

ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РЖД ЛИЦЕЙ №14»

Рекомендована
Методическим советом
Протокол №1
От 29 августа 2024 г.

Утверждена приказом директора
«РЖД Лицея № 14»
О.С. Штепиной
от 30 августа 2024 г. № 94-ОД

**Дополнительная общеразвивающая программа
«АЗБУКА НАРОДНОГО ТАНЦА»
Ансамбль танца «Искорки»
(Стартовый уровень)**

Возраст обучающихся: 2 кл.(7-8 лет)
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель программы:
Шимохина Ирина Васильевна,
педагог дополнительного образования

Иркутск 2024



Программа содержит:

- Титульный лист (название программы)
- Пояснительная записка
- Организационно-педагогические условия реализации
- Учебный план
- Содержание изучаемого курса программы
- Календарный учебный график
- Система и критерии оценок (оценочные материалы)
- Кадровое обеспечение программы
- Методические материалы
- Учебно-тематический план
- Приложение (методические материалы, список литературы)

Раздел 2. Пояснительная записка

Введение. Дополнительная общеразвивающая программа «Азбука народного танца» ансамбля танца «Искорки» на 2024-2025 учебный год предназначена для обучающихся 2 классов и направлена на развитие мотивации детей к познанию и творчеству, содействию личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе; приобщению подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству; сохранению и охране здоровья детей. Организация занятий по ритмике, партерной гимнастике, ОФП, экзерсису у станка, экзерсису на середине зала, включающая музыкально-двигательные упражнения, способствует формированию культуры здоровья. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях хореографией, но и в повседневной жизни. Данная программа способствует формированию интереса к танцевальной культуре, развивает высокие духовные качества обучающихся посредством танца, а также сохраняет и укрепляет здоровье детей.

Структура дополнительной общеразвивающей программы разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р.);
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд. VI. *Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи*);
5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07.12.2018, протокол № 3).
6. Письмом службы по контролю и надзору в сфере образования Иркутской области от 14 апреля 2015 года № 75-37-0768/15 «О структуре и содержании дополнительных общеразвивающих программ»;



7. Методическими рекомендациями по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в Иркутской области – письмо Министерства образования Иркутской области от 08.11.2016 г. №02-55-11252116.

Локальными нормативно-правовыми актами:

- Уставом Частного общеобразовательного учреждения «РЖД лицей № 14»;
- Положением о дополнительной общеразвивающей программе Частного общеобразовательного учреждения «РЖД лицей № 14».

Образовательная деятельность по дополнительным общеразвивающим программам направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом и нравственном развитии;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания;
- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся;
- социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры обучающихся;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не

противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований [3, п. 3].

Программа дополнительного образования детей составлена на основе программы по хореографии «Ритмика и хореография» Калашниковой Т.И., 2010 года, Иркутского педагогического колледжа №1, и «Программы для школ искусств», 2011 года; «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Спб. Детство-пресс, 2003 года.

Направленность дополнительной общеразвивающей программы - художественная.

Уровень освоения программы - стартовый.

Актуальность данной программы заключается в том, что в век гиподинамии ритмика является дополнительным резервом двигательной активности обучающихся, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Педагогическая целесообразность программа предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, педагог, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития обучающихся, мастерства педагога, условий работы. Программа основывается на танцевальной-ритмической гимнастике. Обучение хореографии начинается с занятия по ритмике. Занятия ритмикой служат преддверием для занятий хореографией.

Отличительная особенность программы заключается в том, что в ней присутствует «многогранность» современного хореографического искусства, синтез искусств. Именно того на что сегодня обращает внимание современное дополнительное образование. В программу автора вносится новый раздел «Танцевально-игровая гимнастика для детей» «Са-фи-дансе». Программа представляет собой комбинацию авторских программ.



Целью данной программы является формирование всесторонне развитой личности, раскрытие творческих способностей, сохранение и укрепление здоровья обучающихся на занятиях по ритмике и хореографии.

Задачи программы:

Обучающие задачи;

- расширить знания в области современного хореографического искусства;
- выражать собственные ощущения, используя язык хореографии;
- уметь понимать «язык» движений, их красоту.

Развивающие задачи:

- развить гибкость и координацию движений;
- развить психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- развить чувства гармонии, чувства ритма.

Воспитательные задачи:

- содействовать гармоничному развитию творческой личности обучающихся; совершенствовать нравственно-эстетические, духовные и физические потребности.

Планируемые результаты освоения обучающимися содержания программы:

Результатом освоения общеразвивающей программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

в области исполнительской подготовки:

- основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- умений исполнять танцевальные номера;
- определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
- умений самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- владение различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;
- навыков ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- навыков сценической практики;
- навыков музыкально-пластического интонирования;
- навыков сохранения и поддержки собственной физической формы.

в области историко-теоретической подготовки:

- первичные знания основных направлений в области хореографического искусства, выдающихся отечественных и зарубежных произведений в области хореографического искусства;
- знаний основных средств выразительности хореографического и музыкального искусства;
- знаний наиболее употребляемой терминологии хореографического искусства.

Планируемые результаты 1 года обучения

В конце 1 года обучающиеся должны сформироваться, как всесторонне развитая личность с художественно-эстетическим вкусом, раскрыть свои потенциальные способности и укрепить свое здоровье, а также должны знать:

- музыкальное вступление. Вступительные и заключительные аккорды. Подготовка рук на музыкальное вступление;
- технику выполнения танцевальных движений. Танцевальные шаги, бег. Прыжки, дроби;
- танцевально-игровой материал: «Самовар», «Спортивный», «Сударушка».



Уметь:

- выполнять экзерсис у станка, экзерсис на середине зала;
- выполнять музыкальные ритмические движения, танцевальные упражнения для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья;
- выполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, шаг с притопом, па польки. Основные движения, ходы.

Раздел 3. Организационно-педагогические условия реализации

Язык реализации программы: в соответствии со ст.14 Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» образовательная деятельность осуществляется на государственном языке РФ.

Адресат программы

Программа предназначена для обучающихся 2 классов.

- первый год обучения – 8-15 человек 2 кл. (8-9лет).

Состав группы – постоянный.

Объём и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения:

- первый год обучения – 36 недель, 9 месяцев, 108 часа.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса:

- традиционные занятия;
- интегрированные;
- индивидуально-групповые (импровизация);
- индивидуальные;
- групповые (занятия по сформированным группам);
- ансамблевая (творческая деятельность ансамбля).

Формы проведения занятий: беседа, игровая программа, класс-концерт, конкурс, концерт, фестиваль, мастер-класс, открытое занятие, праздник, практическое занятие, репетиция, семинар, творческая встреча, творческий отчет, шоу.

Режим занятий

- первый год обучения – 3 часа в неделю (один раз по три часа).

Условия реализации программы

Объем программы - общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы (всего 108 часов: 1 год обучения – 108 часов).

Материально-технические условия

-актовый и танцевальный залы, костюмерные комнаты и раздевалка оформленные в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованных в соответствии с санитарными нормами: стол, стулья, зеркала.

Реквизит:

-костюмы, головные уборы, танцевальная обувь, косметика, необходимая бижутерия и украшения.

Технические средства:

-музыкальный центр, микрофоны, компьютер, проектор.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел I. Введение	1	1		Беседа,



					анкетирование
2	Раздел II. Ритмика и элементы музыкальной грамоты.	18		18	Педагогическое наблюдение
3	Раздел III. Танцевальная азбука.	36		36	Педагогическое наблюдение
	Промежуточный контроль	2		2	Открытое мероприятие
4	Раздел VI. Творческая деятельность.	18		18	Педагогическое наблюдение
5	Раздел V. Танец	27		27	Педагогическое наблюдение
6	Раздел VI. Итоговые занятия и досуговые мероприятия	4		4	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
	Промежуточный (итоговый) контроль	2		2	Отчётный концерт
	Итого	108	1	107	

Содержание курса 1 года обучения

Раздел I. Введение.

Техника безопасности, выполнение гигиенических требований на занятиях «Ритмикой и хореографией». Беседы о хореографическом искусстве, диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить.

Раздел II. Ритмика и элементы музыкальной грамоты.

Слушание и анализ музыки. Музыкальный размер 2/4, 3/4 или 6/8. Эмоциональный настрой во время занятий. Восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально-слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Раздел III. Танцевальная азбука.

Экзерсис у станка, экзерсис на середине зала. Танцевальные шаги, бег. Шаг с притопом. Шаг с точкой. Переменный шаг на всю ступню. Боковой приставной шаг. Боковой шаг с выведением рабочей ноги на каблук. Бег с поджатыми ногами. Бег соскоком по 6 позиции. Прыжки. В целях создания положительной мотивации используются, игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания.

Раздел VI. Творческая деятельность.

Построение фигур: круг, «звездочка», «карусель», «корзиночка», «цепочка». Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц. Этюды, передающие явления природы (падают снежинки, идёт дождь и др.). Тематические игры: «Весёлый оркестр», «магазин игрушек», «опять двойка», «зеркало», «трамвайчик», «куклы» (по выбору учителя). Композиции различной координационной сложности. Упражнения на ориентировку в пространстве, музыкальные игры. В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. Этюды для развития выразительности движений. Элементы классического танца, танцевальные этюды, упражнения на ориентировку в пространстве, музыкальные игры.

Раздел V. Танец.

Постановка новых номеров. Шаг с притопом. Дробь. Дробная дорожка. Дробь с подскоком. Виды полной присядки: «гусиный шаг», «мяч», «ползунок», «закладки», полу присядки и присядки могут исполняться на месте и с продвижением вперед или в сторону, с поворотами. Полу присядки и полные присядки по 6 и 1 позициям (мальчики). Упражнения для развития гибкости рук, плечевого пояса и шеи. Позиции ног: 5



выворотных положений классического танца - I, II, III, IV, V. Кружения на переступании. Прямой и боковой галопы. Подскоки на одной и двух ногах. Перескоки. Хлопки в ладоши (различные сочетания). Хлопушки по бедру. Танцевальные связки.

Раздел VI. Итоговое занятие и досуговое мероприятие.

Итоговое мероприятие.

Календарный учебный график 2024-2025 гг.

1 год обучения

№	Разделы и темы	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	итого
1	Раздел I. Введение	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
2	Раздел II. Ритмика и элементы музыкальной грамоты.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
3	Раздел III. Танцевальная азбука.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
4	Промежуточный контроль	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2
5	Раздел VI. Творческая деятельность.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
6	Раздел V. Танец	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
7	Раздел VI. Итоговые занятия и досуговые мероприятия	0	1	1	0	1	0	1	0	0	4
8	Промежуточный (итоговый) контроль	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2
	Итого	12	12	12	12	12	12	12	12	12	108

Система и критерии оценок (оценочные материалы)

Формы подведения итогов реализации программы 1 года обучения

Форма контроля	Содержание	Сроки
Беседа, анкетирование, просмотр.	Входящий контроль Определение уровня развития детей, их творческих способностей.	Сентябрь
Наблюдение, беседа.	Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы.	В течение всего года
Открытое мероприятие	Промежуточный контроль оценка уровня и качества освоения обучающимися программы.	Декабрь
Творческий отчёт, конкурс «Звезды лица», праздники.	Промежуточный (итоговый) контроль Определения изменения уровня развития детей, их творческих способностей, результатов обучения. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	Апрель Май

Входной контроль (при необходимости) - оценка стартового уровня образовательных возможностей обучающихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.



Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

Наблюдение – педагог наблюдает за практической деятельностью учащихся, определяет уровень сформированности знаний, умений и навыков.

Беседа – педагог беседует с учащимися по вопросам изучаемой темы в том случае, если учащийся не может выполнить танцевальное движение, упражнение.

Промежуточный контроль - оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения/учебного года, могут быть творческий показ, наблюдение.

Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по завершению всего периода обучения по программе. В качестве оценки планируемых результатов могут быть результаты конкурсов.

В случае использования дистанционных образовательных технологий предусматриваются следующие виды мониторинга усвоенных знаний, умений и навыков: видеofиксация выполнения отдельных элементов танца, связок, либо всего танца и отправка с помощью любого электронного средства связи, через чат-занятия – просмотр выполнения ребенком отдельных элементов танца, связок, либо всего танца и оценивание в режиме онлайн.

Критерий оценки результатов 1 года обучения

Виды упражнений и движений	Высокий(8-10 баллов)	Средний (7-4 баллов)	Низкий (3-1 балл)
Ритмика и элементы музыкальной грамоты.	Умеет правильно просчитать любой музыкальный материал, имеет хорошо развитое чувство ритма. Хорошо знает пройденный материал.	Не всегда способен правильно просчитать любой музыкальный материал. Знает пройденный материал не достаточно хорошо. Имеются отклонения от ритма и темпа движения.	Слабо знает пройденный материал. Движения не совпадают с темпом и ритмом музыки.
Танцевальная азбука.	Хорошо знает и владеет танцевальными движениями.	Недостаточно развиты способности в выразительном исполнении движений. Владеет двигательными умениями, но не имеет навыка исполнения двигательного действия.	Плохо ориентируется в пространстве, недостаточно усвоил пройденный материал по исполнению танцевальных движений.
Творческая деятельность.	Хорошо владеет партерной гимнастикой. Умеет выстраивать различные фигуры и упражнения на ориентировку в пространстве.	Недостаточно хорошо владеет партерной гимнастикой. Не совсем ещё ориентируется в пространстве.	Физически не справляется с партерной гимнастикой.
Танец.	Хорошо развито	Недостаточно развиты	Недостаточно владеет



	способность в выразительном исполнении движений. Хорошо знает и владеет танцевальными движениями.	способности в выразительном исполнении движений. Владеет двигательными умениями, но не имеет навыка исполнения двигательного действия.	техникой выполнения имитационных и плясовых композиций.
--	---	--	---

Кадровое обеспечение программы

Для реализации программы предусмотрен один специалист -педагог дополнительного образования с уровнем образования соответствующем требованиям «Профессионального стандарта»

Методические материалы

Один из способов воздействия на процессы развития, обучения и воспитания обучающегося это *воспитательные технологии*. В них включается совокупность форм, методов, способов, приёмов обучения и воспитательных средств, позволяющих достигать поставленные воспитательные цели. В них входит подготовка и проведение отчетных концертов, выступление детей в лицее, и на различных площадках города. Помощь своим товарищам в репетиции танцев, замена заболевших товарищей. Самостоятельная работа по созданию танцевальных постановок.

Психологические механизмы *игровых технологий* опираются на фундаментальные потребности в самовыражении, самоопределении, саморегуляции и самореализации. Игра активизирует деятельность обучающихся, способствует улучшению позиции ребёнка в коллективе и созданию доверительных отношений между детьми. Через игру педагог постепенно увлекает ребёнка в мир искусства и, тем самым, формирует его мотивацию.

Технология «Создания ситуации успеха» обеспечивающих ситуацию успеха для каждого воспитанника, что способствует интеллектуальному, эмоциональному и индивидуальному развитию ребенка.

Актуальным для занятий является применение *здоровьесберегающих технологий*, создание комфортной атмосферы стимулирующих мотивацию к занятиям в коллективе.

Также применяется *технология КТД* (коллективные творческие дела). Например, встреча Нового года, празднование Дня именинника и т.д.

Личностно-ориентированные технологии. Одной из важных идей в этих технологиях является формирование положительной «Я-концепции». Для этого необходимо:

- видеть в ребенке уникальную личность, уважать её, понимать, принимать, верить в неё;
- создавать личности «ситуацию успеха», атмосферу одобрения, поддержки и доброжелательности;
- предоставлять возможность и помощь детям в самореализации, в положительной деятельности.

Таким образом, в результате использования данных технологий создаётся атмосфера обучения и воспитания, в которой ребёнок может познать себя, самовыразиться и самореализоваться.

Технология сотрудничества детей и педагога предлагает совместную развивающую деятельность, скреплённую взаимопониманием, проникновением в мир друг друга, совместным анализом хода и результатов деятельности. Традиционное обучение основано на субъект-объектных отношениях педагога и обучающегося. В концепции педагогики сотрудничества это положение заменяется представлением о ребенке, как о субъекте творческой деятельности. Поэтому два субъекта одного процесса должны действовать вместе, быть сотоварищами, партнёрами, составлять союз старшего с менее опытным. При этом ни один из них не должен стоять над другим. Ученики, прошедшие определенный курс по данной программе, должны получить также общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях.



Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия

Словесные	Наглядные	Практические
беседа, объяснение	показ видеоматериалов, иллюстраций	тренинг
анализ структуры музыкального произведения	показ педагогом приёмов исполнения	танцевальные упражнения
	наблюдение	тренировочные упражнения
	работа по образцу	

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

1. Объяснительно-показательные (методы обучения, при использовании которых, дети воспринимают и усваивают готовую информацию).
2. Частично-поисковые методы обучения (участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом).
3. Исследовательские методы обучения (овладение детьми методами научного познания, самостоятельной творческой работы).
4. Метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды.
5. Метод расклада, обуславливающийся следующими задачами:
 - проработка и закрепление пройденного программного материала;
 - раскрытие индивидуальности обучающегося через творческое самовыражение;
 - воспитание художественного вкуса;
 - создание хореографических композиций;
 - выявление и развитие способностей среди участников самодеятельного ансамбля, развитие техничности.
6. Метод повторения.
7. Метод коллективного творчества.
8. Метод заучивания.
9. Метод многократного повторения всевозможных движений.

Ребенок должен знать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии.

Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица, играть с ними в «маски» (грустная, веселая, сердитая).

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

Учебно-тематический план

1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		теория	практ	всего
	Раздел I. Введение.	1		1
1.1	Техника безопасности.	1		
	Раздел II. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.		18	18
2.1	Музыкальная грамота хореографии.		6	
2.2	Вступительные и заключительные аккорды.		6	
2.3	Пространственно-музыкальные упражнения.		6	



	Раздел III. Танцевальная азбука.		36	36
3.1	Экзерсис у станка, экзерсис на середине зала.		6	
3.2	Танцевальные шаги, бег. Шаг с притопом.		6	
3.3	Боковой приставной шаг. Боковой шаг с выведением рабочей ноги на каблук.		6	
3.4	Прыжки.		6	
3.5	Элементы танцевальной композиции «Морозики».		6	
3.6	Танцевальные движения.		6	
	Промежуточный контроль		2	2
	Раздел IV. Творческая деятельность.		18	18
4.1	Рисунки построения фигур.		3	
4.2	Элементы классического танца, танцевальные этюды, упражнения на ориентировку в пространстве.		3	
4.3	Тематические игры: «Весёлый оркестр», «магазин игрушек», «опять двойка», «зеркало», «трамвайчик», «куклы».		6	
4.4	Актёрское мастерство.		6	
	Раздел V. Танец.		27	27
5.1	Шаг с притопом. Дроби. Дробная дорожка. Дробь с подскоком.		6	
5.2	Виды полной присядки.		6	
5.3	Упражнения для развития гибкости рук, плечевого пояса и шеи.			
5.4	Постановка номеров.		15	
	Раздел VI. Итоговое занятие и досуговое мероприятие.		4	4
6.1	Итоговое мероприятие.		4	
	Промежуточный (итоговый) контроль		2	2
	Всего:	1	107	108

Список литературы

1. Авилова С.А., Калинина Т.В. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». - Волгоград: учитель, 2008.
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - М.: Айрис Пресс, 1999.
3. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат» - М.: ТЦ Сфера, 2009.
4. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» - С.- П., 2000.
5. Васильева Т. К. «Секрет танца» - С.- П.: Диамант, 1997.
6. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие» - М.: МГИУ, 2008.
7. Затямина Т.А., Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие» - М.: Издательство «Глобус», 2009.
8. Климов А. «Основы русского народного танца» - М.: Искусство, 1981.
9. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» М.: Новая школа, 1998.
10. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». - М.: ВЛАДОС, 2008.
11. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» - М.: Просвещение, 1989.
12. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие», - спб.: Детство-пресс, 2003.
13. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.
14. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». - М., 2008.



Раздел 5. Приложение

Открытое занятие

План урока

Вводная часть (5 мин.)

- поклон педагогу ;
- обозначение темы и цели урока;
- беседа о значении импровизации и чувстве ритма.

Подготовительная часть урока (5 мин.)

- разминка
- подготовительные упражнения (различные виды шагов и бега).

Основная часть урока (45 мин.)

- игра «мячик»;
- игра «угадай животное»;
- повторение изученных упражнения на координацию с 2х колонн;
- партерная гимнастика

Заключительная часть урока (10 мин.)

- танцевальная композиция «Маме».
- поклон педагогу;

КОНСПЕКТ урока

Вводная часть урока – 5 мин

- Поклон педагогу. Музыкальное сопровождение «поклон».
- Обозначение темы и цели урока. (Тема: Римика. Музыкально-ритмические упражнения.

Цель: воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.)

- Дети хлопками обозначают ритм музыкального материала.

- А что вы сейчас делали?

-Правильно! Вы хлопками обозначали ритм музыкального материала. Таким образом мы подошли к теме нашего занятия: Музыкально-ритмические упражнения.

- А теперь попробуйте станцевать то, что вы чувствуете в этой музыке. Те движения, которые по вашему мнению подходят этому музыкальному материалу.

Дети танцуют каждый свое.

- А сейчас что вы делали?

-Правильно. Импровизировали. А что значит это слово?

-Правильно! Молодцы! А теперь обозначим цель нашего занятия: воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Духовный мир человека – тонкий, незримый, хрупкий и уязвимый мир. Он воспитывает в человеке с его зачатия. Музыка помогает воспитывать гармоничное сочетание умственно и физического развития, нравственной чистоты и эстетического отношения к жизни и искусству, что способствует формированию целостной личности.

Знакомя детей с произведениями различного эмоционально-образного содержания, мы побуждаем их к сопереживанию. Например, песни о Родине – воспитывают в ребёнке чувство патриотизма. Хороводы, песни, танцы разных народов вызывают интерес к их обычаям, что помогает воспитывать толерантность. Занятие музыкой влияет на общую культуру поведения. Чередование разных видов музыкальной деятельности развивает внимание, сообразительность, быструю реакцию, организованность, проявление волевых усилий. Таким образом, можно сказать, что музыкальная деятельность создаёт необходимые условия для формирования нравственных качеств личности ребёнка, закладывает первоначальные основы культуры будущего человека.

Занятие ритмикой основаны на взаимосвязи музыки и движения, улучшают осанку ребёнка, координацию.

Конечно, родитель сам решает, какое значение будет иметь музыку в воспитание ребенка. Но нужно помнить, ничто и никто не сможет заменить яркие художественные



образы в музыкальных произведениях, именно они выражают мир больших мыслей и глубоких чувств человека, способные вызывать эмоциональный отклик, воздействовать на эстетическую сторону души, что и становится главным источником и средством воспитания.

Подготовительная часть – 5 мин

А теперь давайте послушаем следующую мелодию! И наша задача будет такая: мы хлопаем ритм музыки и пытаемся отгадать, что это за музыка.

Правильно! Это музыка про кота Леопольда! А теперь постараемся провести разминку так же старательно, как кот пытался подружить этих мышек!

Музыкальное сопровождение: песня кота леопольда, муз.р-р 4/4.

• Учащиеся стоят на своих местах. И.п. ноги в 6-ой позиции руки опущены вдоль тела.

- наклоны головы в стороны (2 восьмерки)

- наклоны головы в вперед-назад - 2 восьмерки;

- повороты головы в сторону - 2 восьмерки;

- плечи вверх-вниз - 2 восьмерки;

- плечи по очереди вверх-вниз - 2 восьмерки;

- плечи по очереди вверх-вниз - 2 восьмерки;

- кисти на плечи, вращение логтей вперед-назад – по 4 - 2 восьмерки;

И.п. ноги во 2-ой позиции руки опущены вдоль тела.

- наклоны корпуса вправо-влево - 1-3 в правую сторону, 4 в и.п.; 5-7 в левую сторону, 8 и.п.;

- наклоны корпуса вперед - 1-3 вниз, достать ладошками до пола, 4 в и.п.;

Координация в пространстве: учащиеся из 2х линий заводят круг и продолжают подготовительные упражнения для разогрева мышц. Музыкальное сопровождение «голубой вагон», муз.р-р 4/4.

- бег с подъемом ног до ягодиц-4 восьмерки;

- бег с поднятием ног вперед, согнутых в коленях («лошадки») - 4 восьмерки;

- шаги на полупальцах, на пятках - по 2 восьмерки;

- шаги на скошенных стопах наружу («медведи») и вовнутрь - по 2 восьмерки;

- шаги с высоким поднятием ноги, согнутой в колене («цапля») - 2 восьмерки;

- шаги в приседании («уточки») - 2 восьмерки;

- прыжки на двух ногах («зайцы») - 2 восьмерки;

- шаги с опусканием корпуса вперед, ладошками достать до пола («обезьянки») - 4 восьмерки;

В данном упражнении применяется игровая технология. Учащиеся исполняют движения, имеющие образное сходство с различными животными. Это развивает образное мышление учащихся и увеличивает интерес к образовательной деятельности.

Переход на марш с движением по кругу. Учащиеся выстраиваются в 2 колонны.

Основная часть урока -20 мин

Комбинация на развитие координации.

1-3 бег с правой ноги; 4-соскок в 6-ю позицию; 5-8 высокие прыжки (трамплины) по 6-ой позиции;

1-3 бег с левой ноги; 4-соскок в 6-ю позицию; 5-8 высокие прыжки (трамплины) по 6-ой позиции;

1-3 бег с правой ноги; 4-соскок в 6-ю позицию; 5-8 высокие прыжки (трамплины) по 6-ой позиции по стенам вправо;

1-3 бег с левой ноги; 4-соскок в 6-ю позицию; 5-8 высокие прыжки (трамплины) по 6-ой позиции по стенам влево;

1-3 бег с правой ноги; 4-соскок в 6-ю позицию; 5-8 высокие прыжки (поджатые) по 6-ой позиции;

1-3 бег с левой ноги; 4-соскок в 6-ю позицию; 5-8 высокие прыжки (поджатые) по 6-ой позиции.

Перестроение из 2х колонн в круг. Из круга перестроение в диагональ.

- Музыкальная игра на развитие чувства ритма и координации движений «мячик» (игровая технология).

Дети должны передавать по кругу друг другу резиновый мячик в определенном музыкальном рисунке. Музыкальное сопровождение марш (4/4), полька (2/4).

- Отработка танцевального шага по диагоналям в разном темпе и характере музыки. Музыкальное сопровождение марш (4/4), лирический танец «Сударушка» (2/4).
- Музыкально-танцевальная композиция «маме».

Партерная гимнастика.

И.п. сидя на полу. Ноги вытянуты перед собой, спина прямая, руки на коленях.

Работа стоп:

- обе стопы флекс-поинт - 2 восьмерки;
- стопы флекс-поинт по очереди - 2 восьмерки;
- упражнение «складочка» -2 восьмерки;
- упражнение на растяжку мышц задней поверхности бедра - 2 восьмерки по очереди ноги (правая-левая); 2 восьмерки обе ноги;
- упражнение «велосипед»
- упражнение «вазочка»
- упражнение «лягушка»
- упражнение «лодочка»

Прыжки на месте

Заключительная часть урока – 5 мин



- Игра на развитие внимания «Класс». Учащиеся должны выполнить команды педагога (движения) только после слова «класс» (игровая технология).
- Основное построение для поклона (две линии в шахматном порядке).
- Степень реализации цели, достигнутой в начале урока.
- Поклон педагогу. Музыкальное сопровождение вальс, муз.р-р $\frac{3}{4}$.

В основе всего урока с учащимися положена здоровьесберегающая технология, а также лично-ориентированная технология с дифференцированным подходом.





Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Подписи отправителя:	 РЖД ЛИЦЕЙ № 14 Штепина Ольга Станиславовна, ДИРЕКТОР	 Не требуется для подписания	Доверенность: рег. номер, период действия и статус	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
				027CB9660009B2C5A0465D563C D57534EE с 14.10.2024 09:04 по 14.01.2026 09:04 GMT+03:00	06.12.2024 10:03 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа