

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы «Истоки» г. Челябинска»
(МБУ ДО «ЦВР «Истоки»)

СОГЛАСОВАНО
на заседании методического совета
МБУ ДО «ЦВР «Истоки» (протокол
от 18 сентября 2023г. № 2)



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО «ЦВР «Истоки»
А.В. Ежов
18 сентября 2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА

«ВЕСЕЛАЯ РИТМИКА»

срок реализации программы: 1 года
(возраст учащихся: 6-17 лет)

Авторы-составители:
Шмангина Мария Николаевна
педагог дополнительного образования,
Дудина Елена Николаевна методист
МБУ ДО «ЦВР «Истоки»

**ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА/ ПАСПОРТ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

Название программы	«ВЕСЕЛАЯ РИТМИКА»
Автор-составитель программы	Шманина Мария Николаевна
Вид программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Направленность программы	Художественная
Вид деятельности /Направление	Танцевальная ритмика
Образовательная область	Профильная (Хореография)
Способ освоения содержания образования	Репродуктивный, алгоритмический, творческий
Уровень освоения содержания образования	Стартовый (<i>ознакомительный, общекультурный</i>)
Возрастной уровень реализации программы	6-17 лет
Форма реализации программы	Групповая с учетом индивидуальных особенностей учащихся
Продолжительность реализации программы	Одногодичная
Форма обучения	Очная
Аккредитация	Не требуется
Язык, на котором осуществляется обучение	Русский
Аннотация (краткое описание программы)	<p>Программа «Весёлая ритмика» включает в себя систему комплексов и упражнений популярного танца хип-хоп, базовые навыки современной хореографии, а также упражнения оздоровительного типа. Упражнения, выполняющиеся под музыку, направлены на укрепление опорно-двигательного аппарата и содействуют оздоровлению различных систем организма ребенка. В ходе тренировки упражняются крупные мышечные группы, совершенствуется осанка, вырабатывается грациозность и координирование движений. Занятия по программе «Весёлая ритмика» увеличивают работоспособность, воспитывают морально-волевые и эстетические качества ребенка.</p> <p>Программа рассчитана на учащихся 6-17 лет и предполагает последовательное развитие психофизических качеств в области музыкально-ритмического движения. Занятия по программе «Весёлая ритмика» воспитывают музыкальные способности: слух, чувство ритма, музыкальную память.</p>

Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

Составлен в соответствии с Календарным учебным графиком МБУ ДО «ЦВР «Истоки» на 2023-2024 учебный год.

Наименование Программы, Срок реализации, Возраст учащихся	«Веселая ритмика» 1г., 6-17 л.
Дата начала реализации в учебном году	01.09.2023
Дата окончания реализации в учебном году	31.05.2024
Праздничные выходные дни	4 ноября, 1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1, 9 мая.
Продолжительность реализации Программы в учебном году	34 недели
2 группы (А1, С1) - 1 год обучения	нагрузка 3 раза в неделю по 1,5 часу = 153 часа в год
Контроль, аттестация:	
– 0 срез оценивания (входной контроль)	сентябрь
– Промежуточное оценивание (текущий контроль)	январь
– Итоговое оценивание (промежуточная аттестация)	май
– Аттестация по окончании обучения по Программе	
Летние каникулы	01.06.2024 – 31.08.2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

№	Содержание	Стр.
1	Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель и задачи программы	5
1.3.	Планируемые результаты обучения	5
1.4.	Организация образовательного процесса	6
1.5.	Содержание программы	7
2.	Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	15
2.1.	Формы контроля/аттестации и оценочные материалы	15
2.2.	Методические материалы	17
2.3.	Условия реализации программы	19
	- Материально-техническое обеспечение программы	
	- Методическое обеспечение	
	- Литература	20
3.	Приложения к программе:	22
	1. Календарно-тематический план –сетка / Календарный учебный график (Приложение А/1).	
	2. Воспитательная работа в рамках программы (Приложение Б/1).	
	3. Оценочные материалы: - Карты мониторинга (Приложения В/1, В/2, В/3.). - Критерии оценки (Приложения В/4).	

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Программа «Веселая ритмика» является программой художественной направленности и составлена в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Федеральным законом РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (от 24.07.1998 № 124-ФЗ);
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р);
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (от 31.03.2022 № 678-р);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)»;
- Паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018 протокол № 3);
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016);
- Методическими рекомендациями Министерства образования и науки Российской Федерации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (от 18.11.2015 № 09-3242);
- Локальными документами, регламентирующими образовательную деятельность МБУ ДО «ЦВР «Истоки».

Актуальность программы

Программа «Веселая ритмика» разработана в соответствии с социальным заказом и актуальна в сфере образовательной деятельности МБУ ДО «ЦВР «Истоки».

Актуальность программы «Веселая ритмика» заключается в том, что танец как выражение мыслей и чувств средствами условных движений - жестов и поз, исполняется под музыку, из которой берёт своё содержание, при этом художественный образ формируется с помощью выразительных движений. Благодаря этому многогранность влияния хореографического искусства на детей, подростков предопределена свойством танцевального искусства, его синтетичностью.

Вместе с тем актуальность программы обусловлена тем, что, воздействуя на эмоциональную сферу личности, физическую форму, являясь стимулом для саморазвития, танец благоприятно влияет на развитие психических, интеллектуальных способностей учащихся. Кроме того, хореография является мощным фактором развития личности, дающим возможность самореализации школьника, не подчиняя динамику и уровень его развития какому-либо стандарту.

Отличительные особенности программы, новизна

Отличительными особенностями данной программы является то, что она реализуется в творческом коллективе «Челдэнс» и направлена на удовлетворение потребностей ребенка в его желании двигаться, приобщаться к миру эстрадного уличного танца («Хип-хоп»), а также направлена на развитие творческих способностей детей. Программа имеет стартовый уровень и предполагает использование общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Программа «Весёлая ритмика» включает в себя систему комплексов и упражнений популярного танца хип-хоп, базовые навыки современной хореографии, а также упражнения оздоровительного типа. Упражнения, выполняющиеся под музыку, направлены на укрепление опорно-двигательного аппарата и содействуют оздоровлению различных систем организма ребенка. В ходе тренировки упражняются крупные мышечные группы, совершенствуется осанка, вырабатывается грациозность и координирование движений. Занятия по программе «Весёлая ритмика» увеличивают работоспособность, воспитывают морально-волевые и эстетические качества ребенка.

Программа «Веселая ритмика» предполагает последовательное развитие психофизических качеств в области музыкально-ритмического движения. Занятия способствуют развитию музыкальных и творческих способности учащихся, обеспечивая всестороннее развитие ребенка на основе сочетания музыкальной, двигательной и интеллектуальной деятельности.

Программа «Веселая ритмика» разработана на основе программы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика» Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования города Москвы «ДШИ имени Н.Г. Рубинштейна» разработчик Косницкая Г.А. (2016). В содержание программы внесен учебный материал, связанный с современным уличным танцем.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: развитие творческого потенциала учащегося средствами танцевально-ритмической деятельности.

Задачи программы:

Предметные (обучающие) задачи:

- сформировать основные знания и умения в области танцевальной деятельности;
- способствовать овладению базовыми навыками в области танцевального стиля хип-хоп;
- формировать умение согласовывать движения с характером, ритмом, темпом музыки;
- формировать навыки постановки цели, планирования, и проявления творческой активности в танце.

Метапредметные (развивающие) задачи:

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, координационные способности;
- развивать память, внимание, формировать чувство ритма, музыкальный слух;

Личностные (воспитательные) задачи:

- формировать интерес к профессиям, связанным с танцевальной деятельностью;
- воспитывать ответственность, взаимопомощь;
- воспитывать чувство уважения к культуре своей Родины, признательности к её защитникам.

1.3. Планируемые результаты обучения

Планируемые результаты освоения программы по окончании обучения:

Предметные (обучающие) результаты:

- будут знать танцевальную терминологию (названия танцевальных движений и фигур, заложенных в программу);
- будут владеть базовыми навыками танцевального стиля хип-хоп;
- будут уметь согласовывать движения с характером, ритмом, темпом музыки;
- будут уметь ставить цель, планировать, и проявлять творческую активность в танце.

Метапредметные (развивающие) результаты:

- будут развиты мышечная сила, гибкость, выносливость, координационные способности;
- будут развиты память, внимание, чувство ритма, музыкальный слух.

Личностные (воспитательные) результаты:

- будут проявлять интерес к профессиям, связанным с музыкально-ритмической и танцевальной деятельностью;
- будут придерживаться принципов справедливости, взаимопомощи и творческого сотрудничества в процессе непосредственной хореографической и учебной деятельности, сформирована ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- будет воспитано уважение к культуре и истории своей Родины, к её защитникам.

1.4. Организация образовательного процесса

Адресат программы

Программа «Веселая ритмика» предназначена для детей с 6 до 17 лет. В содержании представлены учебно-тематические планы для младшего (6-12 лет) и старшего (12-17 лет) составов, отличающиеся усложнением танцевальной лексики танца хип-хоп для более старших детей, а также выбором более обобщенных творческих танцевальных заданий на импровизацию.

Дети 6-17 лет способны на высоком уровне выполнять предлагаемые задания. Программа особенно будет интересна и полезна тем, кто хочет развить танцевально-ритмические способности и хочет улучшить физическую подготовку.

Набор учащихся производится по желанию родителей и детей.

Программа ориентирована на успех каждого ребенка и дает ему возможность вне зависимости от особенностей здоровья реализовываться в данном виде деятельности. На занятиях осуществляется индивидуальный подход каждому учащемуся с учетом индивидуальных и возрастных особенностей.

Данная программа может быть освоена учащимися с ОВЗ (по запросу родителей (законных представителей)). В данном случае составляется индивидуальный УТП освоения программы.

Характеристика возрастных особенностей учащихся

Программа имеет стартовый уровень и реализуется в группах младшего (6-12 лет) и старшего (12-17 лет) состава.

В возрасте *6-12 лет* развивается моторика, развита образная память. Продуктивна работа в парах. Дети этого возраста могут сравнительно долго удерживать внимание, но, тем не менее, они нуждаются в частой смене движений. Длительное сохранение статического положения для них утомительно, необходимо чередование движений. Двигательный аппарат ребенка недостаточно окреп, что требует чуткости к дозировке упражнений. Игра в процессе занятия представляется естественной. Их эмоции яркие и проявляются открыто и непосредственно. Но не стоит забывать про красочное описание движения, яркие сравнения, точный и эмоциональный показ.

В данном возрасте дети начинают видеть свои и чужие недостатки, начинают сравнивать себя с другими. Активные, склонные к лидерству, все больше проявляют себя, а дети более замкнутые, скромные отодвигаются на второй план. Основной репертуар строится на тематике понятной и доступной детям. Танцы – событийные, что помогает неустойчивому пока ещё вниманию ребенка постоянно находить предмет переключения.

Возрастные особенности учащихся *12-17 лет* заключаются в том, что наличие внутренних биологических предпосылок в этот период выводит весь организм человека на путь активной физиологической и биологической перестройки. В костно-мышечной системе — костная ткань опережает темпы роста мышц, которые, не успевая за ростом костей, натягиваются, создавая постоянное внутреннее неудобство. Все это приводит к тому, что повышаются утомляемость, возбудимость, раздражительность, негативизм, драчливость подростков в 8—11 раз (А. П. Краковский, 1970). В этом возрасте у детей может развиваться и достигать высочайшей степени совершенства тонкая координация, пространственная точность движений и их размеренность во времени. Если детям 10 лет одновременный анализ движений по пространственным и временным признакам еще не посилен, то подобный анализ движений с двумя одновременно предъявленными задачами может успешно осуществляться, начиная с 12-13-летнего возраста.

Возрастные особенности учащихся 12-17 лет характеризуется завершением процессов формирования всех органов и систем, достижением организмом функционального уровня взрослого человека. К концу юношеского возраста происходит окончательное формирование вегетативной системы и в целом организм созрел для выполнения большой тренировочной

работы, направленной на достижение мастерства. Максимально усложняется танцевальная лексика, учебные комбинации. Особое внимание в этом возрасте уделяется технике выполнения упражнений и исполнения танцевальных постановок, а также артистичности и практике импровизаций.

Воспитательный потенциал программы предполагает развитие гуманистической направленности личности учащихся, включая в себя формирование представлений о многообразии культурного наследия человечества и российского общества, взаимоуважения и бережного отношения к окружающему миру, популяризации научных знаний и ориентацию на здоровый образ жизни, мотивацию и изучение культурных ценностей и их создание, организацию самостоятельной деятельности учащихся, направленную на самообразование и самоопределение в будущем. Данный компонент представлен в виде плана «Воспитательной работы» по различным направлениям (Приложение Б/1).

Профориентационный компонент программы. В рамках программы осуществляется профориентационная деятельность, носит ознакомительный характер, включены походы на концерты, спектакли и запланированы беседы о профессии хореографа.

Объём программы и режим работы

Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проходят в группах младшего и старшего составов с одинаковой нагрузкой: три раза в неделю по 1,5 часа, что составляет 153 часа в год. Информация по распределению учебного времени по годам обучения представлена в форме таблицы (см. Таблица 1).

Таблица 1

Объём программы и режим работы

Год обучения	Возрастная категория	Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год (34 недели)
1 год обучения	Младший состав 6-12 лет	1,5 часа	3 раза	4,5 часа	153 часа
	Старший состав 12-17 лет	1,5 часа	3 раза	4,5 часа	153 часа
ИТОГО		<i>объём программы младшего состава:</i>			153 часа
		<i>объём программы старшего состава:</i>			153 часа

Уровень программы - стартовый (ознакомительный, общекультурный).

1.5. Содержание программы

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Первого года обучения

МЛАДШИЙ СОСТАВ

№ п/п	Название раздела, темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля/ аттестации
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в танцевальном зале. Знакомство с программой.	1,5	0,5	1	Беседа, опрос
Раздел 1 Азбука музыкального движения					
1.1.	Характер исполнения	4,5	0,5	4	Контрольное выполнение упражнений
1.2.	Рисунок танца	13,5	1,5	12	
1.3.	Разминка	4,5	0,5	4	
1.4.	Итоговое занятие по разделу №1.	1,5	0,5	1	
Раздел 2 Общеразвивающие и специальные упражнения					
2.1.	Упражнения для рук.	4,5	0,5	4	Контрольное выполнение упражнений
2.2.	Упражнения для позвоночника	4,5	0,5	4	
2.3.	Упражнения для ног	4,5	0,5	4	
2.4.	Итоговое занятие по разделу №2	1,5	0,5	1	
Раздел 3 Ритмика с элементами гимнастики					
3.1.	Элементы музыкальной грамоты	4,5	0,5	4	Контрольное выполнение перестроений
3.2.	Импровизация в воплощении музыкальных образов	4,5	0,5	4	

3.3.	Музыкально-игровое творчество	9	0,5	8,5	
3.4.	Построения и перестроения	22,5	2,5	20	
3.5.	Итоговое занятие по разделу №3	1,5	0,5	1	
Раздел 4 Мы танцуем					
4.1.	Элементы танца хип-хоп	18	2	16	Контрольное выполнение упражнений
4.2.	Принципы музыкально-двигательной выразительности	13,5	1,5	12	
4.3.	Итоговое занятие по разделу №4.	1,5	0,5	1	
Раздел 5 Постановка и репетиции					
5.1.	Постановка и репетиции. Постановка, изучение танца.	6	0,5	5,5	Контрольный показ постановки
5.2.	Отработка движений танца	6	0,5	5,5	
5.3.	Постановка и репетиции. Генеральная репетиция.	6	0,5	5,5	
5.4.	Итоговое занятие по разделу №5.	1,5	0,5	1	
Раздел 6. Беседы об истории танца и воспитательные мероприятия					
6.1.	Обзор танцевальных жанров	3	0,5	2,5	Опрос
6.2.	История русской танцевальной школы	3	0,5	2,5	
6.3.	История танца хип-хоп	3	0,5	2,5	
6.4.	Викторины. Конкурсы.	1,5	0,5	1	
6.5.	Просмотр специальных фильмов, прослушивание музыки	1,5	0,5	1	
6.6.	«Россия- Родина моя»	1,5	0,5	1	
6.7.	«Профессия - хореограф»	1,5	0,5	1	
6.8.	Итоговое занятие по разделу №6	1,5	0,5	1	
	Итоговое занятие	1,5	0,5	1	
	Итого:	153	20,5	132,5	

СТАРШИЙ СОСТАВ

№ п/п	<i>Название раздела, темы</i>	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля/ аттестации
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в танцевальном зале. Знакомство с программой.	1,5	0,5	1	Беседа, опрос
Раздел № 1 Знакомство с азбукой танца					
1.1.	Характер исполнения	4,5	0,5	4	Контрольное выполнение упражнений
1.2.	Рисунок танца. Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	13,5	1,5	12	
1.3.	Разминка.	9	0,5	8,5	
1.4.	Итоговое занятие по разделу №1.	1,5	0,5	1	
Раздел № 2 Элементы танца хип-хоп					
2.1.	Общеразвивающие, базовые и силовые упражнения, растяжка.	16,5	0,5	16	Контрольное выполнение упражнений
2.2.	«Groove», как основа хип-хоп танца.	9	0,5	8,5	
2.3.	Изучение базовых элементов.	27	1,5	25,5	
2.4.	Упражнения на развитие ритмики и координации.	21	1,5	19,5	
2.5.	Работа с музыкой.	9	0,5	8,5	
2.6.	Контрасты в хип-хоп танце	1,5	0,5	1	
2.7.	Итоговое занятие по разделу №2.	1,5	0,5	1	
Раздел №3 Постановка и репетиции					

3.1.	Постановка, изучение танца.	6	0,5	5,5	Контрольный показ постановки
3.2.	Отработка движений танца.	6	0,5	5,5	
3.3.	Генеральная репетиция.	6	0,5	5,5	
3.4.	Итоговое занятие по разделу №3.	1,5	0,5	1	
Раздел №4 Беседы об истории танца и воспитательные мероприятия					
4.1.	Обзор танцевальных жанров	3	0,5	2,5	Опрос
4.2.	История русской танцевальной школы	3	0,5	2,5	
4.3.	История танца хип-хоп	3	0,5	2,5	
4.4.	Викторины. Конкурсы	1,5	0,5	1	
4.5.	Просмотр специальных фильмов, прослушивание музыки	1,5	0,5	1	
4.6.	«Россия- Родина моя»	1,5	0,5	1	
4.7.	«Профессия - хореограф»	1,5	0,5	1	
4.8.	Итоговое занятие по разделу №4	1,5	0,5	1	
	Итоговое занятие	1,5	0,5	1	
Итого:		153	15,5	137,5	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

Первого года обучения для младшего состава

Вводное занятие

Теория: Беседа «Танец — это радость». Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в танцевальном зале. Знакомство с программой.

Практика: Проверка ритмического слуха под аудио-фрагменты танцевальных произведений; построение в колонну по одному, по четыре. Изучение поклона. Тренинг «Мы - коллектив».

Формы контроля: Педагогическое наблюдение и опрос (учащиеся должны знать технику безопасности на занятиях, должны познакомиться с участниками учебной группы, демонстрировать правильное выполнение поклона).

Раздел 1. Азбука музыкального движения

Тема 1.1. Характер исполнения

Теория: Понятие «характер исполнения», «веселый», «грустный», «торжественный», «игривый», «задумчивый». Понятие импровизации, фантазии.

Практика: Исполнение одних и тех же движений в разных темпах и разных характерах под аудио-фрагменты танцевальных произведений, слушание музыки и определение сильной или слабой доли такта; упражнений - импровизаций на заданную педагогом тему: Бабочки в снежном лесу, танец водяных фей, космические астероиды и т.д.

Тема 1.2. Рисунок танца

Теория: Понятие «рисунок танца», порядок выполнения построений в колонну по одному, по два, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, круговые и линейные рисунки.

Практика: Выполнение упражнений на построение в колонну по одному, по два в пары, перестроения их колонны в шеренгу и обратно, круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, выполнение круговых и линейных рисунков.

Тема 1.3. Разминка

Теория: Понятие «вытянутой» и «сокращенной» стопы: на полу, в воздухе, по I свободной позиции. Танцевальный бег. Прыжки. Пассе не выворотню. Порядок и методика выполнения упражнений для разогрева мышц в начале занятия. Подскоки, повороты.

Практика. Выполнение поклона, упражнений разминки с вытянутой и сокращенной стопой. танцевального шага с носка, шага под музыку с вытянутым носком по I свободной позиции. Бег под музыку с захлестом голени назад и вытянутой стопой. Прыжки (saute) по свободной I и VI позициям, руки находятся в IV позиции. Положение ноги у щиколотки. Выполнение подскоков и поворотов.

Формы контроля: Контрольное выполнение изученных данному разделу упражнений.

Тема 1.4 Итоговое занятие по разделу 1.

Теория: Разминка: подскоки, повороты, перестроения.

Практика. Выполнение подскоков и перестроений.

Раздел 2. Общеразвивающие и специальные упражнения

Тема 2.1. Общеразвивающие и специальные упражнения. Упражнения для рук

Теория: Методика выполнения упражнений для улучшения подвижности локтевых суставов и эластичности мышц плеча и предплечья, упражнений на увеличение подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти и предплечья.

Практика: Выполнение упражнений на улучшение подвижности локтевых суставов и эластичности мышц плеча и предплечья, упражнений на увеличение подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти.

Тема 2.2. Общеразвивающие и специальные упражнения. Упражнения для позвоночника

Теория: Методика выполнения упражнений на улучшение подвижности позвоночника, улучшения мышечного тонуса спины. Методика выполнения упражнений для улучшения осанки

Практика: Выполнение упражнений на улучшение подвижности позвоночника, упражнений для развития гибкости и упругости позвоночника, для улучшения осанки (Приложение Г/4).

Тема 2.3. Общеразвивающие и специальные упражнения. Упражнения для ног.

Теория: Методика выполнения упражнений на улучшение подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра, подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени. Методика выполнения упражнений для увеличения подвижности коленных и тазобедренных суставов. Методика выполнения упражнений для улучшения растяжки.

Практика: Выполнение упражнений на улучшение подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра, подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени, упражнений для увеличения подвижности коленных и тазобедренных суставов, для улучшения растяжки.

Формы контроля: Опрос и выполнение контрольного упражнения по разделу №2.

Тема 2.4. Итоговое занятие по разделу №2.

Теория: Общеразвивающие и специальные упражнения.

Практика: Выполнение общеразвивающих упражнений на улучшение подвижности суставов и эластичности мышц, для улучшения растяжки.

Раздел 3. Ритмика с элементами гимнастики

Тема 3.1. Элементы музыкальной грамоты.

Теория: Понятия - ритмика, музыкальная грамота, выразительные средства музыки, темп в музыке, строение музыкального произведения.

Практика: Выполнение упражнений на определение ритма, на определение характера музыки и её связи с ритмом.

Формы контроля: Опрос (учащиеся должны знать, что такое ритмика, музыкальная грамота, выразительные средства музыки, темп в музыке, строение музыкального произведения).

Тема 3.2. Импровизация в воплощении музыкальных образов.

Теория: Понятия - танцевальная импровизация, выражение эмоций, образов, фантазии в движении.

Практика: Выполнение упражнений-импровизаций под аудио-фрагменты танцевальных произведений для воплощения музыкальных образов.

Тема 3.3. Музыкально-игровое творчество.

Теория: Правила музыкально-танцевальных игр: «поймай хлопок», смешные зверята; раз два, три – фигура замри, танцевальная игра "Кыш-муха улетай", танцевальная игра, "Жираф – пятна", Пальчик в лес пошел, Танец червячков, Танцевальная игра "Лягушата прыгать любят", Танцевальная игра "Веселые мартышки", Танцевальная игра "Кто сумеет показать", Танцевальная игра "Пяточка – носочек", Танцевальная игра "Попрыгаем – прогоняя лень", Игра "Три хлопка над головой", Игра "Мы пойдем направо, влево, в круг, с круга", Паровоз (меняя рисунок по залу), Танцевальная игра "Веселая шапочка", Игровой комплекс "Осень".

Практика: Участие в музыкальных играх.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение выполнения музыкально-игровых упражнений.

Тема 3.4. Ритмика с элементами гимнастики

Теория: Методика выполнения перестроений «гребенка», движение «паровозик», перестроение «коридором», построения и смена мест в линиях, змейка, спираль, перестроения в два круга, в два круга со сменой направления движения, выполнение асимметричных и сольных танцевальных движений, по линиям танца (из положения в шахматном порядке расход по дуге и построение в шеренгу), коридором, парами, клином.

Практика: Выполнение упражнений перестроений. Соединение различных перестроений.

Тема 3.5 Итоговое занятие по разделу 3

Теория: Закрепление методики выполнения перестроений «гребенка», движение «паровозик»; перестроение «коридором», смена мест в линиях; освоение движения «змейка», «спираль», перестроение в два круга со сменой направления движения на акцент в музыке; ассиметричные и сольные танцевальные движения; движение противходом; смена мест в парах, ассиметричные движения, перестроения по линиям танца (из положения в шахматном порядке расход по дуге и построение в шеренгу, перестроение «коридором», перестроение парами, построение клином.

Практика: Выполнение упражнений перестроений.

Формы контроля: Выполнение контрольного упражнения на перестроение раздела №3.

Раздел 4. «Мы танцуем»

Тема 4.1. Элементы танца хип-хоп

Теория: Приём изоляция - глубокая работа с мышцами различных частей тела, умение двигать каждой частью тела изолированно от остальных. «Кач» или «Gruvin». Базовые хип-хоп степы.

Практика: Выполнение упражнений с элементами танца хип-хоп.

Тема 4.2. Принципы музыкально-двигательной выразительности.

Теория: Принципы выполнения пружинных, маховых, плавных движений,

Практика: Выполнение упражнений с пружинными, маховыми, плавными движениями.

Тема 4.3. Итоговое занятие по разделу 4.

Теория: Повторение техники выполнения пружинных, маховых, плавных движений, основных движений хип-хопа (изоляция, кач, грув, хип-хоп степы) (приложение Г).

Практика: Выполнение упражнений на сочетание основных движений танца хип-хоп и пружинных, маховых, плавных движений

Формы контроля: Контрольное выполнение упражнений раздела №4.

Раздел 5. Постановка и репетиции

Тема 5.1. Постановки и репетиции. Постановка, изучение танца.

Теория: Музыкально-выразительные средства исполняемого произведения: ритм, форма, фразировка. Кульминационные точки. Техника исполнения танцевальных элементов. Рисунок разучиваемого танца

Практика: Прослушивание и анализ музыкально-выразительных средств. Разбор и выучивание танцевальных элементов и рисунка танца. Работа над чистотой исполнения элементов. Исполнение соло и в танцевальном ансамбле. Работа над выразительностью мимики. Исполнение под счет и с музыкальным сопровождением. Работа над синхронностью, точностью исполнения рисунка.

Формы контроля: Опрос и контрольный показ постановки

Тема 5.2. Постановки и репетиции. Отработка движений танца

Теория: Техника исполнения танца.

Практика: Синхронно-грамотное исполнение танцевальных композиций. Работа над синхронностью, точностью исполнения рисунка.

Формы контроля: контрольный показ танцевальных композиций (учащиеся должны знать технику исполнения танца, должны синхронно-грамотно исполнять танцевальные композиции).

Тема 5.3. Постановки и репетиции. Генеральная репетиция.

Теория: Предконцертная подготовка артиста.

Практика: Работа над синхронностью движений в ансамбле, точностью исполнения рисунка, яркостью образа.

Формы контроля: Контрольный показ танцевальной постановки.

Раздел 6. Беседы об истории танца и воспитательные мероприятия

Тема 6.1. Обзор танцевальных жанров

Теория: История танцевального искусства, классический танец (балет); народные или этнические; бальные — латиноамериканская и европейская программа; современные. Народные истоки русского балета: игрища, хороводы. Танец-игра. Охотничьи пляски. Военные пляски. Религиозные, культовые танцы. Искусство скоморохов (приложение Г).

Практика: Экспресс-викторина по истории танца, «викторина-угадайка» музыкальных фрагментов.

Формы контроля: Должны знать основные группы танцев, должны узнавать по видео и аудио-фрагментам танцы: русские, польку, вальс, самбу, ча-ча-ча.

Тема 6.2. История русской танцевальной школы

Теория: Русская школа классического танца.

Практика: Просмотр презентации, просмотр документального фильма с названием эпохи, исполнителей, музыкального спектакля, деятеля культуры.

Тема 6.3. История танца Хип-хоп.

Теория: История танца хип-хоп.

Практика: Просмотр презентации, фрагментов фильмов, аудиозаписей.

Тема 6.4. Викторины. Конкурсы

Теория: Правила состязаний, система начисления баллов, выявления призёров и абсолютных победителей в викторинах, конкурсах.

Практика: Беседы о здоровом образе жизни. Беседы о патриотизме, о героях Отечества. Беседы о духовности и нравственности, викторины, конкурсы по направлениям воспитательной работы и по истории танца (приложение Г/1).

Тема 6.5. Просмотр специальных фильмов, прослушивание музыки.

Теория: Танец как выражение культуры человека.

Практика: Просмотр специальных видео-фильмов, просмотр видеозаписей танцевальных коллективов, посещение концертов.

Тема 6.6. «Россия - Родина моя».

Теория: Рассказ о достижениях, особенностях, выдающихся людях и исторических событиях нашей Родины (приложение Г/2).

Практика: Проведение воспитательных мероприятий в детском творческом коллективе по заранее разработанному конспекту.

Тема 6.7. «Профессия - хореограф»

Теория: особенности профессии, связанной с танцами, рассказать о выдающихся педагогах и лучших танцевальных школах (презентация, приложение Г/3).

Практика: Проведение воспитательных мероприятий в детском творческом коллективе по заранее разработанному конспекту.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение.

Тема 6.8. Итоговое занятие по разделу 6.

Теория: закрепление знаний об истории танца, направлениях, профессиях, связанных с танцевальной деятельностью.

Практика: Выполнение творческих заданий по темам раздела №6.

Формы контроля: Опрос-беседа, педагогическое наблюдение (приложение Г).

Тема 7. Итоговое занятие.

Практика: Открытые занятия и отчетный класс-концерт детского творческого коллектива, включающий сольные и ансамблевые номера

Первого года обучения для старшего состава

Вводное занятие

Теория: Беседа «Танец — это выражение культуры человека». Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в танцевальном зале. Знакомство с программой.

Практика: Проверка ритмического слуха под аудио-фрагменты танцевальных произведений; построение в колонну по одному, по четыре. Изучение поклона. Тренинг «Мы команда».

Формы контроля: Педагогическое наблюдение и опрос.

Раздел 1. Знакомство с азбукой танца

Тема 1.1. Характер исполнения

Теория: Понятие «характер исполнения», «порывистый», «задумчивый», «потерянный», «веселый», «порывистый», «торжественный», «фантастический», «лирический», «сказочный». Понятие импровизации, фантазии.

Практика: Исполнение одних и тех же движений в разных темпах и разных характерах под аудио-фрагменты танцевальных произведений, слушание музыки и определение сильной или слабой доли такта; упражнений - импровизаций на заданную педагогом тему: космос, сон в волшебном лесу, рождение Вселенной, тайна подводного мира и т.д.

Тема 1.2. Рисунок танца. Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ. Середина

Теория: Понятия Рисунок танца. Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ. Середина.

Практика: Выполнение упражнений на построение в рисунок танца.

Тема 1.3. Разминка.

Теория: Понятия разминка, бег, прыжки, пассе.

Практика. Выполнение поклона, упражнений разминки с вытянутой и сокращенной стопой. танцевального шага с носка, шаги под музыку с вытянутым носком по I свободной позиции. Бег под музыку с захлестом голени назад и вытянутой стопой. Прыжки (saute) по свободной I и VI позициям, руки находятся в IV позиции. Положение ноги “у щиколотки”.

Формы контроля: Контрольное выполнение изученных по данному разделу упражнений.

Тема 1.4. Итоговое занятие по разделу №1

Теория: Закрепление понятий разминка, бег, прыжки, пассе.

Практика. Выполнение разминки с элементами бега, с прыжками, с пассе.

Раздел № 2 Элементы танца хип-хоп

Тема 2.1. Общеразвивающие, базовые и силовые упражнения, растяжка

Теория. Методика упражнений для развития силы, растяжки, гибкости, повышения эластичности мышц, повышения выносливости.

Практика. Выполнение упражнений на улучшение подвижности локтевых суставов и эластичности мышц плеча и предплечья, упражнений на увеличение подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти, упражнений для развития гибкости и упругости позвоночника, для улучшения осанки, для подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра, подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени, упражнений для увеличения подвижности коленных и тазобедренных суставов, для улучшения растяжки.

Тема 2.2. «Groove», как основа хип-хоп танца

Теория. Базовые танцевальные шаги. Постановка корпуса, позиции ног, рук в Хип-хоп танце. Понимание «Groove», как основы хип-хоп танца. «Баунс» (вниз и вверх).

Практика. Выполнение упражнений на базовые танцевальные шаги, постановку корпуса, позиции ног, рук в Хип-хоп танце. Выполнение упражнений на «Groove» и «Баунс».

Тема 2.3. Изучение базовых элементов

Теория. «Рок» (кач корпусом вперёд-назад или в стороны) и т.д. Основная база танцевальных движений.

Практика. Упражнения на движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Разучивание танцевальных связок.

Тема 2.4. Упражнения на развитие ритмики и координации.

Теория. Правила импровизации. Повторение техники безопасности при выполнении элементов хип-хопа.

Практика. Упражнения на развитие чувства ритма. Упражнения на развитие координации. Одновременная работа разных частей тела, работа частями тела в разных скоростях, самостоятельная проработка выученных связок в другую сторону. Свободный танец на заданные темы.

Тема 2.5. Работа с музыкой

Теория. Пауза, счёт, рисунок танца, направление движения. Ритм. Счёт в танце – 2/4,3/4,4/4, темп – медленно, быстро.

Практика. Представление различных телесных ощущений – холод, жара, озноб, голод и т.д. Не выпадая из грува трека, станцевать только одной рукой, ногой, только грудной клеткой, тазом, коленями (и любые другие части тела). Зафиксировать себя в каком-то неудобном положении и станцевать так. Развитие музыкальности.

Тема 2.6. Контрасты в хип-хоп танце

Теория. Танец – настроение. Базовые шаги.

Практика. Упражнения на развитие импровизации: «Кадр» (на основе Базовых Шагов делаем максимальное количество разных вариантов – меняем скорость, направление, ритм, высоту движений, добавляем повороты).

Тема 2.7. Итоговое занятие по разделу

Теория. Закрепление понятий «базовые шаги», «кач», «рок», «грув», «баунс», импровизация.

Практика. Выполнение упражнений на импровизацию.

Формы контроля: Контрольное выполнение упражнений раздела №2.

Раздел 3. Постановка и репетиции

Тема 3.1. Постановка, изучение танца

Теория: Музыкально-выразительные средства исполняемого произведения: ритм, форма, фразировка. Кульминационные точки. Техника исполнения танцевальных элементов. Рисунок разучиваемого танца

Практика: Прослушивание и анализ музыкально-выразительных средств. Разбор и выучивание танцевальных элементов и рисунка танца. Работа над чистотой исполнения элементов. Исполнение соло и в танцевальном ансамбле. Работа над выразительностью мимики. Исполнение под счет и с музыкальным сопровождением. Работа над синхронностью, точностью исполнения рисунка.

Формы контроля: Опрос и контрольный показ постановки (учащиеся должны знать, что такое музыкально-выразительные средства, мелодия, ритм, кульминация, должны знать кульминационные точки и технику исполнения танцевальных элементов, а также рисунок разучиваемого танца, должны демонстрировать чистоту исполнения элементов в соло и в танцевальном ансамбле, должны использовать выразительную мимику, должны уметь исполнять разучиваемый танец под счет и с музыкальным сопровождением, должны выполнять синхронно и большой точностью исполнения рисунок танца).

Тема 3.2. Отработка движений танца

Теория: Техника исполнения танца.

Практика: Синхронно-грамотное исполнение танцевальных композиций. Работа над синхронностью, точностью исполнения рисунка.

Формы контроля: контрольный показ танцевальных композиций (учащиеся должны знать технику исполнения танца, должны синхронно-грамотно исполнять танцевальные композиции).

Тема 3.3. Генеральная репетиция

Теория: Предконцертная подготовка артиста.

Практика: Работа над синхронностью движений в ансамбле, точностью исполнения рисунка, яркостью образа.

Формы контроля: Опрос и контрольный показ танцевальной постановки (учащиеся должны знать, в чем заключается предконцертная подготовка артиста танцевального ансамбля, должны продемонстрировать в исполнении синхронность движений в ансамбле, точность исполнения рисунка, яркость образа).

Тема 3.4. Итоговое занятие по разделу 3.

Теория: Тема и образ танцевальной композиции.

Практика: Исполнение постановки.

Формы контроля: Контрольный показ постановки.

Раздел 4. Беседы об истории танца и воспитательные мероприятия

Тема 4.1. Обзор танцевальных жанров

Теория: История танцевального искусства, классический танец (балет); народные или этнические; бальные — латиноамериканская и европейская программа; современные. Народные истоки русского балета: игрища, хороводы. Танец-игра. Охотничьи пляски. Военные пляски. Религиозные, культовые танцы. Искусство скоморохов (приложение Г).

Практика: Экспресс-викторина по истории танца, «викторина-угадайка» музыкальных фрагментов.

Формы контроля: Опрос. Должны знать основные группы танцев, должны узнавать по видео и аудио-фрагментам танцы: русские, польку, вальс, самбу, ча-ча-ча.

Тема 4.2. История русской танцевальной школы

Теория: Русская школа классического танца.

Практика: Просмотр презентации, просмотр документального фильма с названием эпохи, исполнителей, музыкального спектакля, деятеля культуры.

Тема 4.3. История танца Хип-хоп.

Теория: История танца хип-хоп.

Практика: Просмотр презентации, фрагментов фильмов, аудиозаписей.

Тема 4.4. Викторины. Конкурсы.

Теория: Правила состязаний, систему начисления баллов, выявления призёров и абсолютных победителей в викторинах, конкурсах.

Практика: Беседы о здоровом образе жизни. Беседы о патриотизме, о героях Отечества. Беседы о духовности и нравственности, викторины, конкурсы по направлениям воспитательной работы и по истории танца (приложение Г/1).

Тема 4.5. Просмотр специальных фильмов, прослушивание музыки.

Теория: Танец как выражение культуры человека.

Практика: Просмотр специальных видео-фильмов, просмотр видеозаписей танцевальных коллективов, посещение концертов.

Тема 4.6. «Россия - Родина моя»

Теория: Рассказ о достижениях, особенностях, выдающихся людях и исторических событиях нашей Родины (приложение Г/2).

Практика: Проведение воспитательных мероприятий в детском творческом коллективе по заранее разработанному конспекту.

Тема 4.7. «Профессия - хореограф»

Теория: Особенности профессии, связанной с танцами, рассказать о выдающихся педагогах и лучших танцевальных школах (приложение Г/3).

Практика: Проведение воспитательных мероприятий в детском творческом коллективе по заранее разработанному конспекту.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение.

Тема 4.8. Итоговое занятие по разделу 6.

Теория: Закрепление знаний об истории танца, направлениях, профессиях, связанных с танцевальной деятельностью, о выдающихся людях и исторических событиях нашей родины.

Практика: Решение творческих заданий по темам раздела №6.

Формы контроля: Опрос-беседа, педагогическое наблюдение (приложение Г).

Итоговое занятие

Практика: отчетный класс-концерт детского творческого коллектива, включающий сольные и ансамблевые номера.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Формы контроля/аттестации и оценочные материалы

Планируемые результаты	Формы контроля/ аттестации	Диагностический инструментарий (методики, диагностики)	
Предметные (ЗУН по программе), теоретическая и практическая подготовка, <i>фиксируются в Карте 1)</i>	будут знать танцевальную терминологию (названия танцевальных движений и фигур, заложенных в программу)	Опрос	Опросник «Танцевальные термины» (критерии оценки и бланк в Приложение В/4)
	будут владеть базовыми навыками танцевального стиля хип-хоп;	Контрольное выполнение упражнений. Контрольный показ постановки	Педагогическое наблюдение выполнения упражнений (критерии оценки и бланк в Приложение В/4)
	будут уметь согласовывать движения с характером, ритмом, темпом музыки		
будут уметь ставить цель, планировать, и проявлять творческую активность в танце			
Метапредметные (общеучебны, учебно-организационные знания и умения, <i>фиксируются в Карте 1)</i>	будут развиты мышечная сила, гибкость, выносливость, координационные способности	Контрольное выполнение упражнений	Педагогическое наблюдение выполнения упражнений (критерии оценки и бланк в Приложение В/4.)
	будут развиты память, внимание, чувство ритма, музыкальный слух		

Личностные (организационно-волевые, ориентационные, поведенческие качества, <i>фиксируются в Карте 2</i>)	будут проявлять интерес к профессиям, связанным с музыкально-ритмической и танцевальной деятельностью; будут придерживаться принципов справедливости, взаимопомощи и творческого сотрудничества в процессе непосредственной хореографической и учебной деятельности, сформирована ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; будет воспитано уважение к культуре и истории своей Родины, к её защитникам.	Педагогическое наблюдение	Критерии оценки представлены в Приложение В/2
--	---	---------------------------	---

В МБУ ДО «ЦВР «Истоки» принята единая система оценки качества образования в виде мониторинга и разработаны общие критерии оценки реализации программы, которые фиксируются в трех картах.

1 карта «Мониторинг *результатов обучения* детей по программе;

2 карта «Мониторинг *личностного развития учащихся* в процессе освоения программы;

3 карта «Реализация *творческого потенциала* учащихся МБУ ДО «ЦВР «Истоки» (карты мониторинга в Приложение).

Целью разработки карт мониторинга и критериев оценки является:

- выявление индивидуальных особенностей детей, влияющих на эффективность занятия;
- отслеживание развития личностных качеств под влиянием целенаправленной работы с учащимися и, соответственно, корректировка методики работы с каждым ребенком.

Результаты обучения МБУ ДО «ЦВР «Истоки» фиксируются в Карте №1 «Мониторинг результатов обучения» по следующим направлениям:

Предметные (теоретическая подготовка, практическая подготовка);

Метапредметные (общеучебные умения и навыки, учебно-организационные умения и навыки) (Приложение В/1).

Эти направления рассматриваются по следующим параметрам: оцениваемые показатели, критерии оценки, степень выраженности оцениваемого качества и методы диагностик, которые педагог выбирает в соответствии со своей образовательной программой. Первую графу – оцениваемые показатели – педагог также наполняет в соответствии со своей образовательной программой.

Результаты личностного развития учащихся МБУ ДО «ЦВР «Истоки» фиксируются в Карте № 2 «Мониторинг личностного развития».

Личностные результаты представлены следующими *показателями*:

- организационно-волевые качества: терпение, воля, самоконтроль.
- ориентационные качества: интерес к занятиям, самооценка.
- поведенческие качества: конфликтность, тип сотрудничества (Приложение В/2).

В совокупности, приведенные в таблице, личностные качества (свойства) отражают многомерность личности; позволяют выявить основные индивидуальные особенности ребенка; легко наблюдаемые, доступные для анализа любому педагогу и не требуют привлечения других специалистов.

Достижения учащихся фиксируются в Карте № 3 «Реализация творческого потенциала учащихся МБУ ДО «ЦВР «Истоки», где отмечаются уровневые (район, город, регион, федерация и т.д.) (Приложение В/3) достижения детей в реализации программы.

Работа по предложенной технологии позволяет содействовать личностному росту ребенка: выявлять то, каким он пришел в объединение, чему научился в процессе освоения программы, каким стал через некоторое время.

Мониторинг программы проводится три раза за период обучения: 0-срез на начало образовательной деятельности (сентябрь), в течение обучения – промежуточный (январь), в конце учебного года – итоговый (май).

Единая система мониторинга позволяет проследить за продвижением каждого ребенка (в учебной деятельности, в личностном развитии, в реализации творческого потенциала) в период освоения программы, а также проконтролировать работу педагога по реализации программы.

2.2. Методические материалы

В основе обучения по программе «Веселая ритмика» лежит игровое начало. Особой задачей является развитие умения сосредоточиться, проявить внутреннюю собранность, активизировать внимание. К концу учебного года у ребенка должно сформироваться решение о дальнейших занятиях ритмикой и танцевальным искусством в данном коллективе. Программа предполагает индивидуальный подход к учащимся, поскольку степень одаренности и способностей детей, а порой и учебных групп - различны.

При реализации программы используются *технологии обучения*:

I. По подходу к ребенку: личностно-ориентированные технологии.

II. По преобладающему (доминирующему) методу:

1. Репродуктивные: *словесные*: объяснение, рассказ, беседа; *наглядные*: наглядно-зрительный (выразительный показ танцевальных элементов педагогом), иллюстративно-двигательный (показ сценического исполнения произведения, отдельных его элементов); *практические*: упражнения (многократное повторение, варьирование знакомого материала, индивидуальное последовательное разучивание и повторение репертуара с учетом сложности произведения возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребенка).

2. Игровые.

3. Технологии коллективного творческого дела.

III. По организационным формам:

1. Индивидуальная технология обучения.

2. Групповые технологии.

3. Технология коллективного способа обучения.

IV. По категории учащихся: массовая технология – рассчитана на усредненного ученика. Методологической основой программы является личностно-ориентированный подход, основной идеей которого служит мысль, что процесс обучения ритмике имеет свои законы развития, которые основываются на возрастных (каждая возрастная категория детей имеет свои физические ограничения) и индивидуальных особенностях (каждый ребёнок имеет определённый уровень физического развития).

Основные двигательные навыки и умения у детей в младших классах формируются, а далее - совершенствуются. Поэтому важным принципом работы в этих группах является использование минимума танцевальных элементов при максимуме всевозможных сочетаний. Для обучения ритмике детей дошкольного и младшего школьного возраста необходимо использовать игровой принцип. Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, и при этом требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда учащихся.

В основе процесса обучения лежат следующие методические принципы:

— единство художественного и технического развития учащегося;

— постепенность и последовательность в овладении ритмикой;

— применение индивидуального подхода к учащимся.

На занятиях ритмикой важно приучать учащихся к нормальной реакции на замечания по поводу ошибок. Воспитание толерантности приучает их к правильной оценке своих и чужих ошибок.

Каждое занятие включает многообразие тем, объединенных одной идеей, направлением, то есть система каждого занятия содержит следующие элементы: история танца вообще и история танцевального направления «Хип-Хоп»; ритмические упражнения; развитие мышечного аппарата; работа над репертуаром.

Данные элементы согласовываются друг с другом в соответствии с особенностями группы и идеей конкретного занятия. Тематика основных элементов представлена в тематическом плане.

Теоретические сведения по истории танца и истории танцевального направления "Хип-хоп" даются непосредственно в процессе занятия и в ходе работы над постановками.

Таким образом, программа разделена на отдельные тематические часы, но в связи со спецификой занятий в кружке ритмики границы их несколько сглаживаются. Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Первый года обучения разбит на два состава, для каждого материал подобран согласно возрастным особенностям, в обучение старшего состава идет усложнение учебного материала, усложнение композиционных элементов и их сочетаний, ускорение темпа выполнения и усложнение техники.

Вводная часть знакомит учащихся с правилами поведения в репетиционном (танцевальном) зале, техникой безопасности, с будущей деятельностью в кружке ритмики. На первых занятиях происходит также знакомство учащихся друг с другом и с педагогом.

Раздел 1. Азбука музыкального движения – раздел, посвященный характеру исполнения движений. Здесь ребят знакомят с исполнением одних и тех же движений в разных темпах и разных характерах, дают слушать музыку и определять сильную или слабую доли такта и т.д.

Раздел 2. Общеразвивающие и специальные упражнения. Задача данного раздела – улучшение общей и специальной физической подготовки детей. Данный раздел на разных этапах обучения может включать в себя: *общеразвивающие и специальные упражнения* для развития гибкости и подвижности суставов, эластичности мышц, развитие выносливости, танцевального шага и т.д.

Раздел 3. Ритмика с элементами гимнастики (ритмика способствует развитию музыкальности, чувства ритма, умения слышать музыку, умение двигаться в соответствии с характером, темпом, ритмом музыки, она включает коллективно - порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся; на первых занятиях они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений. Элементы гимнастики органично включаются в программу и помогают развить гибкость суставов, эластичность связок).

Раздел 4. «Мы танцуем». Задача данного раздела - использование базовой основы современного эстрадного танца «Хип-хоп» для развития ритмических, музыкальных, двигательных способностей учащихся.

Раздел 5. Постановка, репетиции. Занятия по этому разделу предполагают работу над этюдами, над импровизациями, над танцевальными номерами для сценического исполнения и включают в себя разучивание движений танца, разведение рисунка танца, отработку танцевальных постановок, работу над образом в танце. В этот же раздел входит знакомство с лучшими образцами хореографического искусства (просмотр видеокассет, дисков). Показ лучших образцов хореографического искусства является необходимым звеном в процессе обучения исполнителя.

Репертуар детского исполнительского коллектива планируется в соответствии с актуальными потребностями образовательной организации и творческим состоянием той или иной группы, при этом учитываются интересы учащихся (Приложение А).

Важно, чтобы музыкальный материал соответствовал эмоциональной возрастной реакции детей на музыку, характер музыки должен быть жизнерадостным, возможны различные обработки детских песен и народной музыки в эстрадном варианте рэп-вариант, хаус, дапстеп. На основе проченного материала ставятся номера в копилку репертуара коллектива в характере народного или стилизованного танца с сюжетной направленностью. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка, эстрадная обработка народной музыки, возможно обращение к различным музыкальным размерам. Разучивание музыкально-ритмических танцевальных постановок завершается показом готовых репертуарных. Музыкальное оформление занятий является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным. Музыкальное произведение (фрагмент) подбирается к каждой части занятия, определяется его структура, темп, ритмический рисунок, характер. Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными. В оформлении занятия можно использовать: классическую музыку русских и зарубежных композиторов; народную музыку; музыку в современных ритмах.

Музыкальный материал должен быть: доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми соответствующего возраста; иметь выразительную мелодию и четкую фразировку; быть близким по содержанию детским интересам.

Раздел 6. Беседы об истории танца и воспитательные мероприятия. Задача данного раздела – познакомить учащихся с историей танца и с особенностями истории развития танца хип-хоп. Также в этом разделе запланированы мероприятия по воспитанию стремления к здоровому образу жизни, по профориентации и патриотическому воспитанию.

Структура занятия

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия. Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния учащихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия. Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование танцевальных движений; отработка композиций и т.д. Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); элементы танца хип-хоп; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия. Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

2.3. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Для успешной реализации данной программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- *Помещение*, в котором проводятся занятия: хореографический зал. с зеркалами
- *Технические средства обучения*: музыкальный центр.
- *Материалы*, необходимые для занятий: электронные аудиозаписи и медиа – продукты (видеоматериалы, тексты песен, аудиозаписи танцевальных композиций).
- *Учебный комплект на каждого ребенка* (предоставляемый родителями): форма для занятий танцами (футболка, кроссовки, трико).

Методическое обеспечение программы

Форма проведения занятия	Форма организации текущей работы	Приёмы и методы (технологии) организации учебно-воспитательного процесса	Информационное обеспечение
Групповые. Сводные репетиции. Подгрупповая	Учебное занятие; Открытое занятие; Репетиция; Итоговое занятие; Творческий отчёт; Импровизация; Выступление.	Методы: Словесный, репродуктивный, игровой. Технологии: – Личностно-ориентированные; – Технологии сотрудничества; – Репродуктивные технологии; – Групповые технологии; – Технология дифференцированного обучения.	1. Методические авторские разработки по хореографии занятий, бесед, мероприятий и пр. (в электронном виде). 2. Записи музыкальных произведений. 3. Литература. 4. Фото и видеоматериалы.

Литература

Список литературы для педагога

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. Внимание: дети. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 2000. - 265 с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 1999. - 262
3. Богданов, Г. Ф. Детское хореографическое творчество: теория, методика, практика : методическое пособие. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 193 с.
4. Бондаренко Л.А. «Методика хореографической работы в школе», Киев,1998.-125с.
5. Боттомер П. Урок танца. - Москва. - Эксмо-Пресс. – 2003.
6. Бурёнина, А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей. Учебное пособие для педагогов различных образовательных учреждений / А.И. Бурёнина. - СПб.: Музыкальная палитра, 2004. – 36с.
7. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар. – 2003. – 192с.
8. Волков Б. С., Волкова Н.В. Задачи и упражнения по детской психологии: Уч. пос. для студ. пед. институтов и пед. училищ. — М.: Просвещение, 1991.
9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: Уч. пос. для вузов искусств и культуры. — М.: ВЛАДОС, 2003.
10. Диниц Е.В., Ермаков Д.А., Иванникова О.В. Авт.-сост. Азбука танцев (Мир твоих увлечений). — М.: «Издательство АСТ»; Донецк: «Сталкер», 2004.
11. Зарецкая Н.В. Танцы ля детей старшего дошкольного возраста. - Москва 2007.- 128с.
12. Звездочкин В. А. Классический танец.: Уч. пос. для студентов высших и средних учебных заведений искусств и культуры. Серия «Учебники и учебные пособия». — Ростов н/Д: «Феникс». 2003.
13. Игнашенко А.М. Акробатика в школе. - М.: Просвещение – 1964.-235с.
14. Карп П. О. О балете. - М.- 1967.- 160с.
15. Климов А.А. Особенности русского народного танца. - М.- 2002.- 146с.
16. Климов А. А. Русский народный танец. - М.- 2002.-
17. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования. Акробатика — М.: ВЛАДОС, 2005.- 63с.
18. Кон И. С. Психология ранней юности: (Психол. наука — школе). Кн. для учителя. — М.: Просвещение, 1989.- 255с.
19. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. - М.- 1981. – 175с.
20. Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца. - Л.-1968.
21. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. - Санкт-Петербург. - Искусство. – 2001.- 261с.
22. Мессерер А. Уроки классического танца. (Мир культуры, истории и философии). — СПб.: «Лань», 2004.- 400с.
23. Михайлова М.А. Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль.2004.- 112с.
24. Насютинская В.М. Волшебный мир танца: Кн. для учащихся. — М.: Просвещение, 1985.
25. Петров В.К. Новые формы физ. культуры и спорта. — М.: Советский спорт, 2004.- 576с.
26. Полятков С. С. Основы современного танца. Серия "Без проблем". — Ростов н/Д: Феникс, 2006.
27. Резникова З.П. Приглашение к танцу. – М.: Музыкальная литература, 1996.- 176с.
28. Сердюков В.П. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств. - М.- 1987.

Список литературы для учащихся

1. Стромов Ю.А. Путь актера к творческому перевоплощению: Уч. пос. для театра, и культ.-просвет. учеб. заведений. — 2-е изд.— М.: Просвещение, 1980.- 168с.
2. Студия «Диваданс», С.-Петербург 2005.
3. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие. - Москва. – 1995. – 224с.
4. Ткаченко Т.Т. Народный танец. - Москва. - 2002
5. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы. - М.,1996.-137с.
6. Федорова Г. Танцы для развития детей. - М.-2000. – 152с.
7. Чеккетти Г. Полный учебник классического танца. /пер. с итал. Е. Лысовой. — М.: АСТ: Астрель, 2007.- 188с.

8. Шер. Б. Простые игры для физического развития; пер. с англ. В. В. Гуринович. — Минск «Попурри», 2008.- 204с.

Интернет- ресурсы

1. Алдошина, М. Развитие творческих способностей детей посредством занятий хореографией–3с. [Электронный ресурс]–Режим доступа: <http://www.maam.ru/detskijasad/metodicheskaja-razrabotka-po-temerazvitie-tvorcheskih-sposobnostei-detei-posredstvom-zanjatii-horeografiei.html>

2. Бояркина, А.А. Развитие творческих способностей обучающихся средствами хореографии – 18 с. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2015/11/04/razvitiitvorcheskih-sposobnostey>

3. Сорокина М.В. Родительские установки [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://gestaltclub.com/articles/obsaa-psihologia/10105-roditelskieustanovki>

4. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012г № 273-ФЗ) [Электронный ресурс]: <http://www.rg.ru/>

Данная литература может быть полезна родителям.