протокол наблюдения №2 Практические знания

Ф.И.О.	Чувство ритма (импровизация)	Поднимание ноги на 90°	Шаг по диагонали на полупальцах	Кувырок вперёд, назад	Прыжок в 1 позиции на месте	Растяжка	Умение держать равновесие	Итого

- высокий уровень (В) – 3;
- средний уровень (С) – 2;
- низкий уровень (Н) – 1.

#### Методические материалы:

Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году обучающиеся овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков. Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой

обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам хореографического искусства:

- элементы классического танца;
- элементы народного танца;
- танцевальная импровизация;
- постановочно-репетиционная работа.

Основным методом обучения хореографии детей младшего школьного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей младшего школьного возраста. Речь идёт не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определённую цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссёр, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребёнка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Также широко используется словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах её выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Постановочно-репетиционная работа:

- репетиции;
- постановки;
- слушание музыки и её анализ (характер, темп, рисунки музыкальных фраз);
- работа над образом: характер образа, специфика поз (рук, корпус, голова);
- разучивание движений танца.

### **Список литературы**

Раздел: ритмика.

1. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4 – 7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.

2. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – Москва, 2006.

3. Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе. – М.: «Пресс-соло», 1997.

Раздел: классический танец.

4. Александрова, Н.А. Классический танец для начинающих / Н.А. Александрова, Е.А. Малашевская. - СПб.: Лань, 2009. - 128 с.

5. Александрова, Н.А. Классический танец для начинающих: Учебное пособие / Н.А. Александрова, Е. А Малашевская. - СПб.: Планета музыки, 2014. - 128 с.

6. Базарова, Н.П. Классический танец / Н.П. Базарова. - СПб.: Лань, Планета Музыки, 2009. - 192 с.

7. Базарова, Н.П. Классический танец: Учебное пособие / Н.П. Базарова. - СПб. Планета Музыки, 2009. - 192 с.

8. Лекции по предмету «Образцы классического танца» зав. кафедрой хореографии КГИИК, профессора Юлтыевой Н.Д. Казань, 1990.

9. Васильева – Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. Учеб. пособие. – 2-е изд., пересмотр. – М.: Искусство, 1987.

10. Лекции по предмету «Классический танец – методика преподавания» преподавателя хореографии КГИИК Цветковой Н.В. Казань, 1988-93.

11. Штрас Албом избранных танцев. Облегченное переложение для фортепиано / Штрас, Иоган. - М.: Музгиз, 2016. - 134 с.

Раздел: народно-сценический танец.

12. Протопопова В.М. Народно-сценический экзерсис. (Выпускной класс). Учебно-методическое пособие для учащихся и преподавателей хореографической специализации училищ культуры, школы искусств. – Чебоксары. Издательство «Клуб и народное творчество», 2003.

13. Лекции по предмету «Народно-сценический танец – методика преподавания» преподавателя хореографии КГИИК Сентябова С.Д. Казань, 1988-93.

14. Методическая разработка к программе «Народно-сценический танец» для хореографических отделений ДМШ и школ искусств (3 класс, 2 год обучения), М., 1985 г.

15. Видеометодпособия. Урок народно-сценического танца отделения хореографии КГИИК 3 курс, 1 семестр.

16. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка; Учеб. пособие для вузов. – М: ВЛАДОС, 2002.

17. Класс-концерт народно-сценического танца студии Игоря Моисеева.

Раздел: история хореографического искусства.

18. Лекции по предмету «История хореографического искусства» преподавателя хореографии КГИИК, Горшкова В.Н. Казань, 1989.

19. Богоявленская Т. Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта Лючия». – М.: web – издательство «Век информации», 2009.

20. Джеймс Ч. Добсон. Не бойтесь быть строгими. – М.: Центр общечеловеческих ценностей, 1997.

21. Сухомлинский В.А. О воспитании. Издание второе. – М.: Издательство политической литературы, 1975.

Раздел: гимнастика и акробатика.

22. «Гимнастика и акробатика в семье» В. П. Коркин Год издания: 1986  
Издательство: Полымя Серия: за здоровьем и долголетием.

23. «Акробатика» - Игнашенко А.М. Акробатика. - М.: Физкультура и спорт. 1951. - 159 с.

24. Боген А.А. Обучение двигательным действиям. – М.: ФиС, 1983.

25. Болобан В.Н. Обучение в спортивной акробатике. – Киев: Здоров'я 1986.

26. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений. – М., Terra-спорт, 2002г.

27. Гимнастическое многоборье. Женские виды / Под ред. Ю. К. Гавердовского. – М.: ФиС, 1987.

28. Гимнастическое многоборье. Мужские виды / Под ред. Ю. К. Гавердовского. – М.: ФиС, 1986.

29. Менхин Ю В. Физическая подготовка в гимнастике. – М.: ФиС, 1970.

30. Смолевский В. М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, - Киев: Олимпийская литература, 1999.