

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества**

Утверждаю



Директор МБУ ДО ДДТ

/Морозова М.А./

Приказ № 25 от 30.08.22

**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Ритмический калейдоскоп»**

Рекомендовано к утверждению
на педагогическом совете

от 23.08.22 протокол № 1

Секретарь Никитина /Никитина О.А./

Возраст обучающихся: 5-15 лет

Срок реализации: 5 лет

Педагог дополнительного образования

Ступникова Надежда Павловна

г. Кашин

2022 г.

Паспорт программы

Полное наименование программы	«Ритмический калейдоскоп»
Руководитель программы	Ступникова Надежда Павловна
Должность	Педагог дополнительного образования
Адрес осуществления образовательной деятельности	171640, Тверская обл., г. Кашин, ул. Карла Маркса, д. 21
Номер телефона	2-08-69
Цель программы	Формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений
Направленность программы	Художественная
Срок реализации программы	5 лет
Вид программы	Модифицированная
Форма обучения	Очная
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	Доступно для детей с ОВЗ при сохранном интеллекте и опорно-двигательном аппарате
Краткое описание программы	Занятия классическим танцем развивают музыкальные и артистические способности детей, гибкость, чувство ритма, формируют правильную осанку, улучшают координацию движений. Объединение «Хореография» ведет концертную деятельность, ребята изучают классические, русские народные и современные танцы.

Содержание

	Раздел	Стр.
1.	Пояснительная записка	4
2.	Сведения о программе, направленность	5
3.	Объем, сроки освоения, сроки обучения, форма обучения	6
4.	Цель, задачи и планируемые результаты обучения, целевая аудитория	6
5.	Организационно-педагогические условия	8
6.	Формы, порядок и периодичность аттестации и текущего контроля	8
7.	Учебный план	9
8.	Содержание учебного плана	9
9.	Календарный учебный график	20
10.	Оценочные материалы	20
11.	Методические материалы	24
12.	Воспитательные компоненты	27
13.	Информационные ресурсы и литература	29

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовая база:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Положение о системе единого ведения программно-методической документации по организации образовательного процесса педагогами дополнительного образования МБУ ДО ДДТ (приказ № 10 от 22.02.2021) и другие локальные нормативные акты МБУ ДО ДДТ.

Актуальность

Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я».

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. В ходе выполнения различных движений и упражнений в игровой форме укрепляется опорно-двигательный аппарат ребенка, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и

этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации образовательных и воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребенка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации движений ребенка и способность на определенном этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований программы.

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

2. СВЕДЕНИЯ О ПРОГРАММЕ, НАПРАВЛЕННОСТЬ

Данная программа является модифицированной. В ее основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной (СПб., 2000). Данная программа разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей.

Направленность программы – художественная.

Обучение детей по данной программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей.

3. ОБЪЕМ, СРОКИ ОСВОЕНИЯ, СРОКИ ОБУЧЕНИЯ, ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Программа рассчитана на 5 лет. Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребенка;
- большим объемом материала;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Объем программы – 720 часов:

- 1 год обучения – 144 часа
- 2 год обучения – 144 часа
- 3 год обучения – 144 часа
- 4 год обучения – 144 часа
- 5 год обучения – 144 часов

Форма обучения – очная.

4. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ, ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ

Цель программы – формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Задачи программы:

Образовательные:

- дать детям возможность через образы выразить их собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- понимание и исполнение ритмических движений, названия которых даются педагогом на французском языке;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой и музыкальными фразами.

Развивающие:

- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом.

Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе;

Планируемые результаты

К концу первого года обучения дети:

- овладевают навыками различных видов передвижений по залу,
- приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.).

К концу второго года обучения дети:

- могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр;
- умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой;
- владеют основами хореографических упражнений этого года обучения.

К концу третьего года обучения дети:

- владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения;
- умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения;
- желают продолжать занятия хореографией после трех лет освоения программы.

К концу четвертого года обучения дети:

- знают правила грамотного выполнения элементов и движений классического экзерсиса;
- знают термины основных движений классического, русского, народно-сценического и спортивного танца;
- знают основы музыкальной грамоты;
- умеют исполнять народные и балетные танцы.

К концу пятого года обучения дети:

- могут передавать танцевальный образ в танце;
- могут координировать свои движения в соответствии с музыкальным темпом;
- могут сочинять небольшие танцевальные комбинации;
- могут самостоятельно выполнять разминочные и гимнастические упражнения;
- могут исполнять несколько танцев из репертуара коллектива.

Целевая аудитория: программа рассчитана на обучающихся 5-15 лет.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Продолжительность занятий

Дошкольный возраст (5-6 лет) – 2 раза в неделю по 25 минут.

Школьный возраст (7-15 лет) – 2-4 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа (45+45 минут), 5 год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа (45+45 минут). Перерыв между занятиями – 10 минут.

Занятия проводятся по группам. Состав группы постоянный, разновозрастный. Допустимое количество обучающихся в группе – не менее 10 человек.

Материально-техническая база

Хореографический класс приспособлен для занятий, оборудован станком, зеркалами. Имеются технические средства обучения (звуковые) – музыкальный центр, учебно-наглядные пособия (литература, видеозаписи), набор CD-дисков с записями мелодий.

6. ФОРМЫ, ПОРЯДОК И ПЕРИОДИЧНОСТЬ АТТЕСТАЦИИ И ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Входящий (вводный) контроль: при поступлении оцениваются природные данные ребенка (музыкальный слух, координация движений, пластика, коммуникабельность) для выстраивания дальнейшей работы с ним.

Текущий контроль: раз в два месяца проводятся контрольные занятия и открытые занятия для родителей. Учитывается также участие обучающихся в тематических праздниках и открытых внутренних и городских мероприятиях.

Промежуточная аттестация: по завершении полугодия (в декабре и мае, согласно календарному учебному графику) проводятся отчетные концерты.

Итоговое оценивание освоения программы: применяется мониторинг образовательной работы по индивидуальным картам для определения уровня развития личностных качеств обучающихся, педагогом разработаны критерии оценки учебно-организационных умений и навыков, теоретических и терминологических знаний, практических навыков.

7. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Первый год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего	Форма контроля
1.	Вводное занятие	2	–	2	опрос
2.	Знакомство с танцем	8	–	8	опрос
3.	Музыкальная грамота	4	6	10	опрос
4.	Элементы классического танца	4	12	16	контрольное занятие
5.	Танцевальные игры (ритмопластика)	–	20	20	игра
6.	Рисунок танца	4	16	20	беседа
7.	Элементы народного танца	4	16	20	контрольное занятие
8.	Элементы бального танца	4	20	24	контрольное занятие
9.	Игровой стретчинг	4	20	24	открытое занятие
	ИТОГО:	34	110	144	

8. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие.

Теория: Правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон), требования к внешнему виду, разговор о технике безопасности на занятиях.

Практика: Начальная диагностика на элементарных движениях.

2. Знакомство с танцем.

Теория: Знакомство с различными видами танцев: народными, классическими, современными, бальными. Рассказ о танцах народов различных стран и знакомство с их характерными особенностями. Рассказ о пользе танца для здоровья детей. Беседа о любимых танцах.

3. Музыкальная грамота.

Теория: Расширение представления о танцевальной музыке.

Практика: Обучение детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам. Развитие умения двигаться в

соответствии с характером музыки. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение). Такт, размер 2/4, 4/4. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом). Музыкально-ритмические игры.

4. Элементы классического танца.

Теория: Знакомство с темой «Основа классического танца». Правила техники безопасности при работе на станке.

Практика: Развитие мускулатуры ног, рук, спины. Формирование правильной осанки и координации движений. Подготовка к изучению более сложных элементов.

5. Танцевальные игры (ритмопластика).

Теория: Знакомство с понятием «ритмопластика».

Практика: Развитие внимания, памяти, координации движений через танец. Подготовка организма ребенка к выполнению более сложных танцевальных элементов. Проработка движений в соответствии с характером музыки. Отработка передачи эмоционального настроения произведения через танцевальные движения.

6. Рисунок танца.

Теория: Знакомство с понятием «Рисунок танца». Изучение простых рисунков танца для исполнения в концертных номерах.

Практика: Приобретение навыков свободного передвижения в пространстве, отработка равнения в рисунке и соблюдения интервалов в танце. Отработка перестройки из одного вида рисунка в другой: рисунок танца «Колонна», «Линия», «Диагональ», «Спираль», «Круги», «Змейка», «Клубок ниток» и др.

7. Элементы народного танца.

Теория: Знакомство с историей русского народного танца, его особенностями и формами. Беседа об отличительных особенностях характера, манер исполнения народного танца. Знакомство с элементами народного костюма.

Практика: Отработка постановки корпуса. Развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», «ковырялочка», «дробь», «присядка», «хлопушка» и др. Отработка основных движений русского танца: ходы, подготовка к дробям, боковой галоп, русский поклон, тройные прыжочки, молоточки и др.

8. Элементы бального танца.

Теория: Знакомство с историей бального танца, его особенностями и формами. Беседа об этике взаимоотношений в бальных танцах.

Практика: Изучение основ бальных танцев: «Полька», «Вальс», «Па-де-грасс». Отработка основных элементов танца.

9. Игровой стретчинг.

Теория: Знакомство с понятием «игровой стретчинг», правила техники безопасности при выполнении упражнений на полу.

Практика: Упражнения на вовлечение в работу всего организма, на все группы мышц, чередование напряжения и расслабления.

Второй год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего	Форма контроля
1.	Вводное занятие	1	—	1	опрос
2.	Знакомство с танцем	11	-	11	беседа
3.	Музыкальная грамота	5	5	10	опрос
4.	Элементы классического танца	5	12	17	контрольное занятие
5.	Танцевальные игры (ритмопластика)	3	25	28	игра
6.	Рисунок танца	6	20	26	беседа
7.	Элементы народного танца	6	20	26	контрольное занятие
8.	Элементы бального танца	5	20	25	контрольное занятие
	ИТОГО:	42	102	144	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория: Правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон), требования к внешнему виду, разговор о технике безопасности на занятиях.

Практика: Начальная диагностика на элементарных движениях.

2. Знакомство с танцем.

Теория: Знакомство с различными видами танцев: народными, классическими, современными, бальными. Рассказ о танцах народов различных стран и знакомство с их характерными особенностями. Рассказ о пользе танца для здоровья детей. Беседа о любимых танцах.

3. Музыкальная грамота.

Теория: Расширение представления о танцевальной музыке.

Практика: Обучение детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам. Развитие умения двигаться в соответствии с характером музыки. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр,

строение). Такт, размер 2/4, 4/4. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом). Музыкально-ритмические игры.

4. Элементы классического танца.

Теория: Знакомство с темой «Основа классического танца». Правила техники безопасности при работе на станке.

Практика: Развитие мускулатуры ног, рук, спины. Формирование правильной осанки и координации движений. Подготовка к изучению более сложных элементов.

5. Танцевальные игры (ритмопластика).

Теория: Знакомство с понятием «ритмопластика».

Практика: Развитие внимания, памяти, координации движений через танец. Подготовка организма ребенка к выполнению более сложных танцевальных элементов. Проработка движений в соответствии с характером музыки. Отработка передачи эмоционального настроения произведения через танцевальные движения.

6. Рисунок танца.

Теория: Знакомство с понятием «Рисунок танца». Изучение простых рисунков танца для исполнения в концертных номерах.

Практика: Приобретение навыков свободного передвижения в пространстве, отработка равнения в рисунке и соблюдения интервалов в танце. Отработка перестройки из одного вида рисунка в другой: рисунок танца «Колонна», «Линия», «Диагональ», «Спираль», «Круги», «Змейка», «Клубок ниток» и др.

7. Элементы народного танца.

Теория: Знакомство с историей русского народного танца, его особенностями и формами. Беседа об отличительных особенностях характера, манер исполнения народного танца. Знакомство с элементами народного костюма.

Практика: Отработка постановки корпуса. Развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», «ковырялочка», «дробь», «присядка», «хлопушка» и др. Отработка основных движений русского танца: ходы, подготовка к дробям, боковой галоп, русский поклон, тройные прыжки, молоточки и др.

8. Элементы бального танца.

Теория: Знакомство с историей бального танца, его особенностями и формами. Беседа об этике взаимоотношений в бальных танцах.

Практика: Изучение основ бальных танцев: «Полька», «Вальс», «Па-де-грасс». Отработка основных элементов танца.

Третий год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего	Форма контроля
1.	Вводное занятие	2	—	2	опрос
2.	Азбука музыкальных движений	2	6	8	беседа
3.	Элементы классического танца	2	10	12	контрольное занятие
4.	Элементы народно - сценического танца	2	20	22	контрольное занятие
5.	Элементы современного танца	2	16	18	контрольное занятие
6.	Танцевальная импровизация	2	20	22	игра
7.	Гимнастика (игровой стретчинг)	2	22	24	открытое занятие
8.	Постановка танца	2	18	20	выступление на сцене
9.	Творческие занятия		10	10	игра
10	Концертная деятельность	6		6	концерт
	ИТОГО:	22	122	144	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория: Правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон), требования к внешнему виду, разговор о технике безопасности на занятиях.

Практика: Диагностика физического состояния на начало учебного года.

2. Азбука музыкальных движений.

Теория: Расширение представления о танцевальной музыке.

Практика: Обучение детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам. Развитие умения двигаться в соответствии с характером музыки. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок). Танцевальные игры.

3. Элементы классического танца.

Теория: Знакомство с темой «Основа классического танца». Правила техники безопасности при работе на станке.

Практика: Упражнения на развитие мускулатуры ног, рук, спины. Отработка положений и позиций рук и ног. Формирование правильной осанки и координации движений. Подготовка к изучению более сложных элементов.

4. Элементы народно-сценического танца.

Теория: Беседа об отличительных особенностях характера, манер исполнения народного танца. Знакомство с элементами народного костюма.

Практика: Отработка постановки корпуса. Развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», «ковырялочка», «дробь», «присядка», «хлопушка» и др.

5. Элементы современного танца.

Теория: Знакомство с танцевальными этюдами на современном материале.

Практика: Развитие внимания, памяти, координации движений через танец. Подготовка организма ребенка к выполнению более сложных танцевальных элементов. Проработка движений в соответствии с характером музыки. Отработка передачи эмоционального настроения произведения через танцевальные движения.

6. Танцевальная импровизация.

Теория: Знакомство с понятием «танцевальная импровизация».

Практика: Приобретение навыков свободного передвижения в пространстве, отработка равнения в рисунке и соблюдения интервалов в танце. Отработка перестройки из одного вида рисунка в другой.

7. Гимнастика (игровой стретчинг).

Теория: Повторение правил техники безопасности при выполнении упражнений на полу.

Практика: Упражнения, охватывающие все группы мышц.

8. Постановка танца.

Практика: Отработка рисунка танца; работа индивидуально, в парах и тройках. Постановка танца.

9. Творческие занятия.

Практика: постановка этюдов обучающимися.

10. Концертная деятельность.

Практика: выдача готового танца на выступлении.

Четвертый год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего	Форма контроля
1.	Вводное занятие	2	–	2	опрос
2.	Азбука музыкальных движений	2	6	8	опрос

3.	Элементы классического танца	2	10	12	контрольное занятие
4.	Элементы народно - сценического танца	2	20	22	контрольное занятие
5.	Элементы современного танца	2	16	18	контрольное занятие
6.	Танцевальная импровизация	2	20	22	игра
7.	Гимнастика (игровой стретчинг)	2	22	24	открытое занятие
8.	Постановка танца	2	8	10	выступление на сцене
9.	Творческие занятия	–	20	20	игра
10	Концертная деятельность	6	–	6	концерт
	ИТОГО:	22	122	144	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория: Беседы о здоровом образе жизни. Профилактика травматизма. Гигиена, режим дня. Рационально питание. Взаимоотношения в коллективе. Беседа о правилах поведения в поездках, в транспорте, при переходе через дорогу.

2. Азбука музыкальных движений.

Теория: Прослушивание музыкальных произведений. Разные виды ритмических рисунков. Комбинации из хлопков и притоков. Музыкальные темпы. Аллегро. Адажио. Тактовые и затактовые вступления в танец.

Практика: Упражнения на развитие музыкального ритма. Комбинации на сложную координацию движений. Повторение разогревающих и общеразвивающих упражнений и движений на шагах, беге, прыжках.

3. Элементы классического танца».

Теория: Повторение основных правил исполнения элементов классического танца. Законы и эстетика в позах классического танца. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра. Музыкальный размер 3/4. Выразительность рук. Апломб. Вальс.

Практика: Деми и гранд плие по 1, 2, 3 и 5 позициям.

Батман тандю с 5-й позиции во всех направлениях музыкальный размер 3/4.

Рон де жамб пар тэр- ан деор и андедан музыкальный размер 3/4.

Батман фраппе по всем направлениям музыкальный размер 2/4, 4/4.

Релеве лян с 5-й позиции во всех направлениях.

Гранд батман жете из 5-й поз.

Па бальянсе.

Тан лие партер вперед.

Сохранение равновесия в стойке на одной ноге, другая – в положении пассе у колена.

Порт де бра 1, 2, 3.

Позы классического танца.

Музыкальный размер 3/4. Вальсовый шаг, вальсовый шаг в повороте.

Падебаски. Подабуре.

Прыжки: тан леве соте по 1-й и 3-й поз. Шанжман де пье. Перекидной прыжок.

4. Элементы народно-сценического танца.

Теория: Основные технические навыки открытые и закрытые позиции ног. Дробные движения русского танца. Настроение и характер танца. Хороводы, кадрили, переплясы. Стилизация танца. Правила поворотов и вращений.

Практика: Положения рук на поясе. Переводы рук в различные положения, работа с платками.

Ходы:

- шаги назад и вперед по диагонали
- переменный шаг с каблука
- шаг с продвижением на припадание («лошадки»)
- боковые ходы

Танцевальные движения:

- Переступания на каблуках.
- Притопы.
- Соскоки.
- «Веребочка» – простая и с переступанием.
- Подбивка.
- Перекидной прыжок вперед.
- соскоки с бегом в повороте
- «ковырялочка» в повороте с «моталочкой»
- припадание в повороте вправо и влево
- припадание в парах с поворотом
- комбинации

Дробные движения: одинарные, с подскоком, двойные удары. Комбинации.

Вращения: на полупальцах на месте, с продвижением вправо, влево; на припадании, на подскоках, на беге.

5. Элементы современного танца.

Теория: Отличительные особенности современных стилей.

Практика: Прыжки с поджатыми ногами в повороте, шаги накрест, шаги с броском, шаги с переносом тяжести тела, припадание накрест в повороте и др. Упражнения на развитие пластики: «волны» корпусом горизонтальные, вертикальные.

6. Танцевальная импровизация.

Теория: Прослушивание музыкальных произведений.

Практика: Сочинение этюдов по заданию. Массовые и сольные комбинации в разных танцевальных стилях. Самостоятельные сочинения комбинаций классического экзерсиса.

7. Гимнастика (игровой стретчинг).

Теория: Разогрев мышц. Элементы акробатики.

Практика: Повторение изученных движений в более быстром темпе и усложненном варианте. Упражнения в парах. Упражнения, лежа и сидя на различные группы мышц. Растяжки. Махи. Броски. Перевороты. Кувырки вперед, назад и боковые. Стойка на руках. Эстафеты.

8. Постановка танца.

Теория: Постановка репертуарных танцев коллектива. Работа с атрибутами танца: шарфы, шали, цветы, снежки, ложки.

Практика: Отработка и разводка номеров.

9. Творческие занятия.

Практика: создание творческих танцевальных этюдов самими обучающимися.

10. Концертная деятельность.

Практика: выдача готового танца на выступлении.

Пятый год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего	Форма контроля
1.	Вводное занятие	2	—	2	опрос
2.	Азбука музыкальных движений	2	6	8	опрос
3.	Элементы классического танца	4	12	16	контрольное занятие
4.	Элементы народно - сценического танца	2	16	18	контрольное занятие
5.	Элементы современного танца	2	10	12	контрольное занятие
6.	Танцевальная импровизация	2	16	18	игра
7.	Гимнастика	2	18	20	открытое занятие
8.	Постановка танца	-	16	16	выступление на сцене
9.	Творческие занятия	-	16	16	игра

10	Концертная деятельность	-	18	18	концерт
	ИТОГО:	16	128	144	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория: Беседы о здоровом образе жизни. Профилактика травматизма. Гигиена, режим дня. Рационально питание. Взаимоотношения в коллективе. Беседа о правилах поведения в поездках, в транспорте, при переходе через дорогу.

2. Азбука музыкальных движений.

Теория: Прослушивание музыкальных произведений. Разные виды ритмических рисунков. Комбинации из хлопков и притопов. Музыкальные темпы. Аллегро. Адажио. Тактовые и затактовые вступления в танец.

Практика: Упражнения на развитие музыкального ритма. Комбинации на сложную координацию движений. Повторение разогревающих и общеразвивающих упражнений и движений на шагах, беге, прыжках.

3. Элементы классического танца.

Теория: Повторение основных правил исполнения элементов классического танца. Законы и эстетика в позах классического танца. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра. Музыкальный размер 3/4. Выразительность рук. Апломб. Вальс.

Практика: Деми и гранд плие по 1, 2, 3 и 5 позициям.

Батман тандю с 5-й позиции во всех направлениях музыкальный размер 3/4.

Рон де жамб пар тэр- ан деор и андедан музыкальный размер 3/4.

Батман фраппе по всем направлениям музыкальный размер 2/4, 4/4.

Релеве лян с 5-й позиции во всех направлениях.

Гранд батман жете из 5-й позиции.

Па бальянсе.

Тан лие партер вперед.

Сохранение равновесия в стойке на одной ноге, другая – в положении пасса у колена.

Порт де бра 1, 2, 3.

Позы классического танца.

Музыкальный размер 3/4. Вальсовый шаг, вальсовый шаг в повороте.

Падебаски. Подабуре.

Прыжки: тан леве соте по 1-й и 3-й позициям. Шанжман де пье. Перекидной прыжок.

4. Элементы народно-сценического танца.

Теория: Основные технические навыки открытые и закрытые позиции ног. Дробные движения русского танца. Настроение и характер танца. Хороводы, кадрили, переплясы. Стилизация танца. Правила поворотов и вращений.

Практика: Положения рук на поясе. Переводы рук в различные положения, работа с платками.

Ходы:

- шаги назад и вперед по диагонали
- переменный шаг с каблука
- шаг с продвижением на припадание («лошадки»)
- боковые ходы

Танцевальные движения:

- Переступания на каблуках.
- Притопы.
- Соскоки.
- «Веребочка» – простая и с переступанием.
- Подбивка.
- Перекидной прыжок вперед.
- Соскоки с бегом в повороте.
- «Ковырялочка» в повороте с «моталочкой».
- Припадание в повороте вправо и влево.
- Припадание в парах с поворотом.
- Комбинации.

Дробные движения: одинарные, с подскоком, двойные удары. Комбинации.

Вращения: на полупальцах на месте, с продвижением вправо, влево; на припадании, на подскоках, на беге.

5. Элементы современного танца.

Теория: Отличительные особенности современных стилей.

Практика: Прыжки с поджатыми ногами в повороте, шаги накрест, шаги с броском, шаги с переносом тяжести тела, припадание накрест в повороте и др. Упражнения на развитие пластики: «волны» корпусом горизонтальные, вертикальные.

6. Танцевальная импровизация.

Теория: прослушивание музыкальных произведений.

Практика: Сочинение этюдов по заданию. Массовые и сольные комбинации в разных танцевальных стилях. Самостоятельные сочинения комбинаций классического экзерсиса.

7. Гимнастика (игровой стретчинг).

Теория: Разогрев мышц. Элементы акробатики.

Практика: Повторение изученных движений в более быстром темпе и усложненном варианте. Упражнения в парах. Упражнения, лежа и сидя на различные группы мышц. Растяжки. Махи. Броски. Перевороты. Кувырки вперед, назад и боковые. Стойка на руках. Эстафеты.

8. Постановка танца.

Теория: Постановка репертуарных танцев коллектива. Работа с атрибутами танца: шарфы, шали, цветы, снежки, ложки.

Практика: Отработка и разводка номеров.

9. Творческие занятия.

Требования к уровню подготовки обучающихся

Обучающийся

знает:

умеет:

- настроение и характер музыки,
- жанровые особенности музыки,
- виды движений, используемые в процессе музыкально-ритмического исполнения,
- навыки культурного поведения в процессе группового общения,
- виды основных движений, используемые для передачи музыкального образа,
- контрасты и характер музыки,
- стиль музыкального произведения.

- узнавать музыкальное произведение, называть автора,
- передавать в пластике разнообразный характер музыки;
- передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, регистр и т.д.,
- самостоятельно находить свое место в зале;
- исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях;
- самостоятельно начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ;
- передавать в пластике музыкальный образ;
- перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом и т.д.;
- сочинять несложные плясовые движения;
- выражать различные эмоции в мимике и пантомимике;
- сочувствовать и сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам.

Критерии оценки деятельности обучающихся (по десятибалльной шкале)

1 год обучения

Баллы	Критерии оценки
1-3	исполнение с большим количеством недочётов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка
4-6	грамотное исполнение с небольшими недочётами (как в техническом плане, так и в художественном)
7-10	технически качественное и художественно-осмысленное

	исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.
--	---

2 год обучения

Баллы	Критерии оценки
1-3	малохудожественное исполнение, отсутствие свободы в хореографических постановках и т.д.
4-6	грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
7-10	технически качественное и художественно-осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения

3 год обучения

Баллы	Критерии оценки
1-3	неумение осваивать и преодолевать технические трудности при тренинге классического танца и разучивании хореографического произведения; неумение давать объективную оценку своему труду, формированию навыков взаимодействия с преподавателями и с обучающимися в образовательном процессе; неумение планировать свою домашнюю работу; неумение осуществлять самостоятельного контроля за своей учебной деятельностью
4-6	некоторая неточность, небрежность, небольшие недочёты
7-10	знание правил исполнения каждого движения в точном соответствии с требованиями

4 год обучения

Баллы	Критерии оценки
1-3	неуважительное отношение к иному мнению и художественно-эстетическим взглядам, непонимание причин успеха или неуспеха собственной учебной деятельности; неумение определять наиболее эффективные способы достижения результата; неумение анализировать и исправлять допущенные ошибки, незнание и, как следствие, грубые нарушения в области методики и правил исполнения
4-6	незначительные нарушения, ошибки в знании методики и правил исполнения в области классического танца
7-10	знание основных требований классического танца (выворотность, осанка, прыжок, танцевальный шаг, гибкость, музыкальность)

	исполнения движений, развитие чувства ритма); знание элементов и основных комбинаций классического танца; знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций; знание средств создания образа в хореографии; знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств; умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренинге классического танца и разучивании хореографического произведения; владение навыками музыкально-пластического интонирования
--	--

5 год обучения

Оценка	Критерии оценки
1-3	неумение анализировать и исправлять допущенные ошибки; незнание и, как следствие, грубые нарушения в области методики и правил исполнения навыков, знаний и умений танцевальных дисциплин; неуважительное отношение к иному мнению и художественно-эстетическим взглядам; непонимание причин успеха или неуспеха собственной учебной деятельности.
4-6	некоторая неточность, небрежность, небольшие недочёты, незначительные нарушения, ошибки в знании методики и правил исполнения в области классического, народно-сценического и современного танца
7-10	знание основных требований классического, народно-сценического и современного танца; знание элементов и основных комбинаций различных танцевальных направлений; знание средств создания образа в хореографии; знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств; на концерте, конкурсе технически качественное и художественно-осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Принципы

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Методы

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного и младшего школьного возраста является *игра*. Речь идет 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 определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод. Выразительный показ под счет, с музыкой.

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

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

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

Структура занятия

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия – музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров

движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения. Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

ЭТАПЫ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на 3 этапа:

Начальный этап – обучению упражнению (отдельному движению).

Этап углубленного разучивания упражнения.

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, апробируют упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям;
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

12. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ КОМПОНЕНТЫ

Воспитательная работа в объединении ведется по следующим направлениям:

- гражданско-патриотическое воспитание;
- духовно-нравственное воспитание;
- воспитание основ культуры труда;
- экологическое воспитание;
- эстетическое воспитание;
- физическое воспитание;
- семейное воспитание.

Обучающиеся объединения принимают активное участие в мероприятиях Дома детского творчества. Проводятся внеучебные мероприятия объединения (огоньки, дни рождения, праздники) с целью создания благоприятного психологического климата в коллективе, развития коммуникабельности.

Поддерживается тесная связь с родителями обучающихся, привлечение их к жизни объединения. Проводятся организационные собрания, открытые занятия. Создан актив родителей. Активное взаимодействие с родителями идет в социальных сетях: в группах объединения не только решаются организационные вопросы, но и выкладываются полезные материалы по хореографии, педагогике, формированию здорового образа жизни и безопасного поведения.

План воспитательной работы

Время проведения	Название мероприятия	Направленность	С кем проводится
Сентябрь	Беседа в рамках месячника по безопасности дорожного движения	Гражданско-патриотическое воспитание	Обучающиеся
Октябрь	Беседа «Полезные и вредные привычки»	Формирование здорового и безопасного образа жизни	Обучающиеся
Ноябрь	Муниципальный конкурс творческих работ «НаСЛЕДие»	Художественное воспитание	Обучающиеся
Ноябрь	Акция «Ночь искусств»	Художественное воспитание	Обучающиеся и родители
Ноябрь	Мероприятия ко дню	Семейное	Обучающиеся и

	матери	воспитание	родители
Декабрь	Новогодний огонек в объединении	Художественное воспитание	Обучающиеся
Декабрь	Новогодний утренник ДДТ	Художественное воспитание	Обучающиеся
Декабрь	Новогодний концерт ДДТ на сцене ГДК	Художественное воспитание	Обучающиеся и родители
Сентябрь - декабрь	Проект «Сказки народов России» в рамках Года культурного наследия народов России	Гражданско-патриотическое воспитание	Обучающиеся
Январь	Акция «Читаем блокадную книгу»	Гражданско-патриотическое воспитание	Обучающиеся
Февраль	Интерактивная программа «Зимние забавы»	Формирование здорового и безопасного образа жизни	Обучающиеся
Март	Мероприятия к Международному женскому дню	Гражданско-патриотическое воспитание	Обучающиеся и родители
Апрель	Акция «Библионочь»	Художественное воспитание	Обучающиеся и родители
Апрель	Мероприятие к Международному дню танца	Художественное воспитание	Обучающиеся и родители
Май	Акция «Читаем детям о войне»	Гражданско-патриотическое воспитание	Обучающиеся
Май	Выступление на концерте 1 Мая	Художественное воспитание	Обучающиеся и родители
Май	Выступление на концерте 9 Мая	Художественное воспитание	Обучающиеся и родители
Май	Акция «Ночь музеев»	Художественное воспитание	Обучающиеся и родители
Май	Концерт ДДТ на сцене ГДК	Художественное воспитание	Обучающиеся и родители
Сентябрь - май	Благотворительная акция «Бесконечное добро»	Духовно-нравственное воспитание	Обучающиеся

13. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ И ЛИТЕРАТУРА

Для педагога

1. Амонашвили Ш. Основы гуманной педагогики. Педагогическая симфония. Здравствуйте, дети! Кн. 6. Ч. 1. М., 2020.
2. Аюева И. Воспитаи личность // Дошкольное воспитание. 2002. № 2.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2001.
4. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. 2-е изд., испр. и доп. СПб., 2000.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. М., 2001.
6. Горшкова В.Г. Учимся танцевать. Путь к танцу. М., 1993.
7. Гущина Т.Н. Воспитываем творческую личность и индивидуальность. М., 2012.
8. Зарецкая Н., Роот З. Танцы в детском саду. М., 2003.
9. Климов А. Основы русского народного танца. М., 1994.
10. Князева О.Л., Маханева М.Д. Приобщение детей к истокам русской народной культуры: Учебно-методическое пособие. СПб., 2010.
11. Комаров Е. Душа русского танца. Тверь, 2007.
12. Максимова А.И. Игровой стретчинг. СПб., 1993.
13. Посютинская В. Волшебный мир танца. М., 1985.
14. Рудкова С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М., 1972.
15. Стриганова В.М., Уральский В.И. Современный балетный танец. М., 1978.
16. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб., 2003.
17. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам. М., 2008.

Для обучающихся:

1. Академия танца Бориса Эйфмана. 2014-2015 год. СПб., 2015.
2. Брадис А.В., Шомина В.Г. Тверской детский фольклор. Тверь, 2001.
3. Устинова Т. Фольклорные танцы Тверской области. Тверь, 2007.
4. Чайковский Е. Узоры русского танца. М., 1972.
5. Чайковский П. Лебединое озеро. М., 1969.