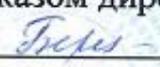


МУ «Управление образования Администрации Катайского района»

Муниципальное казенное образовательное учреждение
«Ильинская средняя общеобразовательная школа»

ОДОБРЕНО
на инновационно-методическом совете
МКОУ «Ильинская СОШ»
Протокол № 1
от «30» августа 2021

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
 О.В.Березина
«31» августа 2021 г. № 221



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественно-эстетической направленности
«Ритмика и танец»**

Возраст обучающихся: 7-15
Срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:
Гаджиева Надежда Ивановна,
учитель физкультуры

г.Катайск
2021

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

ФИО автора-составителя	Гаджиева Надежда Ивановна
Учреждение	МКОУ «Ильинская СОШ»
Наименование программы	Ритмика и танец
Детское объединение	Кружок
Направленность программы	Художественная
Вид программы	Модифицированная
Тип программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Уровень освоения	Ознакомительный
Срок обучения	5 лет
Возраст обучающихся	7-15 лет
Объем часов	72 часа в год
Форма организации деятельности обучающихся	Групповая, индивидуальная
Цель программы	Способствовать гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством хореографии
С какого года реализуется	2021

СОДЕРЖАНИЕ

<u>ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ</u>	2
<u>1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ</u>	4
<u>1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</u>	4
<u>Идея программы</u>	4
<u>Направленность программы</u>	4
<u>Актуальность программы</u>	4
<u>Отличительная особенность программы</u>	4
<u>Адресат программы</u>	5
<u>Срок реализации программы</u>	5
<u>Объем программы</u>	5
<u>Формы обучения, особенности организации образовательного процесса</u>	5
<u>Возможности реализации индивидуального образовательного маршрута</u>	5
<u>Наличие детей – инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)</u>	5
<u>Наличие талантливых детей в объединении</u>	5
<u>Уровни сложности содержания программы</u>	6
<u>Программа разработана с учетом нормативных документов</u>	6
<u>1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ</u>	7
<u>1.3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА</u>	9
<u>1.3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН</u>	9
<u>1.3.2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ</u>	10
<u>1.3.3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ</u>	12
<u>2. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ</u>	13
<u>2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК</u>	13
<u>2.2. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ (контроля)</u>	14
<u>Форма аттестации</u>	14
<u>Критерии эффективности реализации программы</u>	14
<u>2.3. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ</u>	14
<u>Текущая диагностика</u>	14
<u>Итоговая диагностика</u>	14
<u>2.4. МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ</u>	14
<u>2.4.1. Методы обучения, формы организации образовательного процесса, форма организации учебного занятия</u>	14
<u>2.4.2. Педагогические технологии</u>	14
<u>2.4.3. Алгоритм учебного занятия</u>	14
<u>2.5. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ</u>	16
<u>2.6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ</u>	16
<u>2.7. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ</u>	16
<u>2.8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ</u>	16
<u>ПРИЛОЖЕНИЯ</u>	18
<u>3. АННОТАЦИЯ (сокращенный вариант программы)</u>	20

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Идея программы

Настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография. Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным. Данная программа формирует у обучающихся представление о культуре танца, влияет на улучшение состояния здоровья, воспитание личности, способной к самостоятельной, творческой деятельности. А также программа дает возможность осваивать сюжетно-тематические произведения.

Направленность программы

Художественная

Актуальность программы

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Движение стимулирует процессы роста, развития и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Отличительная особенность программы

В каждом занятии отведено время на то, чтобы учащиеся не только учились определенным движениям и танцам, но и могли на основе проученных движений придумать свои; в процессе обучения используются нетрадиционные виды упражнений.

Адресат программы

Программа рассчитана на детей среднего школьного возраста.

Срок реализации программы

Программа ориентирована на обучающихся возраста 7-15 лет, срок обучения 5 лет. Занятия проходят два раз в неделю продолжительностью 40 минут.

Объем программы

72 часа в году

Формы обучения, особенности организации образовательного процесса

- групповые учебные занятия;
- групповые и индивидуальные теоретические занятия;
- участие в конкурсах, концертных программах,
- дистанционное обучение.

Формы занятий определяются количеством детей и особенностями материала. Занятия проводятся по группам в спортивном зале.

Форма занятий — по количеству детей, фронтальная, при которой, работа преподавателя ведется сразу со всей группой в едином темпе и с общими задачами. При этом выделяется время на проверку выполнения упражнения каждого обучающегося через определенные промежутки времени, для фиксации правильности выполнения упражнений или танцевальных движений.

Численный состав группы: 15-20 человек.

Продолжительность занятия: 40 минут.

Возможности реализации индивидуального образовательного маршрута

Индивидуальная форма обучения применяется параллельно с коллективной формой проведения занятий в виде индивидуальных консультаций для:

- а) одаренных детей, идущих впереди программы или выполняющих быстро определенные упражнения и танцевальные движения;
- б) обучающихся, испытывающих затруднения в выполнении в какого— либо упражнения или танцевального движения.

Наличие детей – инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Базовые навыки выполнения определенных упражнений или танцевальных движений через игру могут освоить дети с ОВЗ.

Наличие талантливых детей в объединении

Индивидуальная форма обучения применяется параллельно с коллективной формой проведения занятий в виде индивидуальных упражнений для одаренных детей, идущих впереди программы или выполняющих дополнительные задания.

Уровни сложности содержания программы

Ознакомительный

Программа разработана с учетом нормативных документов:

1. ФЗ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017г. № 816 о порядке применения, осуществления образовательной деятельности с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.
4. Концепция развития дополнительного образования от 04.09.2014 г.
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) – письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-32-42.
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20
7. Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ в Курганской области от 21.07.2017 г.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

Основной целью программы является способствование гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством хореографии.

Задачи программы:

Обучающие задачи:

- формирование у обучающихся двигательных навыков;
- формирование танцевальных знаний, умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала;
- обучение обучающихся знаниям основ музыкального и хореографического искусства;

Развивающие задачи:

- развитие танцевальных способностей, художественного воображения,
- развитие эстетического чувства и понимания прекрасного;
- улучшения состояния здоровья у школьников;

Воспитывающие задачи:

- осуществление эстетического, нравственного и трудового воспитания обучающихся;
- воспитание интереса и любви к искусству.

1.2.1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности;
- взаимопомощь и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями; - - проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;

Метапредметные результаты:

- обнаружение ошибок при выполнении заданий;
- отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видения красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;

Предметные результаты:

- выполнение хореографических комбинаций на необходимом уровне;
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма;
- умение характеризовать музыкальное произведение;
- умение согласовывать музыку и движение.

Коммуникативные:

- готовность слушать собеседника и вести диалог;

- готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;
- излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

1.3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

1.3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

	Название раздела программы	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			5 год обучения		
		Количество часов			Количество часов			Количество часов			Количество часов			Количество часов		
		вс ег о	те ор ия	пр ак ти ка												
1	Организац ионное занятие.	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0
2	Ритмика, элементы музыкально й грамоты	3	3	0	3	3	0	3	3	0	3	3	0	3	3	0
3	Элементы классическог о, народного, эстрадного танцев	19	0	19	19	0	19	19	0	19	19	0	19	19	0	19
4	Формирующ ие и развивающи е упражнения.	16	0	16	16	0	16	16	0	16	16	0	16	16	0	16
	Постановочн о – репетиционн ая работа	32	0	32	32	0	32	32	0	32	32	0	32	32	0	32
7	Промежуточ ная аттестация	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1
	Итого	72	4	68												

Во всех периодах обучения промежуточная аттестация проходит в форме отчетного концерта в конце года.

1.3.2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Организационное занятие. 1 час

Тема 1. Техника безопасности на занятии по хореографии.

Теория: проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях по хореографии. Объяснение формы одежды для занятий и о правилах поведения.

Раздел 2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты 3 часа

Тема 1. Слушание музыки; понятие темп и ритм; определение сильной и слабой доли такта в музыке.

Тема 2. Музыкально – ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки.

Раздел 3 Элементы классического, народного, эстрадного танцев. 21 час

Тема 1. Элементы классического танца.

Практика. 1. Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).

- плие;

- пор-де-бра.

2. Упражнения на середине зала:

- приседания и полуприседания;

- поднимание стопы на полупальцы;

- движение в координации рук и ног по позициям, повороты.

3. Прыжки, верчения:

- прыжки на месте по I, II, III позициям ног;

- верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.

4. Комбинации движений классического танца:

- этюды;

- координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений;

- координация рук и ног в исполнении движений на середине.

Тема 2. Элементы народного танца.

Практика. 1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).

2. Основные танцевальные движения:

- танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной;

- «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»;

- повороты, прыжки.

3. Комбинации русского народного танца «Плясовая».

Тема 3. Элементы эстрадного танца.

Практика: 1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса.

2. Основные танцевальные движения.

3. Композиции эстрадного танца.

Раздел 4. Формирующие и развивающие упражнения. 16 часов

Тема 1. Упражнения «Формирование правильной осанки».

Практика. Ряд упражнений на совершенствование правильной осанки (кошечка, лодочка, корзиночка, мост, березка, колечко, парашютист).

Тема 2. Упражнения для развития гибкости.

Практика. Ряд упражнений: стоя на коленях, сгибая спину назад и вытянутыми руками, взяться за колени; лежа на животе, согнув руки назад, дотянуться до согнутых ног и взять за пальцы, при этом нужно раскачиваться; сидя на полу, колени и стопы вытянуты. С абсолютно прямой спиной наклоняться вперед к ногам,

чтобы спина не сгибалась. Данные упражнения дают развить гибкость спины.

Тема 3. Упражнения для формирования стопы.

Практика. Ряд упражнений: сидя на полу, ногу согнуть и выверотно положить на другую. Одной рукой взять снизу пятку, а другой голеностоп сверху и начинать давить на него; исходное положение: сидя на полу, ноги вместе, стопы очень вытянуты, спина прямая, немного прогнута.

Выпрямлять колени так, чтобы коснуться ими пола. Данные упражнения дают, чтобы стопы были хорошо сформированы подъемом.

Тема 4. Упражнения у станка для растяжки и формирования танцевального шага.

Практика. Упражнения у хореографического станка: наклоны, приседы, шпагаты.

Раздел 5. Постановочно – репетиционная работа. 31 час

Тема 1. Изучение движений танцевального номера;

Тема 2. Отработка движений танцевального номера;

Тема 3 Соединение движений в комбинации;

Тема 4 Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;

Тема 5 Репетиционная работа.

Практика. Подготовка номеров к отчетному концерту.

1.3.3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название раздела программы	Дата проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма текущего контроля / промежуточной аттестации
1.	Организационное занятие.		1	Техника безопасности на занятии по хореографии.	объяснение	Наблюдение
2.	Ритмика, элементы музыкальной грамоты		2	Слушание музыки; понятие темп и ритм; определение сильной и слабой доли такта в музыке.	Объяснение, показ	Опрос
			1	Музыкально – ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки.	Объяснение	
3	Элементы классического, народного, эстрадного танцев.		7	Элементы классического танца	Объяснение, показ	Наблюдение
			7	Элементы народного танца.	Объяснение, показ	Наблюдение
			7	Элементы эстрадного танца	Объяснение, показ	Наблюдение
4	Формирующие и развивающие упражнения. 16 часов		4	Упражнения «Формирование правильной осанки».	Объяснение, показ	Наблюдение, исправление ошибок
			4	Упражнения для развития гибкости	Объяснение, показ	Наблюдение, исправление ошибок
			4	Упражнения для формирования стопы	Объяснение, показ	Наблюдение, исправление ошибок
			4	Упражнения у станка для растяжки и формирования танцевального шага	Объяснение, показ	Наблюдение, исправление ошибок
5	Постановочно –		5	Изучение движений танцевального номера	Объяснение, показ	Наблюдение,

	репетиционная работа					исправлен ие ошибок
			7	Отработка движений танцевального номера;	Объяснение, показ	Наблюдение, исправление ошибок
			5	Соединение движений в комбинации;	Объяснение, показ	Наблюдение, исправление ошибок
			1	Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;	Объяснение, показ	Наблюдение, исправление ошибок
			8	Репетиционная работа.	Объяснение, показ	Наблюдение, исправление ошибок
6	Промежуточная аттестация		1	Отчетный концерт.		Наблюдение

2. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных недель	36 недель
Первое полугодие	с 01.09.2021 г. по 30.12.2021 г., 17 учебных недель
Каникулы	с 01.01.2022 г. по 09.01.2022 г.
Второе полугодие	с 10.01.2022 по 31.05.2022 г., 19 учебных недель
Промежуточная аттестация	24.05.2022 г.

2.2. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ (контроля)

Форма аттестации

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля:

- входной контроль (сентябрь, беседа);
- текущий контроль (практические задания, демонстрация упражнений);
- промежуточный контроль (в течение учебного года – защита демонстрация выполнения упражнений и танцевальных движений);
- итоговый контроль (отчетный концерт).

Методы выявления результатов воспитания: наблюдение, беседа. Методы выявления результатов развития: практическое выполнение упражнений. Формы подведения итогов реализации программы: демонстрация выполнения всех изученных элементов.

Критерии эффективности реализации программы

Одним из самых важных критериев эффективность освоения Программы является демонстрация своих умений на отчетном концерте.

Высокий уровень. Воспитанник освоил практически весь объем программы. Уровень освоения программы 80% и более.

Средний. Объем освоения программы до 80%.

Низкий уровень. Овладел менее 50% объема знаний, умений и навыков, предусмотренных программой.

2.3. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Текущая диагностика

Для отслеживания результативности на протяжении всего процесса обучения осуществляются:

- Входная диагностика (сентябрь) – в форме собеседования, позволяет выявить уровень подготовленности ребят для занятия данным видом деятельности. Проводится на первом занятии данной программы.
- Текущий контроль (в течение всего учебного года) – проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии обучающихся. Проводится в форме выполнения практических заданий.
- Промежуточная аттестация – проводится в середине учебного года по изученным темам, для выявления уровня освоения содержания программы и своевременной коррекции учебно-воспитательного процесса.

Форма проведения: практическая выполнение, изученных элементов .

Итоговый контроль – проводится в конце учебного года (май) и позволяет оценить уровень результативности освоения программы за весь период обучения.

Форма проведения: показ танцевальных номеров.

В программе усиливается познавательная деятельность за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, посещение концертов, участие в смотрах, конкурсах, участие в концертах. Отчеты хореографического занятия

планируются в виде открытых занятий или на праздниках в школе, но в любом случае с приглашением родителей обучающихся, педагогов. В первый год обучения обучающиеся осваивают основные элементы упражнений. Проводится формирование и обучение элементов движений. При этом формируется музыкальная грамотность, отрабатываются основные понятия (темп, ритм и т.д.). Первый год обучения особое внимание уделяется формированию и отработке основных позиций рук и ног. В течение года осуществляется коррекция движений, и вводятся элементы танцев. Вторым годом обучения проводится наработка навыков и умений, создаются танцевальные композиции, в которые включаются все ранее изученные элементы. Происходит соединение музыки и движения. В конце года формируются танцевальные коллективы, которые имеют законченную программную композицию. В это время обучающиеся уже самостоятельно могут создавать танцевальные комбинации на имеющемся наработанном материале. В третий и более годы обучения в содержание преподавания влияют элементы художественной гимнастики. Глубже осуществляется обучение музыкальной грамотности. Обучающимся предоставляется возможность творческой импровизации, что позволяет осуществлять творческий рост ученика и видеть его достижения.

2.4. МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ

2.4.1. Методы обучения, формы организации образовательного процесса, форма организации учебного занятия.

- наглядный - практический качественный показ;
- словесный – объяснение, желательное образное;
- игровой – учебный материал в игровой форме;
- творческий - самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов.

Творческий подход в реализации программы позволяет воплощать в жизнь активные формы познавательной деятельности, включающие в себя поиск, наблюдение, конструирование, планирование своей деятельности, предполагающие совместную творческую работу детей и взрослых.

2.4.2. Педагогические технологии

- словесные методы (лекция, объяснение);
- демонстративно-наглядные (демонстрация движений);
- работа в парах;
- работа в малых группах;
- проектные методы (постановка своих танцевальных композиций).

2.4.3. Алгоритм учебного занятия

Занятие длится 45 мин. и состоит из следующих этапов:

1. Подготовительная часть включает маршировку и разминку, построенные на простейших движениях, способствующие разогреву мышц, суставов и связок (желательно с элементами образности).
2. Основная часть включает изучение элементов классического и народного танцев; основ музыкальной грамоты; танцевальных движений; их комбинирование; работу по развитию физических данных; работу над этюдами, композициями.

3. Заключительная часть включает закрепление музыкально- ритмического материала в игре, танцевально-игровые упражнения. У каждой части урока свои задачи.

Главная задача подготовительной части – организовать внимание учащихся, подготовить мышцы, суставы, связки к интенсивной физической работе. Задачами основной части являются формирование осанки (постановка корпуса, рук, ног, головы); развитие силы, выносливости, начальных элементов координации посредством освоения тренировочных и танцевальных движений, музыкального и выразительного их исполнения. Задача заключительной части – снятие физического и нервного напряжения, подъём эмоционального тонуса посредством игры.

При проведении урока необходимо постепенно увеличивать нагрузку: от простых упражнений к более сложным, расчленяя каждое упражнение на элементы. При этом следить за свободным, правильным дыханием и общим самочувствием учащихся. Не следует ставить задачу разучить большое количество движений за урок. Важно добиваться осмысленного, правильного, музыкального исполнения каждого задания урока. С первых уроков важна работа над культурой исполнения движений.

2.5. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- Учебно-методическая литература;
 - классическая музыка русских и зарубежных композиторов;
 - народная музыку;
 - музыку в современных ритмах.
- Памятки с упражнениями
- Тестовые методики;

2.6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Практические занятия должны проходить в спортивном зале, теоретические – в аудитории. Для реализации программы, необходимы.

1. Дидактические материалы для работы с учащимися, памятки, рекомендации;
2. Аудиосредства: магнитофон, микрофон, проигрыватель, электронные аудиозаписи и медиа – продукты;
3. Компьютер;
4. Мультимедийный проектор.

2.7. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Педагог дополнительного образования, имеющий квалификационную категорию, опыт организационной и педагогической работы с детьми.

2.8. Список литературы

1. Шипилина, И. А. Хореография в спорте: учебник для студентов./ И.А. Шипилина.
2. Блинов, И.И. Балетная школа.. / И.И.Блинов, Е.А.Веселкова . -С.-П., 2002.
3. Ваганова, А.Я. Основы классического танца. / А.Я. Ваганова. -М. : Просвещение, 2001.
4. Пасютинская, В. Волшебный мир танца. / В. Пасютинская - М.:Просвещение, 1986
5. Эльянш, Н.И. Образы танца. Танцевальные направления. /Н.И.Эльянш М.: Просвещение,1999
6. Конорова, Е.В. Роль танца в эстетическом воспитании школьников. / Е.В.Конорова. - М. : Просвещение, 1999
- 7.Ярмолевич, С.В. Принципы оформления.
- 8.Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.
9. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.
10. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренировки и уроки здоровья. 1-5 классы.– Москва «ВАКО», 2005
11. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // <http://www.kindergeni.ru>
12. Зимина, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зимина. М.: Владос, 2000.
13. Каплунова И. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. /И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург «Композитор», 2005.
14. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.
15. Кошмина И.В. Музыкальный букварь.– Москва «ОЛИСС, ДЕЛЬТА», 2005.
16. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 2002.

Правила поведения и техника безопасности во время занятий танцами и ритмикой.

Перед занятием:

- ❖ Нельзя много есть (последний прием пищи за 2 часа до занятия): это может привести к расстройству желудка и завороту кишок. Можно пить.

На занятии:

- ❖ Нельзя сидеть и висеть на станке в учебном классе.
- ❖ Нельзя использовать станок, выключатели и розетки для подвешивания личных вещей.
- ❖ Нельзя без разрешения педагога самостоятельно включать и выключать свет, музыкальную аппаратуру.
- ❖ Поведение должно быть спокойным: нельзя шуметь, толкать друг друга, трогать зеркала, технические средства обучения и другой инвентарь кабинета.
- ❖ Необходимо соблюдать очередность, интервал движения при выполнении тренировочных упражнений.
- ❖ Во время занятий нельзя есть и употреблять жевательную резинку, т.к. можно подавиться. Пить не рекомендуется: это плохо сказывается на работе сердца.
- ❖ Упражнения на растяжку и гибкость следует выполнять только под наблюдением педагога с предельной осторожностью. В случае возникших болевых ощущений необходимо сразу сообщить об этом педагогу.

Требования к одежде для занятий:

- ❖ Для занятий необходимо иметь специальную спортивную форму, которая должна быть максимально удобной, легкой и не стеснять движений, т.к. выполнение упражнений требует определенной физической нагрузки. Предпочтителен белый верх - черный низ.
- ❖ Для занятий необходима специальная спортивная (кроссовки для занятий ритмикой) или танцевальная (чешки, туфли) обувь; она не должна скользить по полу.

После занятия:

- ❖ Нельзя пить в течение 30 минут: это ухудшает работу сердца.

Правила поведения в дороге:

- ❖ Необходимо соблюдать спокойствие и порядок при посадке в транспорт и во время поездки, использовать ремни безопасности.
- ❖ Передвигаться по улице следует в колонну по два, придерживаясь правой стороны. Нельзя без разрешения педагога останавливаться, заходить в магазины, заводить разговоры с посторонними людьми и т. п.

- ❖ Переходить дорогу необходимо только на зеленый свет в сопровождении взрослых людей.

3. АННОТАЦИЯ (сокращенный вариант программы)

Актуальность программы состоит в том, что на занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Движение стимулирует процессы роста, развития и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Он посвящён процессу овладения детьми ритмическими движениями с музыкальным сопровождением.

Программа рассчитана на детей среднего школьного возраста.

Направленность программы: техническая.

Новизна данной образовательной программы

Основной целью программы является способствование гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством хореографии.

Основной образовательный результат:

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности;
- взаимопомощь и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;

Метапредметные результаты:

- обнаружение ошибок при выполнении заданий;
- отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видения красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;

Предметные результаты:

- выполнение хореографических комбинаций на необходимом уровне;
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма;
- умение характеризовать музыкальное произведение;

- умение согласовывать музыку и движение.

Коммуникативные:

- готовность слушать собеседника и вести диалог;

- готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;

- излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.