

Администрация городского округа Тольятти
Департамент образования
**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Гуманитарный центр интеллектуального развития»
городского округа Тольятти**

Программа принята к реализации
решением педагогического
совета. Протокол № 5
от «_24_» июня 2022г.

УТВЕРЖДАЮ.
«24» июня 2022г. Приказ № 57/2

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«ТАНЦЫ И РИТМИКА»**

Направленность художественная

Возраст детей – 4-7 лет

Срок реализации – 1 год

Разработчик:

Игнатьева Екатерина Викторовна,
педагог дополнительного образования.

Методическое сопровождение:

Калинина Ирина Викторовна,
методист

Тольятти

2022

Паспорт дополнительной общеобразовательной программы

Название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы и ритмика»
Краткое название программы	Танцы и ритмика
Место реализации программы (адреса)	МБОУ ДО ГЦИР: 445045, Самарская область, Тольятти, ул. Чайкиной, 87
Разработчик(и) программы	Игнатьева Екатерина Викторовна, педагог дополнительного образования МБОУ ДО ГЦИР
Методическое сопровождение	Калинина И.В., методист МБОУ ДО ГЦИР
Краткое описание (для навигатора)	Программа содействует гармоничному развитию личности дошкольника средствами танцевально-ритмической гимнастики
Ключевые слова для поиска	Танец, ритмика, хореография, гимнастика, обучение хореографии, хореография для дошкольников
Цели и задачи	Гармоничное развитие личности дошкольника средствами танцевально-ритмической гимнастики
Результаты освоения программы	Дети усваивают двигательные навыки, у них развивается мышечное чувство, пространственная ориентировка и координация, улучшится осанка, повысится жизненный тонус
Материальная база	Специальный зал, оснащенный зеркалами, музыкальная аппаратура, аудиозаписи; специальная форма и обувь для занятий; музыкальные инструменты; специальный инвентарь для музыкально-ритмических занятий (коврики, мячи, скакалки, фитболы и др.)
Год создания программы. Где, когда и кем утверждена программа	2014 г., Решение методического совета ГЦИР. Протокол № 1 от 29.09.2014 года
Тип программы по функциональному назначению	общеразвивающая
Направленность программы	Художественная
Направление (вид) деятельности	Ритмика и хореография
Форма обучения по программе	Очная
Используемые образовательные технологии (перечислить кратко)	Традиционная методика изучения основ музыкального движения, танцевальной техники, построения и разучивания танцевальных комбинаций, постановки танца, отработки движений. Игровые технологии. Здоровьесберегающие технологии
Уровень освоения содержания программы	Разноуровневая: ознакомительный уровень, базовый уровень (по выбору обучающегося)
Охват детей по возрастам	4-7 лет
Вид программы по способам организации содержания	Модульная
Срок реализации программы	1 год
Финансирование программы	Реализуется в качестве платной образовательной услуги
Количество часов в год и неделю по прейскуранту цен и тарифов на дополнительные платные образовательные услуги	Ознакомительный уровень: 72 часа в год, 2 часа в неделю Базовый уровень 144 часа в год, 4 часа в неделю

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
Введение.....	3
Актуальность и педагогическая целесообразность программы.....	3
Новизна, отличительные особенности данной программы от уже существующих образовательных программ	3
Цель и основные задачи программы.....	3
Педагогические принципы, определяющие теоретические подходы к построению образовательного процесса.....	4
Основные характеристики образовательного процесса	4
Отбор и структурирование содержания, направления и этапы образовательной программы, формы организации образовательного процесса	5
Ожидаемые результаты освоения программы.....	6
Педагогический мониторинг образовательной деятельности.....	7
УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ	8
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	8
Модуль 1. Танцевальная азбука	8
Модуль 2. Такие разные ритмы.....	10
Модуль 3. Танцуем вместе.....	11
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	13
Кадровое обеспечение.....	13
Методическое обеспечение	13
Информационное обеспечение.....	14
Материально-техническое обеспечение программы	15
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	16

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы и ритмика» является частью образовательной программы муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Гуманитарный центр интеллектуального развития» городского округа Тольятти и предлагается учащимся в качестве платной образовательной услуги.

По своему функциональному предназначению программа является *общеразвивающей*. Она рассчитана на детей дошкольного возраста 4 - 7 лет и направлена на гармоничное становление личности ребенка посредством танцевально-ритмической гимнастики.

Направленность программы художественная, так как ее содержание способствует эстетическому развитию детей, учит их красоте и выразительности движений.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность программы в том, что дети 4–7 лет очень подвижны, деятельны, активны и эмоциональны. Вместе с тем их движения ещё недостаточно точны. Малыши не умеют координировать движения рук, ног, туловища, что приводит к появлению ненужных, лишних движений. У ребят не хватает выносливости, они не могут долго сохранять внимание, быстро устают. А данная программа воспитывает эстетические чувства и пластическую культуру детей. Занятия ритмикой способствуют физическому развитию детей: совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус, что создает у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии организма в целом. Под влиянием музыкально-ритмической деятельности развиваются музыкально-эстетические чувства, познавательный интерес, творческое воображение, память, устойчивость произвольного внимания.

Новизна, отличительные особенности данной программы от уже существующих образовательных программ

Дополнительная общеобразовательная программа «Танцы и ритмика» основана на программе по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста «Ритмическая мозаика», автор Буренина А.И. (г. Санкт-Петербург).

Отличительная черта данной программы в том, что она в отличие от музыки, физкультуры в комплексе способствует формированию чёткости, точности движений, что положительно сказывается на учебной деятельности дошкольников. Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается мышечное чувство, пространственная ориентировка и координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Цель и основные задачи программы

Цель программы – художественное и физическое развитие личности дошкольника средствами танцевально-ритмической гимнастики.

Задачи обучения:

1. развивать творческие способности детей, умение воплощать музыкально-двигательный образ;
2. формировать правильную и грациозную осанку у детей; красивую походку;
3. развивать гибкость, ловкость, выносливость ребенка, точность и координированность движений, умение ориентироваться в пространстве;
4. формировать простые танцевальные умения и навыки;
5. воспитывать умение вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Педагогические принципы, определяющие теоретические подходы к построению образовательного процесса

Реализация программы «Танцы и ритмика» основывается на общедидактических принципах научности, последовательности, системности, связи теории с практикой, доступности.

В целях раскрытия педагогического и развивающего потенциала учебно-воспитательного процесса по программе акцент в ней делается на следующих принципах:

- 1) *Доступность* – обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности детей.
- 2) *Систематичность* – регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнения техники их выполнения.
- 3) *Закрепление навыков* – многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.
- 4) *Индивидуально-дифференциальный подход* – учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.
- 5) *Сознательность* – понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

Основные характеристики образовательного процесса

Возраст детей, участвующих в реализации программы: 4-7 лет.

Условия набора детей: Принцип набора в объединение свободный. Принимаются все желающие без конкурсного отбора.

Характеристика учебных групп по возрастному принципу: группы формируются с учетом возраста, интересов и потребностей, что выявляется в ходе проведения предварительного собеседования. Группы могут быть разновозрастными. Для обучающихся, разных по возрасту, предусматривается дифференцированный подход при определении индивидуального образовательного маршрута и назначении учебных заданий в процессе обучения.

Форма обучения очная.

Срок реализации программы: 1 год.

Количество обучающихся в группе: 10 - 12 человек.

Уровень освоения содержания программы. Программа «Танцы и ритмика» разноуровневая и может быть реализована на одном из двух уровней: ознакомительном или базовом.

Ознакомительный уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала и минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. Количество часов в неделю - 2 часа.

Базовый уровень предполагает освоение обучающимися специализированных знаний, обеспечивает более углубленное изучение материала. Количество часов в неделю – 4 часа.

Из предложенных уровней ребенок выбирает любой в соответствии со своими интересами, способностями и потребностями.

Вид программы по способам реализации содержания: модульная.

Взаимодействие детского объединения с другими программами: программа «Танцы и ритмика» реализуется в детском объединении «Школа для дошкольников «Филиппок». Обучающиеся по программе принимают участие в массовых досуговых мероприятиях Школы для дошкольников «Здравствуй, Новый год», «Поздравляем наших мам» (концерт к празднику 8 марта), «Зарница» (к празднику 9 Мая).

Возможность продолжения обучения по программам близкого вида деятельности. В соответствии с принципами непрерывности и преемственности образования по окончании обучения по программе «Танцы и ритмика» дальнейшее образование ребенка может быть продолжено по дополнительной общеобразовательной программе «Танец – душа народа» для обучающихся 7-12 лет.

Примерный режим занятий.

При выборе ознакомительного уровня занятия группы проводятся один раз в неделю по 2 учебных часа.

При выборе базового уровня занятия группы проводятся два раза в неделю по 2 учебных часа.

В соответствии с СП 2.4.3648-20 длительность одного учебного часа для детей дошкольного возраста – 30 минут.

Продолжительность образовательного процесса: 36 учебных недель. Начало занятий 15 сентября, окончание - 31 мая.

Объем учебных часов по программе: для групп, осваивающих программу на ознакомительном уровне, - 72 часа; для групп, осваивающих программу на базовом уровне, - 144 часов.

Отбор и структурирование содержания, направления и этапы образовательной программы, формы организации образовательного процесса

Содержание программы ориентировано на удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в художественно-эстетическом развитии, на формирование и развитие творческих способностей учащихся.

Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Дети усваивают несложные музыкальные формы, у них развиваются чувства ритма, музыкальный слух и память, совершенствуются музыкально – эстетические чувства.

Образовательный процесс по программе организуется следующим образом. Все содержание представлено тремя модулями.

Первый модуль «Танцевальная азбука» посвящен освоению детьми основных танцевальных движений и обучению пространственной ориентации.

Второй модуль «Такие разные ритмы» изучает основные музыкальные термины «ритм», «темп», «характер музыки» и учит детей согласовывать движения с музыкой.

Третий модуль «Танцуем вместе» посвящен постановке и разучиванию танцев – народных, парных, современных.

При реализации программы используются следующие группы двигательных упражнений:

Игроритмика является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и координированно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В эту группу входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры, которые предполагают выполнение хлопков и ударов ногами на каждый счет и через счет; выполнение движений руками в различном темпе.

Танцевально-ритмическая гимнастика. Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов

Строевые упражнения являются средством организации занимающихся и целесообразного их размещения в зале. Строевые упражнения способствуют развитию умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

Музыкально-подвижные игры содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике.

Креативная гимнастика предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим играм создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

Элементы хореографии. Они используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища. Все хореографические упражнения являются прекрасным средством формирования осанки и культуры движений.

Образно-игровые упражнения представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д.

Для разминок на занятии используются следующие группы и виды упражнений:

Игровой стретчинг – это система естественных статических растяжек мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, способствующая укреплению позвоночника и позволяющая предотвратить нарушения осанки и исправить ее. Также растяжка способствует развитию гибкости, раскрепощенности и уверенности в себе. Использование упражнений для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях «Камушки», «Кочки», «Улитка», «Побежали пальчики», «Яблочко», «Бревнышко», «Бабочка», «Верблюд», «Корзинка», «Змеи», «Пантеры», «Рыбка», «Бегемоты», кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. Все упражнения для занятий подобраны с учетом их корригирующего значения.

Пальчиковая гимнастика в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения «Мартышки»; «Бабушка кисель варила»; «Жук»; «Паучок»; «Чашка»; «Червячок», превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают мир внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Очень важным фактором, необходимым для развития речи, является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами. Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются.

Игровой самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения «Лепим лицо»; «Упругий живот»; «Ушки»; «Ладошки»; «Красивые руки»; «Быстрые ноги» способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Все они выполняются под музыкальное сопровождение. Исходными положениями таких упражнений могут быть: лежа на спине, на животе, на боку; сидя с прямыми и согнутыми ногами; на пятках; в упорах присев, упорах стоя на коленях; стоя.

Упражнения общей направленности включают танцевальные упражнения, общеразвивающие упражнения при ходьбе на месте и в передвижениях, беге, прыжках, упражнения суставной гимнастики, на растягивание и расслабление мышц.

Комплексы физических упражнений общей направленности содействуют развитию мышечной силы (формируют «мышечный корсет»), выносливости, подвижности в различных суставах и других двигательных способностей, то есть решаются задачи общей физической подготовленности занимающихся, а в связи с этим и их физического развития.

Основной формой организации деятельности является групповое занятие. Для того чтобы избежать монотонности учебно-воспитательного процесса и для достижения оптимального результата на занятиях, используются различные формы работы:

- Фронтальная;
- Работа в парах, тройках, малых группах;
- Индивидуальная.

Ожидаемые результаты освоения программы

По окончании учебного года обучающиеся

будут знать:

- характер музыки (бодрый, весёлый, печальный, грустный);
- темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно);
- названия простых танцевальных шагов (мягкий, на полупальцах, приставной, переменный, галоп);
- понятия: круг, шеренга, колонна;

будут уметь:

- выполнять простые танцевальные упражнения;
- передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений;
- выполнять простые общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку;
- выполнять по команде педагога упражнения на дыхание после бега, прыжков.
- различать характер музыки, темп, ритм и передавать это самостоятельно в соответствующих движениях;
- выполнять простейшие подражательные движения;
- ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну;
- исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки.

Ожидаемые предметные результаты освоения каждого учебного модуля описаны в их пояснительных записках.

Педагогический мониторинг образовательной деятельности

Для контроля знаний воспитуемых и проверки результативности обучения в начале и в конце учебного года проводится диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка (автор методики Кузнецова А.Г.) по следующим параметрам:

1. координация, точность, ловкость движений;
2. умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку;
3. гибкость тела;
4. способность воспринимать и передавать в движении образ;
5. выразительность мимики и пантомимики;
6. чувство ритма.

Дети выполняют специальные диагностические упражнения, и каждый из параметров оценивается педагогом в баллах от 1 до 3.

Критерии оценки уровня музыкально-двигательного развития ребенка:

- высокий – 15-18 баллов;
- средний – 10-14 баллов;
- низкий – 6-9 баллов.

Результаты входной и итоговой диагностики фиксируются в дневнике наблюдений педагога, анализируется динамика результатов и окончательные выводы с рекомендациями доводятся до сведения родителей.

Контроль освоения каждого модуля осуществляется по завершению учебного модуля в форме открытого занятия для родителей «Посмотри, как мы танцуем».

Подведение итогов реализации программы.

Презентация достижений детей проводится в конце учебного года на учрежденческом Фестивале интеллекта и творчества «Мы в Центре» в форме отчетного концерта.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№	Наименование модуля	Количество часов					
		Ознакомительный уровень			Базовый уровень		
		Всего	теория	практика	Всего	теория	практика
1	Танцевальная азбука	20	4	16	40	6	34
2	Такие разные ритмы	22	2	20	44	4	40
3	Танцуем вместе	30	2	28	60	4	56
	Всего часов по программе:	72	8	64	144	14	130

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

МОДУЛЬ 1. ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

Задачи модуля:

- 1) Познакомить детей с правилами поведения на занятиях хореографией.
- 2) Дать представление о понятиях : хореографическое искусство, танец.
- 3) Познакомить с понятиями линия, круг, колонна, шахматный порядок.
- 4) Обучить выполнять построение в круг, линию, колонну, шахматный порядок.
- 5) Выявить индивидуальные особенности и способности детей, создав игровую ситуацию.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование темы	Количество часов					
		Ознакомительный уровень			Базовый уровень		
		Всего	теория	практика	Всего	теория	практика
1	Вводные занятия. Начинаем с разминки	4	1	3	8	2	6
2	Основные танцевальные движения	12	2	10	24	2	22
3	Пространственная ориентировка и движение	4	1	3	8	2	6
	Всего часов по программе:	20	4	16	40	6	34

Содержание модуля

Тема 1. Вводные занятия. Начинаем с разминки.

Теория. Техника безопасности и правила поведения в зале. Знакомство детей с простейшими музыкальными понятиями.

Практика. Игра - знакомство с детьми. Инструктаж о правилах поведения на занятиях и технике безопасности. Специальная форма одежды и обуви (купальники, трико, балетные тапочки,

танцевальная обувь). Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка. Просмотр видеозаписи о творческой деятельности коллектива. Разучивание разминки.

Входная диагностика. Диагностические упражнения на определение уровня музыкально-двигательного развития ребенка.

Тема 2. Основные танцевальные движения.

Теория. Виды шага — спокойный, бодрый, мягкий, стремительный, переменный, «танцевальный», хороводный, приставной, на полупальцах, на пятках, пружинящий, дробный, с притопом, с подниманием согнутой ноги коленом вверх. Виды бега — легкий, с выбрасыванием прямых ног вперед, с откидыванием согнутых ног назад, с подниманием колен наверх, во вращении. Пружинистые движения — приседания («пружинка»), припадания. Прыжковые движения — прыжки на двух ногах и на одной, на месте и в продвижении, повороте вокруг себя, с выпрыгиванием. Движения корпуса — сгибание и разгибание, повороты, наклоны, вращательные движения. Движения рук — сгибание, разгибание, вращение. Движения кистей и пальцев — повороты, сгибание, разгибание, вращение, собирание пальцев в различные положения.

Практика.

Ознакомительный уровень.

Отработка ритмико-гимнастических упражнений. Отработка тактовых движений. Ходьба четким ритмичным шагом с согласованными движениями рук и ног. Ходьба с остановкой. Ходьба с приставным шагом. Ходьба на пятках и носках, не сгибая колен. Ходьба вперед и назад. Бег на носках мелкими шагами. Бег с хлопками. Ходьба, поскоки, остановка. Поскоки с переменным шагом. Прыжки с короткой скакалкой. Перекатывание мяча. Музыкально-подвижные игры «Карлики и великаны», «Круг, колонна, шеренга», «Автомобили».

Дополнительно базовый уровень.

Три поскока (изменяется ритм музыки). Ходьба. Поскоки и остановка. Ходьба. Поскоки и переход на ходьбу. Ходьба. Поскоки и остановка. Ходьба с координацией движения рук и ног. Ходьба вперед и назад. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках. Ходьба с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с носка на пятку. Ходьба со сменой направлений. Ходьба с движениями рук. Удары мячом об пол и ловля его двумя руками. Удары мячом об пол и ловля его с последующей ходьбой. Перебрасывание мяча с ударом об пол. Упражнение для рук со шнуром.

Музыкально-подвижные игры «Воробы и журавли», «Поздороваемся», «Собачка в конуре», «Ракета»; «Соседи»; «Шапочка».

Тема 3. Пространственная ориентировка и движение.

Теория. Понятие ориентировки в пространстве. Понятие «интервал», «линия». Индивидуальная ориентировка, ориентировка в пространстве, построения и фигурные передвижения.

Практика.

Ознакомительный уровень.

Упражнения на различие правой и левой ног, рук, плечей; повороты вправо и влево; вперед, назад, в сторону; вокруг себя на месте и по кругу; построение в линии; построение в круг. Строевые упражнения «Солдаты», «Матрешки на полке», «Звери в клетках», «Хоровод», «Хитрая лиса», «У каждого свой домик», «Поздороваемся», «Поменяемся местами».

Дополнительно базовый уровень.

Построение и перестроение в колонну по одному, по два в пары и обратно; перестроение из колонны в шеренгу и обратно; сужение и расширение круга. Строевые упражнения «Поздороваемся», «Поменяемся местами».

Подведение итогов модуля. Открытое занятие для родителей «Посмотри, как мы танцуем».

МОДУЛЬ 2. ТАКИЕ РАЗНЫЕ РИТМЫ

Задачи модуля:

- 1) Формировать умения различать длинные и короткие звуки.
- 2) Способствовать пониманию детьми понятий «темп» и «ритм».

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование темы	Количество часов					
		Ознакомительный уровень			Базовый уровень		
		Всего	теория	практика	Всего	теория	практика
1	Музыкальный ритм	8	0,5	7,5	16	1	15
2	Музыкальный темп	8	0,5	7,5	16	1	15
3	Характер и настроение музыки	6	1	5	12	2	10
	Всего часов по программе:	22	2	20	44	4	40

Содержание модуля

Тема 1. Музыкальный ритм.

Теория. Понятие «ритм». Длинные и короткие звуки. Паузы и их длительности. Длительность звуков и амплитуда движения. Движение и пауза.

Практика:

Ознакомительный уровень.

Прохлопывание ритма песен. Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами. Игра с бубном. Дидактические упражнения и игры «Хлопушки», «Топотушки», «Лошадки бьют копытом», «Ловим комаров», «Пушистые снежинки».

Дополнительно базовый уровень.

Ритмические движения с флажками. Отработка тактовых движений с флажками. Упражнения с мячом под стихотворный текст.

Игроритмика.

Тема 2. Музыкальный темп.

Теория. Понятие «темп». Сопоставление музыкальных произведений (образов) посредством темпа: очень медленно — медленно — умеренно — быстро — очень быстро. Ускорение и замедление темпа. Связь темпа и движения.

Практика.

Ознакомительный уровень.

Упражнения на движение и навыки освоения темпа. Темповые изменения и отражение их в движениях: шаге, беге, прыжках:

— постепенное ускорение;

— постепенное замедление.

Танцевально-ритмическая гимнастика.

Дидактические упражнения и игры «Чебурашка», «Я на солнышке лежу».

Дополнительно базовый уровень.

Темповые изменения и отражение их в движениях: шаге, беге, прыжках:

— постепенное ускорение и замедление;

— сохранение темпа движения после кратковременной остановки музыкального сопровождения.

Дидактические упражнения и игры «Петрушки», «Куклы».

Тема 3. Характер и настроение музыки.

Теория. Характер и настроение музыки: веселый, грустный, спокойный, энергичный, торжественный. Характер музыкального произведения и отражение его в движениях: жесте, шаге, беге, прыжках и др. Музыкальное вступление как подготовка к движению.

Практика.

Ознакомительный уровень.

Упражнения на совпадение начала движения с началом звучания основной части музыкального произведения и остановка с ее окончанием

Образно-игровые упражнения «Медведи и медвежата», «Пингвины», «Раки» (спиной назад), «Гуси и гусеницы», «Слоны», «Бежим по горячему песку» (острый бег), «Зайцы», «Белки» (прыжки и поскоки), «Лягушата», «Лошадки» (прямой галоп).

Креативная гимнастика «Море волнуется раз»; «Зеркало»; «Угадай кто я»; «Раз, два, три замри», «Ледяные фигуры».

Дополнительно базовый уровень.

Смена движений в зависимости от смены характера и настроения музыки.

Движения на музыкальные темы, игры под музыку: «Качание куклы», «Танец зайчат».

Импровизация с использованием музыки, движения, слова, посредством музыкальных игр, сюжетно-образных упражнений, инсценировок детских песен.

Подведение итогов модуля. Открытое занятие для родителей «Посмотри, как мы танцуем».

МОДУЛЬ 3. ТАНЦУЕМ ВМЕСТЕ

Задачи модуля:

- 1) Выработка правильной осанки. Развитие гибкости, координации, пластики движений.
- 3) Формирование ориентировки в пространстве, умения исполнять движения в комбинации. Развитие памяти движений.
- 4) Воспитание интереса и любви к искусству танца и хореографии вообще. Формирование духовной культуры и этики поведения.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование темы	Количество часов					
		Ознакомительный уровень			Базовый уровень		
		Всего	теория	практика	Всего	теория	практика
1	Народные пляски	9	0,5	8,5	16	1	15
2	Современный танец	9	0,5	8,5	16	1	15
3	Парный танец	10	1	9	16	1	15
4	Итоговые занятия. Подведение итогов учебного года	2	-	2	12	1	11
	Всего часов по программе:	30	2	28	60	4	56

Содержание модуля

Тема 1. Народные пляски.

Теория. Основные движения народного танца:

шаги: на всю ступню, на полупальцы, с носка на всю ступню, с пятки на всю ступню, беглые, шаркающие, скользящие, боковые, переступания на месте;

переступания и притопы;

подскоки: на двух или на одной ноге без продвижения вперед и с продвижением вперед, с шага в сторону, вперед;

перескоки: с одной ноги на другую, с двух ног на одну, с одной на обе ноги;
прыжки: вверх, в длину, с вытянутыми и поджатыми к корпусу ногами,
приседания: полуприседания, глубокие.

Практика.

Ознакомительный уровень.

Просмотр фильма с записью народного танца профессиональных коллективов и образцовых детских танцевальных коллективов. Отработка основных движений народного танца.

Пружинки. Пляска по кругу. Пляска с бубном.

Дополнительно базовый уровень.

Углубленное изучение народно-сценического танца. Ковырялочка, веревочка.

Танцевальные этюды.

Тема 2. Современный танец.

Теория. «Свободная пластика» — плавность линий, освобождение от зажатостей и напряжений в теле, легкость и свобода движений. Современные танцевальные стили. Хип-хоп.

Практика.

Ознакомительный уровень.

Просмотр фильма с записью современных танцев профессиональных коллективов и образцовых детских танцевальных коллективов. Подготовительные движения: «тиканье» — раскачивания на полусогнутых ногах, с полусогнутым корпусом;

Дополнительно базовый уровень.

«Вэйвинг» — волнообразные движения корпуса, рук, таза; мелкие подскоки и прыжки, повороты. Танцевальные этюды.

Тема 3. Парный танец.

Теория. Парный танец.

Практика.

Ознакомительный уровень.

Просмотр фильма с записью парных танцев профессиональных коллективов и образцовых детских танцевальных коллективов. Хореографические упражнения «Балет», «Рисуем солнышко на песке», «Цветочек», «Лебеди», «Совы», «Ветер и деревья», «Пружинка», поклон «Приветствие». Постановка и разучивание танца «Полька».

Дополнительно базовый уровень.

Постановка и разучивание танца «Полька», «Тарантелла».

Подведение итогов модуля. Открытое занятие для родителей «Посмотри, как мы танцуем».

Тема 4. Итоговые занятия. Подведение итогов учебного года.

Теория. Возможность дальнейшего обучения танцам в МБОУ ДО ГЦИР.

Практика. Репетиции танцевальных номеров к отчетному концерту в рамках Фестиваля интеллекта и творчества «Мы в Центре». Участие в Фестивале интеллекта и творчества «Мы в Центре» (отчетный концерт). Коллективное обсуждение итогов учебного года.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровое обеспечение

Реализовывать программу может педагог, имеющий среднее специальное или высшее педагогическое образование, имеющий специализацию «Хореография». Педагог должен обладать достаточными знаниями и опытом практической работы с дошкольниками.

Методическое обеспечение

1. Педагогические технологии, методы, приемы и формы организации образовательного процесса.

Для достижения наилучшего результата в обучении по программе используется традиционная методика изучения основ музыкального движения, танцевальной техники, построения и разучивания танцевальных комбинаций, постановки танца, отработки движений.

При реализации программы применяется также игровая технология.

Движение и игра – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, они всегда готовы двигаться и играть – это ведущий мотив их существования, поэтому занятия по ритмике начинаю со слов: «Мы сейчас будем играть...», «Мы сейчас превратимся...», «Мы сейчас отправимся в путешествие...» и т.п.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий и творческих способностей ребенка. Занятия предлагаю проводить в форме игр-путешествий (или сюжетные занятия). Данные занятия помогают сплотить ребят, дают возможность стать, кем мечтаешь, побывать, где захочешь, и увидеть, что пожелаешь. Например, дети отправляются на прогулку в лес. В лесу встречают зайца, лису, волка, медведя (образно-игровые движения), затем дети заблудились, ищут дорогу (строевые упражнения). Пришли на лесную поляну, весело хорошо в лесу (комплекс ритмопластики «Зверобика»). По дороге домой встретили волка, сову, лису (подвижная игра). Вот мы и дома, давайте вспомним, кого мы видели (упражнения в партере на гибкость: элементы стретчинга).

Каждое занятие состоит из трех частей:

- *подготовительная часть* - Разминка (5 - 8 минут);

В подготовительной части осуществляется начальная организация занимающихся, сосредоточение их внимания, установка на эмоциональный и психологический настрой. Решаются задачи функциональной подготовки организма детей к предстоящей работе в основной части урока. Это достигается с помощью специальных упражнений для согласования движений и музыки, различных видов ходьбы и бега, музыкальных игр, общеразвивающих упражнений и других средств, отвечающих задачам этой части урока.

- *основная часть* - Упражнения на гибкость, растяжку, координацию (10 – 17 минут);

В ней решаются задачи общей и специальной направленности средствами танца, разучиваются специальные коррекционные упражнения, совершенствуется техника и стиль их выполнения, отрабатывается согласованность движений с музыкой.

- *заключительная часть* – Танцевальные комбинации (ориентация в пространстве 5 - 6 минут);

В заключительной части решаются задачи восстановления сил организма детей после физической нагрузки. Нагрузка здесь должна значительно снижаться за счет уменьшения количества упражнений, их повторяемости, характера и двигательных действий. К таким упражнениям можно отнести спокойную ходьбу, упражнения в растягивании и расслаблении мышц как отдельных звеньев тела, так и всего организма в положении стоя, сидя, лежа или в

висах, элементы самомассажа тех мышц, на которые была направлена большая нагрузка, спокойные музыкальные игры или творческие задания, танцевальные движения малой интенсивности или импровизации, а также релаксация.

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (ритмические упражнения, упражнения тренировочного характера, разучивание и повторение танцевальных движений) и по методам работы.

2. Фонотека

1. Муз.произведение С. Прокофьев «Марш».
2. Муз.произведение Р. Шауман «Солдатский марш».
3. Муз.произведение Ф. Шуберта « Экссез».
4. Муз.произведение И. С. Бах «Волынка».
5. Муз.произведение Н. Александрова «Пьеса».
6. Муз.произведения Ф. Шуберт «Марш», Р. Бойко « Дедушкины часы»
7. Муз.произведение Р. Шауман «Игра в жмурки» из «Детских сцен».
8. Муз.произведение Ф. Бургмюллера «Этюд»
9. Муз.произведение П.И. Чайковского «Полька»
10. Муз.произведение Д. Шостакович из Первой балетной сюиты «Вальс – шутка»
11. Муз.произведение русская народная песня «Как у наших у ворот»
12. Муз.произведение М. Мусоргский «Гопак» из оперы «Сорочинская ярмарка».
13. Муз.произведение А. Лядов «Музыкальная табакерка»
14. Муз.произведение Р. Шауман «Игра в жмурки» из «Альбома для юношества».
15. Муз.произведение белорусский народный танец «Бульба»
16. Муз.произведение М. Красёва «Колыбельная»
17. С. Маршака «Мяч».
18. Муз.произведения три народные песни – « На зелёном на лугу», «Как на тоненький ледок», «Петушок».

3. Медиапособия:

- 1) Коллекция видеоматериалов: выступления профессиональных коллективов, образцовых детских танцевальных коллективов.
- 2) Видеоматериалы с записями выступлений обучающихся объединения.

Информационное обеспечение

Литература для педагога:

1. Анисимова, Т.Г., Савинова Е.Б. Физическое развитие детей 5-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2009.
2. Безруких, М.М. Здоровьеформирующее физическое развитие. Двигательные программы для детей 5-6 лет. – СПб: ВЛАДОС, 2001.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
4. Зарецкая, Н.В. Танцы в детском саду. – М.: Айрис- Пресс, 2007.
5. Зарецкая, Н.В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста. – М.: Айрис- Пресс, 2008.
6. Зарецкая, Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. – М.: Айрис- Пресс, 2007.
7. Зимонина, В.Н. Воспитание ребенка-дошкольника. Росинка: расту здоровым. - М.: Владос, 2004.
8. Крамкина, С.В., Белецкая М.М. Ритмическая гимнастика. Пособие для воспитателя детского сада.- М.: Просвещение, 1985.
9. Моргунова, О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ. – Воронеж: Учитель, 2005.
10. Программно – методические материалы. Коррекционно–развивающее обучение. Нач. шк. Ритмика. / Сост. С.Г. Шевченко. - М.: 2001.

11. Пустовойтова, М.Б. Ритмика для детей 3 – 7 лет. Учебно- методическое пособие. – М.: Владос, 2008.
12. Утробина, К.К. Занимательная физкультура в детском саду 5-7 лет. - М.: Гном и Д., 2003.
13. Фирилева, Ж.Е. Лечебно- профилактический танец «Фитнес-данс»: Учебно- методическое пособие /Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – М. : Детство-Пресс, 2007 – 384с.
14. Фирилёва, Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе: танцевально-игровая гимнастика для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2001.
15. Фомина, Н.В. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методика. – М.: Баласс, 2005.
16. Чибисова – Луговская, А.Е.. Ритмика. Ходьба. Упражнения. Игры. Танцы. Метод.пособие для учителей нач. шк. - М.: Дрофа, 1998.

Материально-техническое обеспечение программы

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- 1) наличие специального зала, оснащенного зеркалами, с качественным освещением в дневное и вечернее время;
- 2) музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- 3) специальная форма и обувь для занятий;
- 4) музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник);
- 5) специальный инвентарь для музыкально-ритмических занятий:
 - коврики для занятий на полу;
 - флажки трех-четырёх цветов по числу детей в группе;
 - ленты разных цветов по 2 на ребенка;
 - платочки разных цветов (размер 20-25 см);
 - искусственные цветы;
 - обручи легкие пластмассовые;
 - шнур яркий длиной 3-4 метра;
 - мячи среднего размера по числу детей в группе;
 - гимнастические палки большие и маленькие;
 - куклы и мягкие игрушки;
 - скакалки;
 - фитболы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, использованной при составлении программы

1. Боголюбская, М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах: Учебно- методическое пособие. / М.С. Боголюбская.- М.: Педагогика, 1982. 100с.
2. Буйлова, Л.Н. Современные тенденции обновления содержания дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. [Электронный ресурс] / Научная электронная библиотека КиберЛенинка. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-tendentsii-obnovleniya-soderzhaniya-dopolnitelnyh-obsheobrazovatelnyh-obscherazvivayuschih-programm/viewer>
3. Закон Российской Федерации «Об образовании» № 273-ФЗ от 26.12.2012 г. [Электронный ресурс] / Закон об образовании РФ. – Режим доступа : <http://zakon-ob-obrazovanii.ru/>
4. Концепция развития дополнительного образования детей. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р. [Электронный ресурс] / Интернет-портал «Правительство Российской Федерации» – Режим доступа : <http://static.government.ru/media/files/3f1gkklAJ2ENBbCFVEkA3cTOsiypicBo.pdf>
5. Методические рекомендации по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО. [Электронный ресурс] / Региональный модельный центр дополнительного образования детей в Самарской области - Режим доступа: <http://rmc.pioner-samara.ru/index.php/metodicheskie-materialy>
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18.11.2015 г. [Электронный ресурс] / Самарский дворец детского и юношеского творчества. – Режим доступа: <http://rmc.pioner-samara.ru/index.php/metodicheskie-materialy>
7. Методические рекомендации по проектированию разноуровневых дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. / РМЦ ГБОУ ДО СО СДДЮТ – Самара, 2021 [Электронный ресурс] / Региональный модельный центр дополнительного образования детей в Самарской области - Режим доступа: <http://rmc.pioner-samara.ru/index.php/metodicheskie-materialy>
8. Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ. Письмо Министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 г. № МО-16-09-01/826-ту [Электронный ресурс] / Самарский дворец детского и юношеского творчества. - Режим доступа: <http://rmc.pioner-samara.ru/index.php/metodicheskie-materialy>
9. Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Письмо Министерства просвещения РФ № ГД-39/04 от 19.03.2020 года. [Электронный ресурс] / Министерство просвещения Российской Федерации. Банк документов - Режим доступа: <https://docs.edu.gov.ru/document/26aa857e0152bd199507ffaa15f77c58/>
10. Образцова, Т.Н. Музыкальные игры для детей / Т.Н. Образцова - М. : Лада, 2005. – 160с. – (Талантливому педагогу – заботливому родителю).
11. Положение о порядке разработки, экспертизы и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы МБОУ ДО ГЦИР (утверждено

- приказом директора МБОУ ДО ГЦИР № 62 от 24.08.2020 г.) [Электронный ресурс] / Гуманитарный центр интеллектуального развития. Документы. – Режим доступа: <https://clck.ru/VXrd4>
12. Положение о проведении педагогического мониторинга, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся (утверждено приказом директора МБОУ ДО ГЦИР № 88 от 07.12.2020 г.). [Электронный ресурс] / Гуманитарный центр интеллектуального развития. Документы. – Режим доступа: <https://clck.ru/VXrRg>
 13. Положение об оказании платных дополнительных образовательных услуг МБОУ ДО ГЦИР [Электронный ресурс] / Гуманитарный центр интеллектуального развития. Платные образовательные услуги – Режим доступа: http://cir.tgl.ru/sp/pic/File/DOCUMENTY/Cherkasova/Polojenie_ob_okazanii_platnih_uslug_2016.pdf
 14. Положение об организации образовательного процесса с использованием дистанционных образовательных технологий (утверждено приказом директора МБОУ ДО ГЦИР № 78 от 28.08.2019 г.). [Электронный ресурс] / Гуманитарный центр интеллектуального развития. Документы. – Режим доступа: http://cir.tgl.ru/sp/pic/File/nast/Polozhenie_o_distante_2020_na_sayt.pdf
 15. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"[Электронный ресурс] / Интернет-портал «Российская газета» - Режим доступа: <https://rg.ru/2020/12/22/rospotrebnadzor-post28-site-dok.html>
 16. Постановление правительства РФ от 15 сентября 2020 г. № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг». [Электронный ресурс] / Портал Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей. – Режим доступа: <http://13.rospotrebnadzor.ru/content/postanovlenie-pravitelstva-rf-ot-15092020-no-1441-ob-utverzhdenii-pravil-okazaniya-platnyh>
 17. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». [Электронный ресурс] / Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201811300034>
 18. Фирилева, Ж.Е. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-данс»: Учебно-методическое пособие /Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – М. : Детство-Пресс, 2007 – 384с.