

Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
**«Дом детского творчества»**  
**«Левобережный»**  
Невского района Санкт-Петербурга

---

Принята решением  
Педагогического совета  
протокол №1 от 31.08.2021



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
художественной направленности  
**«Основы танцевальной деятельности»**

Возраст учащихся: 5,5-11 лет  
Срок реализации: 1 год

Разработчики: **Пасечник Маргарита Анатольевна**  
педагог дополнительного образования  
**Климуш Раиса Елисеевна**  
концертмейстер

## Пояснительная записка

### Направленность программы.

Программа «**Основы танцевальной деятельности**» является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой художественной направленности, разработана в рамках реализации Национального проекта «Образование», Федерального проекта «Успех каждого ребенка», проекта «Школа возможностей» Программы развития системы образования в Невском районе Санкт-Петербурга, Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года в государственных бюджетных образовательных учреждениях.

Уровень освоения: общекультурный.

*Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:*

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - 273-ФЗ).

- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации № 196 от 09 ноября 2018 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р).

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».

- Постановление правительства Санкт-Петербурга от 13.03.2020 № 121 «О мерах по противодействию распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».

**Актуальность.** Бесконечное разнообразие и многофункциональность танца делает его уникальным средством воспитания и всестороннего развития ребенка. Вхождение ребенка в мир танцевальной культуры становится основой эмоционально-чувственного и эстетического обогащения, средством развития способности к творческой самореализации, источником расширения представления о себе и других. Актуальность данной программы определяется наличием потребности детей в танцевальной деятельности как средстве самопознания, самовыражения и развития.

Хореографическое творчество является одним из средств развития личности ребенка. Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Однако физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она должна быть совместима с творчеством, умственным трудом и эмоциональным самовыражением. Благодаря данной программе дети научатся самостоятельно импровизировать под музыку, раскрывая при этом свой творческий потенциал.

### Отличительные особенности программы

Предметом музыкально-ритмического воспитания в программе являются музыка и движения. В целях формирования у обучающихся интереса к занятиям в программе используются образные названия упражнений, приемы имитации и подражания, игровой метод. При распределении разделов программы учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности физического и психического развития обучающихся. Рост мастерства, музыкальности, выразительности исполнения учащихся является результатом систематической работы педагога – хореографа и концертмейстера, и осуществляется путем постепенного перехода от более простых заданий, связанных с

передачей характера музыки в ритмических упражнениях и музыкальных играх, к более сложным, требующим передачи стиля, манеры, характера танцев. Этот процесс творческого роста учащихся требует последовательного продвижения по предлагаемому учебному плану.

Обучение строится на следующих **педагогических принципах**:

- **сотрудничество** педагогов, детей и их родителей, понимание, что результат обучения зависит от вклада каждого;
- **вера в ребенка**, в его силы и способности, демонстрация уверенности в будущем успехе;
- **учет индивидуальных возможностей** учащихся;
- **ориентация на достижения**, на успех ребенка как источник и движущую силу позитивного развития;
- **опора на интересы** обучающихся, включение мотивации ребенка через способность педагогов увлечь, «заразить», удивить, показать эстетику движения;
- **постепенность и последовательность** в обучении, переход от простого к сложному, построение обучения на последовательности следующих элементов: упражнение – навык – соединение движений – свободное выполнение движений и комбинаций;
- **гармонизация педагогического взаимодействия**, развитие познавательно-мировоззренческой, эмоционально-чувственной и действенно-практической сфер личности ребенка;
- **создание условий для реализации творческой активности** обучающихся через творческие задания, танцевальное игровое творчество, танцевальную импровизацию, творческие домашние задания для желающих, подготовку открытых занятий для родителей и концертных выступлений.

Программа состоит из 6 основных разделов, органически взаимосвязанных между собой:

**1. Ритмика.** «Ритм – это то, что дает движение музыке, это самый важный двигатель и самый устойчивый строительный элемент, как бы цемент музыки...» (Б. Астафьев). Ритмика – это первые шаги в мир хореографического искусства. Развитие музыкально-ритмического восприятия обучающихся в программе обучения происходит через ритмические упражнения и игры.

**2. Танцевальная гимнастика.** Основная задача гимнастических упражнений заключается в том, чтобы путем целесообразно подобранных и постоянно повторяемых упражнений научить детей управлять своими движениями. Данный раздел программы включает в себя общеразвивающие упражнения, гимнастические упражнения, элементы акробатики и хореографии, упражнения с предметами (скакалкой, мячом).

**3. Танцевальные и подвижные игры.** При помощи танцевальных и подвижных игр происходит знакомство обучающихся с актерским мастерством, осознанное усвоение танцевальных комбинаций, развитие творческих способностей.

На занятиях происходит знакомство учащихся с элементарными понятиями актерского мастерства. Игровые задания научат детей концентрировать внимание. Для переключения внимания во время краткого отдыха от физической нагрузки педагог может давать детям игровые задания на передачу эмоциональных состояний. Дети учатся передавать музыку мимикой, жестом и движением, при этом развивается творческая фантазия, выразительность движений и актерское мастерство.

#### **4. Классический танец.**

Классический танец и классический экзерсис – это тот фундамент, на котором строится все здание хореографического искусства. Классическая техника является единственной возможной всеохватывающей основой любого сценического танца не только классического, но и народно-характерного, современного, историко-бытового, бального танцев. Основная задача классического экзерсиса заключается в том, чтобы путем целесооб-

разно подобранных и постоянно повторяемых тренировочных упражнений помочь учащимся развить тело и научиться свободно и пластично управлять своими движениями.

### **5. Современные танцевальные направления.**

Данный курс ставит перед собой задачу – дать общее представление о направлениях современной танцевальной культуры, охарактеризовать отличительные особенности и специфику исполнения.

Занятия джаз-танцем начинаются с освоения изолированных движений, после чего переходят к их координации, следуя правилу «от простого к сложному». Постепенно в урок вводятся танцевальные комбинации с использованием хорошо усвоенных элементов.

Танец-модерн дает представление о современном направлении хореографического искусства, неразрывно связанным с классическим танцем, с основами народно - характерного танца и являет собой их синтез. Танец-модерн включает в себя стилизованный народный танец, стилизованный классический. Используется современные музыкальные обработки классических и народных произведений.

### **6. Постановочная работа.**

Постановочная работа предполагает реализацию на сцене танцевальных навыков обучающихся. Постепенно осваивая танцевальный материал на занятиях классическим и современным танцами, ребенок пробует свои силы в исполнительском мастерстве и является соучастником в постановке хореографических композиций. Художественный образ в постановочной работе формируется с учетом сценического костюма, аксессуаров и музыки. Подбор музыкального материала для постановок осуществляется педагогом и концертмейстером. Формируя репертуар, педагог учитывает возрастные особенности детей, их природные задатки и приобретенные навыки, интересы и психологические особенности.

**Адресат программы.** Программа адресована детям дошкольного и младшего школьного возраста.

### **Цель и задачи программы**

**Цель программы** – формирование у учащихся способности к творческому самовыражению посредством обучения танцевальному искусству.

#### **Задачи**

#### **Обучающие:**

- познакомить учащихся с основами танцевального искусства;
- сформировать у детей представления об основах хореографической терминологии, музыкальной грамоты, связи музыки и движения;
- научить выполнять различные виды ходьбы, бега и прыжков, общеразвивающие, хореографические и акробатические упражнения и согласовывать движения с музыкой.

#### **Развивающее:**

- способствовать развитию у обучающихся творческих способностей и специальных качеств (чувства ритма, музыкальности, хореографической памяти);
- сформировать у учащихся правильную осанку и оказать общеукрепляющее оздоровительное воздействие на организм учащихся;
- способствовать развитию у детей двигательных способностей (координации движений, гибкости, выносливости, силы);
- развивать у учащихся способности к самовыражению.

#### **Воспитательные:**

- способствовать формированию художественного вкуса;
- воспитывать у учащихся личностные качества (ответственность и целеустремленность);
- формировать у детей устойчивый интерес к танцевальной деятельности;
- сформировать навыки дисциплинированного поведения на занятиях и культуры общения в коллективе.

### Условия реализации программы

**Условия набора.** Данная программа адресована детям дошкольного, младшего и среднего и школьного возраста, имеющим допуск врача к занятиям.

Форма одежды: для девочек – спортивный купальник, лосины, чешки (либо мягкие тапки); для мальчиков – футболка, шорты, чешки.

**Условия формирования групп.** Группы формируются по возрастному принципу.

### Объем программы.

Количество часов в год	Общий объем курса обучения
144	144

**Срок реализации программы** – 1 год.

**Наполняемость учебной группы:** 15 человек.

**Форма обучения:** очная.

**Форма организации образовательного процесса:** групповая.

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 акад. часа (144 часа в год). Продолжительность академического часа для детей 7 лет и младше – 30 минут, для детей 8 лет – 45 минут.

### Материально-техническое обеспечение программы

Для занятий по программе необходимо следующее материально-техническое оснащение:

- учебный кабинет;
- раздевалка;
- оборудование учебного кабинета (зеркала, гимнастические стенки, маты, коврики);
- спортивный инвентарь (скакалки, гимнастические палки, мячи, обручи, скакалки);
- техническое оснащение (музыкальный центр, компьютер, проектор).

### Особенности организации образовательного процесса

При условии перехода всего образовательного учреждения на дистанционное обучение реализация программы происходит с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### Кадровое обеспечение реализации программы

1. **Педагог дополнительного образования**, обеспечивающий организационный и учебный процесс: проведение всех занятий, подбор репертуара, организацию аттестации учащихся, участие в концертной и конкурсной деятельности.
2. **Концертмейстер**, обеспечивающий сопровождение занятий и концертных выступлений.

### Планируемые результаты

#### Личностные:

- сформируют интерес к танцевальной деятельности;
- получают знания о правилах поведения на занятиях;
- сформируют личностные качества (ответственность целеустремленность);
- приобретут навыки дисциплинированного поведения на занятиях и культуры общения в коллективе;
- расширят свой социальный опыт и будут стремиться к реализации своих способностей.

#### Метапредметные:

- повысят уровень двигательных способностей (координации движений, гибкости, выносливости, силы);
- сформируют навыки сохранять правильную осанку при выполнении упражнений;

- повысят уровень развития творческих способностей и специальных качеств (чувства ритма, музыкальности, хореографической памяти);

**Предметные:**

- научатся понимать хореографическую терминологию различать понятия «темп» и «ритм», динамику звука «громко» и «тихо», согласовывать движения с музыкой;
- изучат основные позиции и положения рук, ног, головы в классическом танце;
- овладеют строевыми упражнениями, различными видами ходьбы, бега и прыжков, общеразвивающими, хореографическими и акробатическими упражнениями;
- приобретут умения выполнять ритмические мини-танцы программного материала, представлять в игре различные образы и передавать в движении характер;

### Учебный план

№	Разделы/темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводные занятия	2	2	-	
2.	Ритмика	32	3	29	
3.	Танцевальная гимнастика	49	3	46	
4.	Классический танец	25	3	22	
5.	Танцевальные игры	11	1	10	
6.	Постановочная работа	21	2	19	
7.	Промежуточная аттестация	4	-	4	Открытое занятие, зачетное занятие, класс-концерт
	<b>Итого:</b>	144	14	130	

## Рабочая программа

### Задачи

#### Обучающие:

- научить учащихся ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо, громче-тише), переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу;
- формировать у учащихся представление о связи музыки и движения в танце;
- научить учащихся слушать музыку (детскую, классическую, народную, эстрадную).

#### Развивающие:

- сформировать у учащихся правильную осанку и оказать общеукрепляющее оздоровительное воздействие на организм учащихся;
- способствовать развитию и совершенствованию у учащихся чувства ритма, хореографической памяти, музыкальности, пластичности, координации движений, гибкости, выносливости, силы;
- развивать учащихся творческие способности (воображение, фантазию);
- способствовать формированию у учащихся способности преодолевать скованность, закрепощенность, чувство страха быть в центре внимания;
- способствовать развитию артистизма и эмоциональной раскрепощенности учащихся.

#### Воспитательные:

- способствовать формированию художественного вкуса, эстетического кругозора учащихся;
- воспитывать у учащихся трудоспособность, ответственность, целеустремленность в достижении конечных результатов;
- способствовать формированию культуры поведения, культуры внешнего вида учащихся;
- воспитывать у учащихся интерес к занятиям танцами, потребности в движениях под музыку.

### Содержание обучения

#### 1. Вводные занятия.

**Теория:** Цели и задачи программы. Правила техники безопасности (правила техники безопасности на занятиях, правила поведения в учреждении, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения, правила поведения в чрезвычайных ситуациях).

#### Практика:

- начальная диагностика (педагогическое тестирование).

#### 2. Ритмика.

**Теория:** Основы музыкальной грамоты - «темп», «ритм», «такт», «затакт», «музыкальный размер». Виды построений – «шеренга», «колонна». Разновидности шагов – марш, полька, галоп. Азбука музыкального движения: мелодия и движения; темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 2/4, 4/4, 3/4. Сильные и слабые доли. Правила развивающих танцевальных игр. Соблюдение правил техники безопасности.

#### Практика:

- ходьба (на месте и в движении, с хлопками и движениями руками под музыку);
- танцевальные упражнения (высокий, приставной шаг; шаг галопа вперед, в сторону);
- ритмические мини-танцы.

#### 3. Танцевальная гимнастика.

**Теория:** Понятие – «здоровый образ жизни». Понятие правильная осанка. Техника выполнения гимнастических упражнений, основные ошибки.

#### Практика:

#### Общеразвивающие упражнения

- ходьба (с носка, на носках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, в приседе);
- бег (на месте и с перемещением, с высоким подниманием бедра, с захлестом голени назад);
- прыжки (на двух и одной ноге, с ноги на ногу, на месте, на месте и в движении, с поворотами на 90° и 180°);
- упражнения для мышц рук (отведения и приведения, сгибания и разгибания, круговые вращения);
- упражнения для мышц ног (приседания; стоя у опоры отведения, приведения ног вперед, в сторону);
- упражнения для мышц туловища (наклоны, повороты; поднимание туловища и ног в исходных положениях лежа на спине и на животе);
- упражнения для развития гибкости (наклоны вперед и назад в различных исходных положениях);
- игровой стрейчинг (движения образного характера с максимальной амплитудой и удержанием позы);
- дыхательные упражнения;
- поsegmentное расслабление звеньев тела.

#### **Гимнастические упражнения**

- «волна» (из положения, сидя на пятках, стоя лицом и спиной к опоре);
- «мост» (стоя на коленях, лежа, стоя);
- шпагаты;
- равновесия (вертикальные и горизонтальные, на двух и одной ноге, с опорой и без);
- повороты (на 180° и 360° на двух и одной ноге).

#### **Хореографические упражнения**

- позиции рук (1, 2, 3);
- позиции ног (1, 2, 3, 5);
- подъемы на полупальцы (релеве);
- полуприседания (деми плие) в 1, 2, 5 позициях;
- выставления ноги на носок (батман тандю);
- махи ногами на высоту 45° (батман тандю жете);
- махи ногами на высоту 90° и выше (гран батман жете).

#### **Акробатические упражнения**

- «группировка»;
- перекаты в «группировке» (вперед, назад);
- кувырок вперед, назад;
- стойка на руках у опоры.

#### **Упражнения со скакалкой**

- махи скакалкой, сложенной вдвое, в различных направлениях;
- вращения скакалки в различных плоскостях;
- манипуляции;
- перешагивания через свободно висящую скакалку;
- бег через скакалку;
- перепрыгивания через скакалку вперед и назад толчком двумя;
- прыжки толчком двумя, вращая скакалку вперед, назад, петлей.

#### **Упражнения с мячом**

- способы удержания мяча;
- отбивы мяча (многократные отбивы мяча на месте двумя руками);
- перекаты мяча (по полу, рукам и ногам);



- броски и ловля мяча двумя руками.

#### **4. Классический танец.**

**Теория:** Постановка корпуса, позиции ног. Позиции рук в классическом танце (подготовительное положение). Позиции ног в классическом танце (1, 2, 6). Постановка корпуса и головы. Термины классического танца: «releve», «demi-plie», «grand-plie», «sote». История развития классического танца.

##### **Практика:**

##### **Экзерсис у станка**

- releve по 6, 1 позициям;
- demi plie по 1,2 позициям;
- battement tendu в сторону по 1 позиции;
- battement tendu jete по I позиции в сторону;
- battement releve lent вперед и назад.

##### **Экзерсис на середине**

- постановка корпуса;
- позиции рук 1, 2, 3, подготовительное положение;
- позиции ног (1, 6);
- наклоны корпуса вперед и в сторону.

##### **Allegro**

- soute по I, II позициям;
- трамплинные прыжки по 6 позиции;
- pass shasse по линии танца.

#### **5. Танцевальные и подвижные игры.**

**Теория:** Правила танцевальных и подвижных игр.

##### **Практика:**

- импровизация на заданную музыкальную тему;
- танцевальные игры (для развития воображения, музыкальности и артистизма);
- подвижные игры (для развития координации движений, быстроты, выносливости, ориентировки в пространстве).

#### **6. Постановочная работа.**

**Теория:** Репертуарные этюды, композиции и танцы. Художественный образ в танце с учетом стиля, характера в танце, сценического костюма, аксессуаров и музыки. Знакомство с репертуаром детских хореографических коллективов (просмотр и анализ видеоматериалов). Прослушивание музыкального материала к номеру. Стиль номера. Музыкальный раз, темп, характер танца.

##### **Практика:**

- танцевальная комбинация на основе шагов польки, подскоков, галопа, прыжков;
- работа над образом в танце;
- постановка танца, работа над пластической выразительностью в танце;
- работа над рисунком танца;
- танцевальные комбинации;
- работа над синхронным исполнением танцевальных элементов;
- репетиция танца по частям, соединение в общую композицию;
- создание хореографического образа;
- работа над пластической выразительностью;
- работа в ансамбле.

#### **7. Промежуточная аттестация.**

##### **Практика:**

- промежуточная аттестация за 1 полугодие (декабрь) – опрос, открытое занятие;

- промежуточная аттестация за учебный год (апрель-май) – зачетное занятие, открытое занятие.

### **Ожидаемые результаты**

#### **Личностные:**

- сформируют устойчивый интерес к занятиям;
- получают представление о культуре безопасного поведения в коллективе;
- сформируют личностные качества (ответственность, целеустремленность), художественный вкус);
- приобретут навыки дисциплинированного поведения на занятиях и культуры общения в коллективе;
- полюбят процесс творчества в искусстве танца.

#### **Метапредметные:**

- повысят уровень развития двигательных способностей (координации движений, гибкости, выносливости, силы);
- повысят уровень развития творческих способностей и специальных качеств (музыкальности, чувства ритма, пластичности, хореографической памяти).

#### **Предметные:**

- научатся понимать хореографическую терминологию, различать понятия «темп» и «ритм», согласовывать движения с музыкой;
- изучат основные позиции и положения рук, ног, головы в классическом танце;
- овладеют различными видами ходьбы, бега и прыжков, общеразвивающими, хореографическими и акробатическими упражнениями;
- сформируют навыки сохранения правильной осанки при выполнении упражнений;
- приобретут умения выполнять ритмические мини-танцы программного материала, представлять в игре различные образы и передавать в движении характер.

## Оценочные и методические материалы

### Методические материалы

№	Разделы программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Ритмика	Практическое занятие, открытое занятие, зачетное занятие, игра.	<b>Приемы:</b> устное изложение, беседа, показ педагогом, работа по образцу, упражнение, танцевальная композиция. <b>Методы:</b> словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; фронтальный, индивидуально-фронтальный, групповой, работа в парах.	<b>Дидактический материал:</b> специальная литература. <b>Техническое оснащение:</b> музыкальный центр, компьютер, проектор.	Открытое занятие, зачетное занятие.
2.	Танцевальная гимнастика	Практическое занятие, открытое занятие, зачетное занятие, игра, праздник, концерт.	<b>Приемы:</b> устное изложение, беседа, показ педагогом, просмотр видеоматериалов, работа по образцу, упражнение. <b>Методы:</b> словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; фронтальный, индивидуально-фронтальный, групповой, работа в парах.	<b>Дидактический материал:</b> специальная литература. <b>Техническое оснащение:</b> музыкальный центр, компьютер, проектор.	Педагогическое тестирование, открытое занятие, зачетное занятие, праздник, концерт.
3.	Танцевальные и подвижные игры	Практическое занятие, открытое занятие, зачетное занятие, игра, эстафета, соревнование.	<b>Приемы:</b> устное изложение, беседа, показ педагогом, просмотр видеоматериалов, работа по образцу, упражнение. <b>Методы:</b> словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; фронтальный, индивидуально-фронтальный, групповой, работа в парах.	<b>Дидактический материал:</b> специальная литература. <b>Техническое оснащение:</b> музыкальный центр, компьютер, проектор.	Педагогическое тестирование, зачетное занятие, показательное выступление, соревнование.
4.	Классический танец	Практическое занятие, зачетное занятие.	<b>Приемы:</b> устное изложение, показ педагогом, просмотр видеоматериалов, работа по образцу, упражнение, тренинг. <b>Методы:</b> словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; фронтальный, индивидуально-фронтальный, групповой.	<b>Дидактический материал:</b> специальная литература, аудиозаписи, видеозаписи, фотографии, костюмы; <b>Техническое оснащение:</b> музыкальный центр, компьютер, проектор.	Открытые занятия для родителей, зачетные занятия.

№	Разделы программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
5.	Современные танцевальные направления	Практическое занятие, зачетное занятие, концерт, конкурс.	<b>Приемы:</b> устное изложение, показ педагогом, просмотр видеоматериалов, работа по образцу, упражнение, тренинг. <b>Методы:</b> словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; фронтальный, индивидуально-фронтальный, групповой.	<b>Дидактический материал:</b> специальная литература, аудиозаписи, видеозаписи, фотографии, костюмы; <b>Техническое оснащение:</b> музыкальный центр, компьютер, проектор.	Открытые занятия для родителей, зачетные занятия, концерт, конкурс.
6.	Постановочная работа	Практическое занятие, репетиция, концерт, праздник.	<b>Приемы:</b> устное изложение, показ педагогом, просмотр видеоматериалов, работа по образцу, упражнение, тренинг. <b>Методы:</b> словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; фронтальный, индивидуально-фронтальный, групповой.	<b>Дидактический материал:</b> специальная литература, аудиозаписи, видеозаписи, фотографии, костюмы; <b>Техническое оснащение:</b> музыкальный центр, компьютер, проектор.	Открытые занятия для родителей, зачетные занятия, концерт, конкурс, праздник.

## Информационные источники

### для педагога:

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.
2. Варакина Т.Т., Кудрямова Л.Н., Маркова Т.П. Упражнения с предметами. – М.: «Физкультура и спорт», 1973.
3. Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. Основы физической культуры и здорового образа жизни. – М.: «Советский спорт», 1996.
4. Карпенко Л.А. Методика тренировки занимающихся художественной гимнастикой. – Л.: ГДОИФК, 1999.
5. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр. – М.: ВАКО, 2005.
6. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Учебно-методический центр «Аллегро», 1993.
7. Крючек Е.С. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий. – М.: «Терра-Спорт», 2001.
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. – М.: «Искусство», 2002.
9. Овчинникова Н.А. Обучение упражнениям с предметами в художественной гимнастике. – Киев, 1990.
10. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.: «Речь». – 2003.
11. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: «Просвещение», 1989.
12. Сосина В.Ю., Фабиан Э.М. Ритмическая гимнастика. – Киев: «Рад. Школа», 1990.
13. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Уч.-мет. пособие. – СПб.: «Детство-пресс», 2003.
14. Холдов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студ. высш. уч. зав. – М.: «Академия», 2000.
15. Шебенко В.Н. Физическое воспитание дошкольников: Учебное пособие. – М., 1996.

### для учащихся и родителей:

1. Аганянц Е.К., Демидов Е.В. Физиологические особенности развития детей, подростков, юношей. – Краснодар: Куб. ГАФК, 1999.
2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. – М., 1993.
3. Громов Ю. И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. – СПб., 1997.
4. Страковская В.П. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. – М.: «Новая школа», 1994.
5. Фадеичев Н. Солисты балета. – М.: «Искусство», 1990.

## Критерии уровня развития чувства ритма

### 1. Движение.

#### - Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями:

5-10 баллов – учащийся самостоятельно, четко производит смену движений в соответствии с изменением характера музыки, чувствует начало и конец музыки;

3-4 балла – производит смену движений с запаздыванием, по показу взрослого;

1-2 балла – смену движений не производит, не чувствует начало и конец музыки.

#### - Соответствие движений ритму музыки:

5-10 баллов – учащийся четко ритмично выполняет движения;

3-4 балла – выполняет движения с ошибками;

1-2 балла – движения выполняются неритмично.

#### - Соответствие движений темпу музыки:

5-10 баллов – учащийся чувствует смену темпа, самостоятельно отмечает это сменой движения;

3-4 балла – чувствует смену темпа с запаздыванием, движения меняет по показу педагога или других учащихся;

1-2 балла – не чувствует смену темпа, движения меняет с большим опозданием.

### 2. Координация движений и внимание («Ритмическое эхо» со звучащими жестами).

5-10 баллов – учащийся выполняет все движения без ошибок;

3-4 балла – допускает 1-2 ошибки;

1-2 балла – не справляется с заданием.

### 3. Воспроизведение метра и ритма.

#### - Воспроизведение метрической пульсации музыкального произведения в хлопках:

5-10 баллов – учащийся точно воспроизводит метрическую пульсацию музыкального произведения;

3-4 балла – на протяжении выполнения задания кратковременно теряет ощущение метра (спешит, запаздывает), но в целом справляется с заданием.

1-2 балла – беспорядочные хлопки.

#### 4. Воспроизведение ритмического рисунка в хлопках («Ритмическое эхо»).

5-10 баллов – ребенок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

3-4 балла допускает 2-3 ошибки;

1-2 балла – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

№	Фамилия имя учащегося	Движение	Координация дви- жений и внимание	Воспроизведение метра и ритма	Воспроизведение ритмического ри- сунка в хлопках	Общий средний бал
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						

**Диагностика уровня музыкально-двигательного развития учащихся**

**Координация, ловкость движений** – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений.

Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

**Упражнение 1.** Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

**Упражнение 2.** Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

**Упражнение 3.** Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

**3 балла** – правильное одновременное выполнение движений;

**2 балла** – неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа;

**1 балл** – неверное выполнение движений.

### **Прыжок**

**1 балл** – отсутствие амплитуды прыжка;

**2 балла** – прыгает легко с мягким приземлением, но амплитуда прыжка недостаточна.

**3 балла** – прыгает легко, с хорошей амплитудой, легко и мягко приземляется.

**Творческие проявления** – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Учащимся предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: «ромашку», «пчелку», «солнечного зайчика».

**3 балла** – умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

**2 балла** – движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

**1 балл** – учащийся не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации.

**Гибкость тела** – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

**Упражнение «Отодвинь кубик дальше»** (проверка гибкости тела вперед). Учащимся предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую учащийся упирался пальцами.

**3 балла** – 8-11 см.;

**2 балла** – 4-7 см.;

**1 балл** – 3 см и меньше.

**Упражнение «Кольцо»** (проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лежа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

**3 балл** – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад;

**2 балл** – средняя подвижность позвоночника;

**1 балл** – упражнения на гибкость вызывают затруднения.

**Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения без показа педагога).



**Упражнение «Кто из лесу вышел?»** После прослушивания музыки учащийся должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки (отражение в движении характера музыки).

**Упражнение «Заведи мотор».** Учащиеся сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку – медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

**Упражнение «Страусы».** Под тихую музыку учащиеся двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

**3 балла** – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику);

**2 балла** – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

**1 балл** – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

**Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных учащихся мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Учащимся предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

**3 балла** – мимика учащегося выразительная, с легкостью изображает разные эмоции, движения яркие и выразительные;

**2 балла** – учащийся недостаточно эмоционален;

**1 балла** – учащийся неэмоционален.

**Развитие чувства ритма.** Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от учащихся постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована. Учащийся говорит примитивно, используя короткие отрывочные высказывания.

**Упражнения с ладошками.** Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а учащиеся должны постараться точно повторить его хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой. Педагог сидит перед учащимися и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки:

4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза);

3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения);

2 раза по коленям, 2 раза в ладоши;

1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

**3 балла** – точно передает ритмический рисунок;

**2 балла** – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком;

**1 балл** – с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

## Уровни развития учащихся в музыкально-ритмической деятельности

**Первый уровень (высокий – 15-18 баллов)** предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

**Второй уровень (средний – 10-14 баллов).** Этому уровню свойственна слабая творческая активность учащихся, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм, передает только общий характер, темп музыки, умеет выразить свои чувства в движении. В образно-игровых движениях легко передает характер персонажа. Верно выполняет упражнения на координацию после повторного показа движений.

**Третьему уровню (низкий – 6-9 баллов)** соответствуют следующие характеристики учащихся: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Учащийся не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.