

Управление образования администрации ЗАТО Александровск
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества «Дриада»

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
МАУДО «ДДТ «Дриада»
Протокол № 12 от 15.05.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУДО «ДДТ «Дриада»
И.Г. Телегина
«26» мая 2025 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Ритмика и танец»

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Срок реализации программы: 1 год

Уровень программы: стартовый (ознакомительный)

Авторы-составители:
Вачевских Ирина Николаевна,
Жданова Екатерина Викторовна,
педагоги дополнительного образования.
Подлубная Людмила Алексеевна,
концертмейстер

ЗАТО Александровск
г.Гаджиево
2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Пояснительная записка	3
2. Учебный план	9
3. Содержание программы	10
4. Комплекс организационно-педагогических условий	13
Список литературы	15
Приложение	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Ритмика и танец» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 (Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи);
- Постановлением 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»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмом Министерства образования и науки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей».
- Уставом МАУДО «ДДТ «Дриада».

Вид программы: общеразвивающая.

Уровень программы: стартовый.

Направленность программы: художественная.

Актуальность данной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растёт спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребёнок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Кроме того, родителей и педагогов не может не тревожить состояние здоровья подрастающего поколения. Недостаточная двигательная активность и слаборазвитая система дыхания создают массу проблем детям и их родителям. Выполнение комплекса упражнений партерной гимнастики способствует укреплению мышечного аппарата ребёнка, исправлению осанки, компенсации недоразвитости мышц стопы, усилию дыхательных процессов и удовлетворению потребности организма в движении, которая

составляет одну из основных физиологических особенностей детского организма, являясь условием его нормального формирования и развития.

Также известно, что при движении под музыку в крови уменьшается содержание лактата (лактата – вещество, которое вырабатывается организмом как результат мышечного напряжения). Это говорит о способности музыки снимать мышечное напряжение, уменьшать его. А это, в свою очередь, помогает организму (ребенку) настраиваться на разные виды деятельности в повседневной жизни, не напрягаясь: мыслить многоканально, анализировать разные источники информации, принимать адекватные решения и осуществлять их. Таким образом, специально подобранные упражнения, проводимые с музыкальным сопровождением, при правильном психолого-педагогическом подходе, являются мощным оптимизирующим и оздоровляющим фактором.

Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластиности, выворотности, танцевального шага и т.п. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, игры воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

Педагогическая целесообразность образовательной программы «Ритмика и танец» определена тем, что ориентирует учащегося на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений, навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическим занятиям хореографией учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства – в этом и заключается педагогическая целесообразность данной образовательной программы.

Кроме того, педагогическая целесообразность программы «Ритмика и танец», проявляется в формировании у учащегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны и формирование самодостаточного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребёнка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

Адресат программы: дети в возрасте 5-6 лет.

Наполняемость групп: 12-15 человек.

Принцип набора в группы – свободный, принимаются все желающие дети, не имеющие отклонения в физическом состоянии здоровья, без конкурсной основы, проверки базовых знаний и природной предрасположенности.

В процессе обучения предусмотрено проведение добра обучающихся в группы. Для, вновь зачисленных, обучающихся подбираются задания, позволяющие быстрее приобрести необходимые навыки.

Срок реализации программы: 1 год.

Форма реализации программы: очная.

Образовательные технологии: применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий могут быть использованы в случаях, если образовательную деятельность невозможно организовать по причинам отмены учебных занятий в актированные дни, приостановления учебной деятельности в связи с введением карантинных мероприятий, чрезвычайных ситуаций и др.

Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности: комплексная.

Форма и тип организации работы: групповая работа.

Форма обучения и виды занятий: теоретические и практические занятия, игровые занятия (задания по развитию воображения, фантазии, артистизма); тренировочные учебные занятия (на середине зала); постановочные (этюдные) занятия; просмотр видео материалов, открытые занятия.

Основной формой организации обучения является учебное занятие, на котором используются разнообразные методы: беседа, показ с пояснением, сюжетно-игровое занятие, упражнения и тренинги, включение детей в творческий процесс, конкурсы, смотры хореографических коллективов, концерты.

Объем программы: 144 часа.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа (1 академический час составляет 25 минут, перерыв между занятиями 10 минут).

Цель программы: развитие творческих способностей дошкольников посредством танцевального искусства. Подготовка для возможного продолжения обучения в детском хореографическом коллективе.

Задачи программы:

Обучающие:

- Овладение начальным запасом знаний, умений и навыков классического и народного танца;
- Научить чувствовать характер музыки;
- Овладение навыками выразительного движения;
- Знакомство с основными рисунками танца;
- Побудить желание творчески мыслить и фантазировать.

Развивающие:

- Способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- Формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- Формировать интерес к танцевальному искусству;

- Развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнение танцевальных движений;
- Развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- Развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- Развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- Воспитать культуру поведения и общения;
- Воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- Заложить основы становления эстетически развитой личности;
- Воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Отличительными особенностями программы является комплексное использование трёх методов:

- **Метод музыкального движения** – **РИТМИКА.** Это процесс всестороннего обучения ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития. Занятия ритмикой развивают такие данные как музыкальный слух, слуховую, образную и мышечную память, чувство ритма, помогают выявлению творческих задатков учеников, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства. Дети получают возможность самовыражения через музыкально- игровую деятельность.
- **Метод - ХОРЕОКОРРЕКЦИИ.** Метод выравнивания поведения ребёнка посредством музыкально-ритмических игр. Своеобразие предлагаемой технологии основывается на применении разнообразных телодвижений, которые выполняются в игровой форме, с обязательным «выходом» на положительную эмоцию. Воздействие на учащихся средствами хореокоррекции воспитывает здоровое отношение к себе и окружающим, трудолюбие, дисциплину и ответственность, формирует общую культуру и потребность к здоровому образу жизни, толерантность и эстетическое восприятие окружающего мира. Дети овладевают приемами самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля за своими действиями и поступками.
- **Метод - ПАРТЕРНОГО ЭКЗЕРСИСА.** Это эффективная система этюдов, «мини танцев», направленная на формирование определённого навыка и эмоциональной выразительности. Она является способом «прорыва» по формированию хореографических навыков именно на начальном этапе обучения, когда у маленького танцора необходимо развить силу, гибкость, пластичность, растяжку, иные физические данные, не причиняя физического и эмоционального дискомфорта ребёнку, и научить всё это делать с максимальной выразительностью.

Выбор основных методов обучения основан на возрастных и индивидуальных особенностях детей дошкольного возраста. Разделы программы также спланированы с учётом возраста учащихся.

Процесс обучения и воспитания в рамках данной программы предполагается построить таким образом, чтобы развитие шло от активного формирования интереса к искусству танца, к развитию творческой фантазии, творческих способностей, к осознанию себя, своих возможностей.

Ожидаемые результаты

Личностные:

- начнут развиваться образное мышление, наблюдательность, творческие способности, эстетические чувства;
- начнут формироваться эстетические потребности в общении с искусством, природой, самостоятельной творческой деятельности.

Предметные:

1. Знания:

- Методики исполнения простейших элементов партерной гимнастики, программных элементов классического и народного танца;
- Принципа исполнения выворотных положений ног;
- Понятий вытянутой стопы и втянутого колена;
- Правил постановки корпуса и рук у станка и на середине зала;
- Основных рисунков танца;
- Основных музыкальных жанров;
- Правил поведения на занятиях и на концертах
- Техники безопасности на занятиях в целом и во время исполнений движений в частности.

2. Умения:

- Исполнять программные элементы партерной гимнастики, классического и народного экзерсиса;
- Передавать в движении музыкальный размер и ритмический рисунок, акцентировать шаг на первую долю;
- Распознавать характер танцевальной музыки;
- Творчески мыслить и фантазировать в соответствии с музыкальным материалом;
- Правильно пройти в такт музыки, сохраняя красивую осанку;
- Чувствовать характер музыки;
- Выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- Самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений;
- Выразительно передавать образы в игровых элементах урока и инсценировке песен;
- Вытягивать стопы и колени в партере и на середине зала;
- Легко, естественно и непринуждённо выполнять танцевальные шаги и элементы разделов «движения на середине зала», «танцевальные элементы»;
- Различать правую и левую стороны;
- Приветствовать педагога и друг друга («поклон - приветствие»).

Метапредметные:

- Научиться ставить учебную цель и определять задачи занятия, осуществлять учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- Обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе.

Формы аттестации дополнительной общеобразовательной программы: участие учащихся в конкурсах по хореографии, отчетных концертах, выступление на торжественном открытии городских мероприятий, сдача нормативов по хореографии.

Система оценки результатов деятельности

Контроль по дополнительной общеразвивающей программе осуществляется в течение всего учебного года и включает в себя первичную диагностику (вводный контроль) и промежуточную аттестацию.

Вводный контроль проводится в начале учебного года, с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, определения природных способностей и возможностей обучающихся, зачисленных в объединение по дополнительным общеобразовательным программам.

Контроль знаний обучающихся проводится в соответствии с критериями оценки знаний, умений и практических навыков освоения дополнительной общеобразовательной программы, предусмотренных в инструментариях дополнительных общеобразовательных программ.

Промежуточная аттестация проводится с целью выявления уровня освоения законченной части дополнительной общеобразовательной программы по итогам полугодия (учебного года) и по окончанию освоения дополнительной общеобразовательной программы в целом.

Система контроля и оценки результатов деятельности дает возможность проследить развитие каждого ребенка, выявить наиболее способных детей, создать условия для их дальнейшего развития, определить степень освоения программы и своевременно внести корректировку в образовательно-воспитательный процесс.

Оценка результатов деятельности производится по полугодиям в виде зачётных теоретических и практических занятий. Мониторинг личностного развития ребёнка проводится педагогом на каждом занятии в соответствии с разработанными показателями и критериями.

Динамика результатов освоения программы ребенком отражается в диагностической карте учета результатов обучения по дополнительной общеобразовательной программе (Приложение №1).

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	теория	практика	всего
1	Вводное занятие.	1	1	2
2	Упражнения на середине зала.	8	24	32
3	Элементы классического и народного танца	4	20	24
4	Партерная гимнастика.	6	24	30
5	Музыкально – ритмические игры.	5	17	22
6	Танцевальные элементы	4	24	28
7	Концертная деятельность	-	4	4
8	Заключительное занятие.	-	2	2
Всего часов в год:		28	116	144

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час)

- Ознакомление с правилами коллектива, планом работы;
- Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе.

Практика (1 час)

- Диагностика знаний, умений и навыков.

Тема 2. Упражнения на середине зала (32 часа).

Теория (8 часов)

- Объяснение методических правил исполнения программных упражнений и движений 1-го года обучения.

- Методические требования к выполнению упражнений на середине зала.

Практика (24 часа)

- Поклон – мальчики, поклон - девочки;
- Понятие вытянутой стопы в воздухе («Козлёнок»);
- Танцевальный шаг: pas marshe с высоким поднятием коленей («Солдатики»), спокойный шаг с носка и выворотной ноги («Алёнушка»), широкий шаг («Волк»);
- Части стопы: шаг на полупальцах («Берёзинка», «Жираф»), пятках («Баба яга»), внутренней и внешней сторонах стопы («Клякса», «Медвежонок»);
- Бег: лёгкий с поднятием коленей вперёд («Горячая сковородка») и отбрасыванием ног под себя («Колобок»), стремительный, широкий («Страус»), бег на полупальцах («Птицы»);
- Боковой галоп («Лягушата»);
- Подскоки на месте и с продвижением вперёд с вытянутой стопой («Друзья – подружки»);
- Приставной шаг «Пружинка»;
- Упражнения на растяжение и укрепление мышц шеи («Колобок», «Часики»);
- Упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей вниз – вверх («Флажки»), упражнения на разжимание кулака с сильным напряжением в пальцах («Ёжики», «Лампочка»), пальчиковая гимнастика («Муравьишки», «Черепашка», «Козлёнок-зайка», «Паучок»);
- Движение рук: имитация «полоскание»;
- Основные рисунки танца: круг, линия, колонна;
- Притопы «Слонёнок»;
- Прыжки с вытягиванием ног в воздухе «Рыбка», «Ракета»;

Тема 3. Элементы классического и народного танца (24 часов).

Теория (4 часов)

- Объяснение методических правил исполнения программных упражнений и движений 1-го года обучения.

- Методические требования к выполнению упражнений у станка;

- Великие имена русского балета.

Практика (20 часов)

- Постановка корпуса: спина, голова, шея, плечи, колени, стопы.
- Позиции ног: 1, 2 и 6 позиции (у станка);
- Demi plie по 1 позиции у станка;
- Relevé в 6 позиции у станка;
- Подготовительная позиция рук, 2 позиция рук;
- Вынос ноги на каблук;
- Упражнение «пружинка»;
- Упражнение «ковырялочка».

Тема 4. Партерная гимнастика (30 часов).

Теория (6 часов)

- Термин «партерная гимнастика»;
- Объяснение методических правил исполнения движений;

Практика (24 часа)

- Упражнение на подвижность голеностопного сустава («Карандаши», «Русалочка», «Червяк», «Птененец в яйце», «Клювики»);
- Упражнение для развития осанки и укрепления мышц кора («Черепаха – жираф», «Самолёт сидя», «Горка», «Загораем», «Царевны», «Сосулька»);
- Упражнения на растяжку мышц задней поверхности бедра («Котлетки», «Чемодан», «Охотник», «Вытягиваем червяка»);
- Упражнение на развитие выворотности ног («Бабочка», «Флажок», «Снежинки», «Телефон», «Лягушка»);
- Упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса («Самолёт летит», «Велосипед», «Грузовой паровоз», «Солнышко», «Ножницы», «Орешек»);
- Упражнения на укрепление мышц спины («Морская звезда», «Лодка», «Парус», «Упляем от акулы»);
- Упражнение на развитие гибкости («Корзиночка», «Змея», «Червяк»);
- Упражнение на растяжку мышц паха («Клоун», «Книжки», «Перегонки», «Тра-та-та»);
- Упражнение на развитие шага («Мышки в норке», «Машинки в тоннеле», «Шпагат»).

Тема 5. Музыкально – ритмические игры (22 часа)

Теория (5 часов)

- Объяснение правил игр

Практика (17 часов)

- На знакомство с рисунками танца «Ниточка и иголочка», «Змея»;
- На понятия «Громко – тихо»: «Весёлый дирижёр»
- На определение характера музыки «Лягушки и цапли», «Слон и мыши»;
- На определение конца музыкальной фразы и скорость реакции «Обнимашки», «Кот и мыши», «Рыбка», «Яблоко и червяк»;

- На запоминание правой, левой руки, ноги «Хлопушки», «Правая и левая»;
- На умение собирать мышцы и расслабляться «Оловянные солдатики – тряпичные куклы», «Тётя-Мотя».

Тема 6. Танцевальные элементы (28 часов).

Теория (4 часов)

- Объяснение методических правил исполнения движений.

Практика (24 часов)

- Шаг на носках;
- Приставной шаг;
- Высокий бег;
- Легкий подскок;
- Галоп вперёд «лошадки»;
- Притопы;
- Различные виды прыжков;
- Элементы русской пляски;
- Импровизация «Болезнь куклы», П. И. Чайковский;
- Импровизация «Времена года», П. И. Чайковский;
- Импровизация «Три поросёнка»;
- Импровизация «Робот Бронислав»;
- Импровизация «Ква-ква»;

Тема 7. Концертная деятельность (4 часа).

Практика (4 часа)

- Участие в концертных мероприятиях на уровне учреждения.

Тема 8. Заключительное занятие (2 часа).

Практика (2 часа)

- Открытый урок. (Показательные выступления. Отчетный концерт.)

4. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

Методическое обеспечение программы

Эффективному обучению программе способствуют:

- разнообразие применяемых форм и методов;
- продуктивная система контроля и оценки знаний;
- наличие хорошего дидактического материала;
- наглядный показ движений на уроке.

В состав минимального дидактического материала, используемого на каждом занятии, входят:

- перечень необходимых зачётов, являющийся одновременно изложением программы;
- текстовой материал, кратко отражающий содержание программы;
- видео, аудио и фото материалы.

Весь материал расположен в порядке его изучения.

Предполагается наличие дополнительного материала: книги и журналы по хореографии, видео материал с классическими балетами, видео материал по детскому танцу.

Кадровое обеспечение.

Для организации образовательного процесса по программе «Мир танцующего детства» привлекается концертмейстер, который занимается музыкальным сопровождением, а также активно принимает участие в процессе подготовки танцевальных номеров, подбором музыкальных произведений, которые соответствуют тематике и стилю танцевальных номеров, обеспечивая гармоничное сочетание музыки и хореографии.

В рамках программы концертмейстер проводит занятия, направленные на развитие музыкального восприятия у детей, что помогает им лучше чувствовать ритм и динамику танца, а также участвует в подготовке и проведении концертных программ (мероприятий) и выступлений, обеспечивая профессиональное музыкальное сопровождение и создавая атмосферу праздника.

Формы организации образовательного процесса по темам

Упражнения и танцевальные элементы на середине зала:

- беседы;
- практические упражнения;
- зачетные занятия.

Элементы классического и народного танца:

- беседы;
- практические упражнения;
- зачетные занятия.

Партерная гимнастика:

- беседы;
- практические упражнения;
- зачетные занятия.

Музыкально-ритмические игры:

- беседы;
- практические упражнения.

Итоговое занятие:

- открытый урок;
- выступление на отчётном концерте.

Программа «Ритмика и танец» разработана с учётом современных образовательных технологий, которые отражаются:

- в *принципах обучения*: индивидуальность, доступность, преемственность, результативность;
- в *формах обучения*: дифференцированное обучение, теоретические и практические занятия, концерты и др.;
- в *методах обучения*: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский, проблемное изложение, метод моделирования художественно - творческого процесса;
- в *методах контроля* управления образовательного процесса, анализа результатов;
- в *средствах обучения*: использование специализированной одежды (танцевальный купальник, танцевальная юбка, мягкая балетная обувь), техническое оснащение – просторный танцевальный класс, зеркала, станок, видео и аудио аппаратура.

Техническое оснащение программы.

Для успешной реализации программы «Ритмика и танец» необходимо:

- просторное помещение, оборудованное зеркалами, станками для экзерсиса, с ковровым покрытием полов, хорошо освещенное;
- музыкальный инструмент;
- аудиоаппаратура;
- видеоаппаратура;
- методические видеоматериалы и аудиоматериалы;
- специальная тренировочная одежда, репетиционная и сценическая обувь.

Календарный учебный график (Приложение №3)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагогов

1. Базарова, Н.П. Азбука классического танца/ Базарова, Н.П., Мей В.П. – СПб.: Планета музыки, 2010.
2. Базарова, Н.П. Классический танец. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2009.
3. Ваганова, А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2007.
4. Вихрева, Н.А. Экзерсис на полу.- М.: Сборник МГАХ, 2004
5. Горшкова, Е. В. От жеста к танцу. - М.: Гном и Д, 2004.
6. Громова, Е.Н. Детские танцы из классических балетов с нотным приложением - СПб.: Лань: ПЛАНЕТА МУЗЫКИ, 2010.
7. Гренлонд Э., Н. Оганесян «Танцевальная терапия. Теория, методика, практика» (СПб.: Речь, 2014.
8. Дмитриева, Т.А. Развитие музыкальных способностей дошкольников средствами игровой деятельности на уроках ритмики. - Москва, 2011. В.В. Козлов, А.Е. Гиршон «Интегративная танцевально-двигательная терапия» (СПб.: Речь, 2016)
9. Заикин, Н. Заикина Н. Областные особенности русского народного Танца Т2/ Заикин, Н. Заикина, Н. – Орел: ОГИИК, 2004.
10. Зарецкая, Н.В. Танцы для детей младшего дошкольного возраста. - М.: Айрис-Пресс, 2007.
11. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. - М., 2007.
12. Калугина, О.Г. Методика преподавания хореографических дисциплин: учебно-методическое пособие - Киров: КИПК и ПРО, 2011.
13. Пустовойтова, М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие.- М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
14. Фирилева Ж.Е., Е.Г. Сайкина. «Са-Фи-Данс». Танцевально-игровая гимнастика для детей. ФГОС». - С-Пб: «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2016 «Хореографическое искусство. Справочник». – М.: Искусство, 2005.

Литература для обучающихся и родителей

1. Александрова Н.: Балет. Мини-энциклопедия для детей. Рассказы о театре, балетной школе, знаменитых спектаклях. Изд.: ВНУ, 2016г. //Электронный текст//<https://www.labirint.ru/books/528177/>
2. Бардина С.Ю. «Балет, уроки», Москва 2003г.
3. Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб.- метод. пособие /Т.К.Васильева. – СанктПетербург: Диамант, 2016– 180с.
4. Громов Ю.И. Воспитание танцем. – СПб.: СПбГУП, 2006.

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА
учета результатов обучения по
дополнительной общеобразовательной программе

(название программы)

№ п/п	ФИО	Начало года	I полугодие	II полугодие	Итог
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					

Педагог дополнительного образования _____ / _____
 (подпись) (Фамилия ИО)

Критерии оценки результатов деятельности.

ФИО _____

Дата _____

Критерии оценки	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Примечание
Физическая подготовка				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
Выворотность ног				
Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Уровень освоения программы				
Ориентация в пространстве				
Дыхание при движении				
Танцевальные этюды				
Постановка корпуса				
Выполнение программных движений				
Психологическое развитие				
Умение удерживать внимание				
Умение выполнять задания педагога				
Проявление терпения, целеустремлённости				

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

- **высокий уровень:** учащийся освоил практически весь объем знаний 100-80%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием;
- **средний уровень:** у учащегося объем усвоенных знаний составляет 70-50%; сочетает специальную терминологию с бытовой;
- **низкий уровень:** учащийся овладел менее чем 50% объема знаний, предусмотренных программой; учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

- **высокий уровень:** учащийся овладел на 100-80% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей;
- **средний уровень:** у учащегося объем усвоенных умений и навыков составляет 70-50%; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца;
- **низкий уровень:** учащийся овладел менее чем 50%, предусмотренных умений и навыков; испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Календарный учебный график по программе
«Ритмика и танец»

Группа обучения №_____

Педагог: _____

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: 2 раза в неделю по 2 часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№	Дата	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Тема 1. Вводное занятие (2 часа)						
1.	Сентябрь	Теория	1	Вводное занятие. Ознакомление с правилами коллектива, планом работы Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Входная диагностика
		Практика	1	Диагностика знаний, умений и навыков.		
Тема 2. Упражнения на середине зала (32 часа)						
2.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения программных упражнений и движений 1-го года обучения.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Опрос, наблюдение.
		Практика	1	Поклон – мальчики, поклон - девочки		
3.		Теория	1	Основные правила исполнения упражнений.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Упражнение на подвижность голеностопного сустава («Карандаши», «Русалочка»)		
4.		Теория	1	Методические требования к выполнению упражнений на середине зала	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Выполнение упражнений на середине зала		
5.		Теория	1	Методические требования к выполнению упражнений на середине зала	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Выполнение упражнений на середине зала.		
6.		Теория	1	Методические требования к выполнению упражнений на середине зала	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение, опрос

		Практика	1	Выполнение упражнений на середине зала.		
7.		Теория	1	Понятие вытянутой стопы в воздухе («Козленок»).	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Выполнение упражнений на вытянутые стопы.		
8.		Теория	1	Танцевальный шаг, разновидность.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Танцевальный шаг: pas marshe с высоким поднятием коленей («Солдатик»), спокойный шаг с носка на выворотной ноги («Аленушка»)		
9.		Теория	1	Танцевальный шаг, разновидность	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Танцевальный шаг: pas marshe с высоким поднятием коленей («Солдатик»), спокойный шаг с носка на выворотной ноги («Аленушка»)		
10.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Части стопы: шаг на полупальцах («Березонька», «Жираф»), пятка «Баба Яга», внутренней и внешней сторонах стопы «Клякса», «Медвежонок»		
11.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Закрепление упражнений на тему «Танцевальные шаги»		
12.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Бег: легкий с поднятием колен вперед «Горячая сковородка» и отбрасыванием ног под себя «Колобок», стремительный, широкий «Страус», бег на полупальцах «Птицы».		
13.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Боковой галоп («Лягушата»), Подскоки на месте и с продвижением вперед с вытянутой стопой «Друзья – подружки», Приставной шаг «Пружинка».		
14.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнения на растяжение и укрепление мышц шеи «Колобок», «Часики»		
15.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей вниз-вверх «Флажки», упражнения на разминание кулака с сильным напряжением в пальцах «Ёжики», «Лампочка», пальчиковая		

				гимнастика «Муравьишка», «Козленок-зайка», «Паучок»		
16.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Движение рук: имитация «Полоскание». Основные рисунки в танца: круг, линия, колонна.		
17.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Притопы «Слоненок». Прыжки с вытягиванием ног в воздухе «Рыбка», «Ракета»		
Тема 3. Элементы классического народного танца (24 часа)						
18.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения программных упражнений и движений 1-го года обучения.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Упражнение на подвижность голеностопного сустава («Ключики»)		
19.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнение для развития осанки и укрепления мышц кора («Горка», «Загораем»)		
20.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения программных упражнений и движений 1-го года обучения.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Упражнение для развития осанки и укрепления мышц кора («Черепаха – жираф», «Самолёт сидя»)		
21.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнение для развития осанки и укрепления мышц кора («Царевны», «Сосулька»)		
22.		Теория	1	Методические требования к выполнению упражнений у станка	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Demi plie по 1 позиции у станка		
23.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Releve в 6 позиции у станка		
24.		Теория	1	Великие имена русского балета	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение, опрос
		Практика	1	Позиции ног: 1 позиция (у станка)		
25.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Позиции ног: 2 позиция (у станка)		
26.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Позиции ног: 6 позиция (у станка)		

27.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнения на растяжку мышц задней поверхности бедра («Котлетки», «Чемодан»)		
28.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнение для развития осанки и укрепления мышц кора («Царевны», «Сосулька»)		
29.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнения на растяжку мышц задней поверхности бедра («Охотник», «Вытягиваем червяка»)		

Тема 4. Партерная гимнастика (30 часов)

30.		Теория	1	Термин «партерная гимнастика»	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Постановка корпуса: колени, стопы.		
31.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Постановка корпуса: голова. Постановка корпуса: спина		
32.		Теория	1	Партерная гимнастика.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение, опрос
		Практика	1	Постановка корпуса: шея, плечи,		
33.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения движений.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Танцевальный шаг: широкий шаг («Волк»)		
34.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнение для развития осанки и укрепления мышц кора («Царевны», «Сосулька»)		
35.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения движений.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Части стопы: шаг на внутренней и внешней сторонах стопы («Клякса», «Медвежонок»)		
36.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнения на растяжку мышц задней поверхности бедра («Котлетки», «Чемодан»)		
37.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения движений.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Бег: лёгкий с поднятием коленей вперёд («Горячая сковородка») и отбрасыванием ног под себя («Колобок»)		
38.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения движений.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение, опрос
		Практика	1	Бег: стремительный, широкий («Страус»), бег на полупальцах		

				(«Птицы»)		
39.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнение на развитие выворотности ног («Бабочка», «Флажок», «Снежинки»)		
40.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Боковой галоп («Лягушата»).		
41.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса («Грузовой паровоз», «Солнышко»)		
42.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса («Самолёт летит», «Велосипед»)		
43.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнения на растяжение и укрепление мышц шеи («Колобок», «Часики»)		
44.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнения на укрепление мышц спины «Морская звезда», «Лодка», «Парус», «Упываем от акулы»		

Тема 5. Музыкально-ритмические игры (22 часа)

45.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения программных упражнений	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение, опрос
		Практика	1	Знакомство с рисунками танца «Ниточка и иголочка», «Змея»		
46.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Определение характера музыки «Лягушки и цапли», «Слон и мыши».		
47.		Теория	1	Объяснение правил игр.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Определение конца музыкальной фразы и скорость реакции «Онимашки», «Кот и мыши».		
48.		Теория	1	Объяснение правил игр.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Определение конца музыкальной фразы и скорость реакции «Рыбка», «Яблоко и червяк».		
49.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ	Наблюдение

		Практика	2	Упражнения на запоминание правой, левой рук, ног «Хлопушки», «Правая, левая».	«Дриада» каб.39	
50.		Теория	1	Объяснение правил игр.	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Умение собирать мышцы и расслабляться «Оловянные солдатики-тряпичные куклы», «Тетя-Мотя».		
51.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнение на развитие выворотности ног («Телефон», «Лягушка»)		
52.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения программных упражнений и движений	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение, опрос
		Практика	1	Подскоки на месте и с продвижением вперёд с вытянутой стопой («Друзья – подружки»)		
53.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей вниз – вверх («Флажки»)		
54.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнение на развитие гибкости («Корзиночка»)		
55.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Упражнения для пальцев и кистей рук: упражнения на разжимание кулака с сильным напряжением в пальцах («Ёжики», «Лампочка»)		

Тема 6. Танцевальные элементы (30 часов)

56.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения программных упражнений и движений классического и народного танца	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
57.		Практика	1	Упражнение на развитие шага («Мышки в норке», «Машинки в тоннеле», «Шпагат»)	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
58.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения движений	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Элементы русской пляски		
59.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения движений	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	1	Шаг на носках, приставной шаг		
60.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Различные виды прыжков		

61.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Высокий бег, Легкий подскок, Галоп вперед «лошадки»		
62.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Притопы, различные виды прыжков		
63.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Импровизация «Болезнь куклы», п.И. Чайковский		
64.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Импровизация «Времена года», п.И. Чайковский		
65.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Импровизация «Три поросенка»		
66.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Импровизация «Робот Бронислав»		
67.		Теория	1	Объяснение методических правил исполнения движений	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение, опрос
		Практика	1	Элементы русской пляски		
68.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Импровизация «Ква-ква»		
69.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Шаг на носках, приставной шаг, высокий бег, легкий подскок.		

Тема ?. Концертная деятельность (4 часа)

70.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Участие в концертных мероприятиях		
71.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение
		Практика	2	Участие в концертных мероприятиях		

Тема 8 Заключительное занятие (2 часа)

72.		Теория	--	В ходе практических занятий	МАУДО «ДДТ «Дриада» каб.39	Наблюдение, выполнение практич. занятий
		Практика	2	Открытый урок, (показательные выступления, отчетный концерт)		
Итого		144				