

Управление образования Аргаяшского муниципального района  
Челябинской области.

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества» с. Аргаяш

РАССМОТРЕНО  
на заседании педагогического совета  
29 августа 2023  
МУДО «ЦДТ» с. Аргаяш  
Протокол № 3 от 29 августа 2023г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«ИМПУЛЬС»**

Возраст учащихся: 5–12 лет

Срок реализации: 1 год

Год разработки Программы: 2023

Уровень: начальный

Автор-составитель:  
Сайфуллина Эльвира Робертовна  
педагог дополнительного образования

Аргаяш, 2023 г

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Импульс» осуществляется в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Конвенция о правах ребенка (резолюция 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989г.);

Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 г. № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);

Паспорт национального проекта «Образование» (утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018г. №16);

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

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Методические рекомендации ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания»// Москва: Институт изучения детства, семьи и воспитания РАО, 2023.;

Устав Муниципального учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» с. Аргаяш, утвержденный постановлением Аргаяшского муниципального района Челябинской области № 423 от 11.06.2019 года.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Импульс» имеет физкультурно-спортивную направленность.

По своему функциональному назначению программа является общеразвивающей, направлена на укрепление физического и психического здоровья учащихся, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

### **Актуальность программы.**

Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.). Все это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Восполнить недостаток двигательной активности помогают занятия ритмикой и танцами. Именно ритмика и танец способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.).

Гармоничное соединение движения, музыки, игры на занятиях формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

### **Отличительные особенности программы.**

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа «Импульс», основанная на движениях под музыку, развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые

лежат в их основе.

Занятия также способствует развитию стремления к познанию прекрасного мира танца через спортивные упражнения, что позволяет раскрывать творческие и физические способности ребенка.

### **Адресат программы**

Программа рассчитана на детей в возрасте 5 – 12 лет.

На обучение принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровью, специального отбора нет. Обучающиеся предоставляют заключение от врача (справка) об отсутствии противопоказаний к занятиям по хореографии.

Количество детей в группе: 15 человек.

Содержание программы построено с учётом индивидуальных и возрастных особенностей детей. Педагог может увеличить или уменьшить объём и степень технической сложности материала в зависимости от уровня учащихся, конкретных условий работы и творческой инициативы детей.

### **Организация образовательного процесса**

**Объем программы:** 108 часов

**Форма обучения:** очная.

**Виды занятий:** групповая форма работы – лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Режим занятий:** Занятия проводятся 2 раза в неделю: 1 раз по 1 часу и 1 раз по 2 часа. Во время двухчасовых занятий предусмотрены 10 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха. Продолжительность одного занятия для детей в возрасте до 8 лет составляет 30 минут, старше 8 лет - 45 минут.

### **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** развитие и реализация творческого потенциала учащихся в области хореографии.

#### **Задачи программы:**

*Обучающие:*

- заложить знания об элементах гимнастики, ритмики, умения правильно выполнять движения;
- познакомить с направлением хореографии - народный танец, правилах выполнения его элементов;
- познакомить с элементарными терминами, используемыми в хореографии, с основами музыкальной грамоты при усвоении понятий «характер музыки», «ритм», «счет», «такт», «музыкальная фраза»;
- научить основным элементам народного танца;
- обучить основам партерной гимнастики.

*Развивающие:*

- способствовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- способствовать физическому развитию детей и корректировке недостатков телосложения;
- развивать танцевальный шаг, выворотность ног, мышцы и суставы опорно-двигательного аппарата,
- развивать навыки ориентировки в пространстве, координацию движений и пластики, навыки владения своим телом, навыки самостоятельного выражения движений под музыку.

*Воспитательные:*

- содействовать воспитанию инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- способствовать в формировании эмоционально-ценностного отношения к хореографическому искусству;
- обеспечить социализацию детей в коллективе, развитие интереса к занятиям хореографией.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
<b>1.</b>	<b>Ритмика</b>	<b>9</b>	<b>49</b>	<b>58</b>	
1.1.	Вводное занятие	1	1	2	Устный опрос, практическое задание
1.2.	Музыкально-ритмическая гимнастика и общеукрепляющие упражнения	2	10	12	Наблюдение
1.3.	Музыкально-пространственные упражнения	2	12	14	Наблюдение. Анализ творческого задания
1.4.	Элементы танцевальных движений, танцевальная азбука	2	16	18	Наблюдение. Устный опрос. Открытое занятие
1.5.	Основы музыкальной грамоты	2	10	12	Наблюдение. Тестирование.
<b>3.</b>	<b>Партерная гимнастика, игровой стретчинг</b>	<b>3</b>	<b>18</b>	<b>21</b>	Наблюдение
<b>4.</b>	<b>Танцевальные этюды, игры, танцы</b>	<b>3</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	Наблюдение
4.1.	Этюды, игры, танцы	3	26	27	Наблюдение. Открытое занятие
4.2.	Итоговое занятие.	-	2	2	Зачет
	<b>ИТОГО:</b>	<b>13</b>	<b>95</b>	<b>108</b>	

## Содержание программы

### Раздел 1. Ритмика

#### Тема 1. 1. Вводное занятие

**Теория:** Беседа «Что такое ритмика». Цели и задачи обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в хореографическом зале.

Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.

**Практика:** Игра на знакомство «Добро пожаловать в мир танца».

Танцевальная разминка.

#### Тема 1.2. Музыкально-ритмическая гимнастика и общеукрепляющие упражнения

**Теория:** Музыкально-ритмическая гимнастика, ее роль в укреплении организма. Правила выполнения упражнений.

**Практика:**

Элементы гимнастики:

1) Упражнения для головы:

- повороты головы;
- наклоны головы;
- круговые движения головы.

2) Движения плеч и корпуса:

- подъем и опускание плеч;
- наклоны корпуса вперед, в сторону.

3) Упражнения для ног:

- подъем на полу пальцы;
- перекаты с полу пальцев на пятки;
- сгибание ног в коленях (пружинка).

4) Прыжки:

- прыжки по VI позиции;
- на одной ноге.

5) Шаги:

- бытовой;
- легкий шаг с носка;
- шаги с хлопками;
- шаг на полу пальцах;
- приставной шаг.

6) Бег:

- легкий бег;
- бег, сгибая ноги сзади.

7) Элементы гимнастики с предметами (мяч, гимнастическая палка, скакалка).

#### Тема 1.3. Музыкально-пространственные упражнения

**Теория:** Понятие танцевального рисунка и фигур. Ориентация в танцевальном ограниченном пространстве. Приемы перестроения из рисунков и фигур.

**Практика:** упражнения и игры по ориентации в пространстве:

1) Различия правой, левой ноги, руки, плеча.

2) Повороты

3) Построения и перестроения:

- в колонну по одному;
- из колонны в шеренгу;
- построение в круг;
- построение в диагональ;
- построение в линию;
- построение в две линии.

4) Музыкально-ритмические игры:

- подвижные игры с мячом;
- игры-превращения;

- игры-подражания;
- образные сравнения;
- имитация разнообразных действий;
- имитацией поведения птиц, зверей.

#### **Тема 1.4. Элементы танцевальных движений, танцевальная азбука**

**Теория:** Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Русский поклон, поклон с приставным шагом для девочек, поклон с приставным шагом для мальчиков. Типы шагов в народном танце. Притоп, шаги с притопом. Ковырялочка с притопом. Полуприседание (пружинка) с наклоном корпуса, полуприседание с поворотом корпуса. Полуприседание с выставлением ноги на пятку. Подскоки. Перескоки. Боковой галоп, боковой галоп с поворотом. Танцевальный бег.

**Практика:** Выполнение изученных элементов танцевальных движений.

1) Постановка корпуса:

- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса.

2) Выполнение упражнений танцевальной азбуки:

2.1. Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;

2.2. Шаги:

- танцевальные шаги;
- шаг на полупальцах;
- шаг с высоким подъёмом колена вперёд на полу пальцах;
- приставные шаги;

2.3. Танцевальные элементы:

- подскоки
- подскок с хлопками;
- подскок в повороте;
- галоп.
- галоп с притопом.

2.4. Бег, сгибая ноги в коленях назад.

2.5. Бег, вынося прямые ноги вперёд;

2.6. Рисунки танцев:

- колонна;
- шеренга;
- круг;
- змейка.
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой; топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой; хлопки.

#### **Тема 1.5. Основы музыкальной грамоты**

**Теория:** Музыка и движения. Темп. Характер музыкального произведения. Контрастная музыка (быстрая-медленная, весёлая-грустная). Музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4. Тактирование. Выделение сильной доли такта. Музыкальная фраза.

**Практика:** Определение детьми на слух вступления и основной части музыкального сопровождения, аккорда и паузы, сильной и слабой доли в двухдольном размере.

Упражнения по ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений под музыку. Речевые упражнения.

Динамика.

Метроритм.

Затактовые построения.

### **Раздел 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу) Тема**

#### **3.1. Партерная гимнастика**

**Теория:** Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Игровой стретчинг. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

**Практика:**

Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

упражнения для развития гибкости;

упражнения для стоп;

упражнения для развития растяжки;

упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу.

Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Выполнение комплекса упражнений игрового стретчинга.

### **Раздел 4. Танцевальные этюды, игры, танцы Тема**

#### **4.1. Этюды, игры, танцы**

**Теория:** Характер движений, манера исполнения в народном танце. Настроение в музыке и танце. Характер исполнения. Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.

**Практика:** Этюдная работа. Пантомима. Игра «Море волнуется раз», «Замри». Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов; Самостоятельное сочинение танцевальных этюдов;

Музыкально-развивающие игры.

#### **Тема 4.2. Итоговое занятие**

**Практика:** Зачет:

Творческое задание на выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений; тестирование по теоретической части программы.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

К концу обучения учащийся должен овладеть рядом знаний и навыков:

**Предметные результаты:**

Учащиеся будут знать и уметь:

- знать названия основных танцевальных движений и элементов народного танца;
- знать терминологию музыкальной грамоты: «характер музыки», «ритм», «счет», «такт», «музыкальная фраза»;
- знать терминологию партерного экзерсиса;
- уметь передать характер музыки, ритм, темп;
- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- уметь вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения;
- уметь двигаться в соответствии с ритмическим рисунком и характером музыкального произведения;
- перестраиваться из одного построения в другое; иметь навык легкого шага с носка на пятку;
- уметь четко выполнять танцевальные элементы, музыкально и эмоционально;
- уметь правильно исполнять упражнения в партере.

**Метапредметными результатами реализации программы являются:**

- умение чувствовать ритм, эмоционально передать характер музыки, выразить в танце разные эмоции и чувства;

- развитый музыкальный слух;
- устранение отклонения в осанке, искривления позвоночника в различных направлениях (кифозы, лордозы, сколиозы), нарушения в развитии формы грудной клетки;
- укрепление мышц и суставов опорно-двигательного аппарата;
- умение выполнять различные танцевальные шаги;
- развитие выворотности ног,
- умение ориентироваться в пространстве (зале);
- умение координировать сочетание движений частей тела (рук, ног, головы) и пластики, уметь владеть своим телом;
- умение самостоятельно выражать движения под музыку.

**Личностными результатами реализации программы является:**

- проявление инициативности, целеустремленности;
- ответственное отношение к своему и чужому труду;
- проявление эмоционально-ценностного отношения к хореографическому искусству (понимание красоты танца, осознание того, что при помощи движений можно выразить свои чувства, эмоции, стремление к эlegantности, грации, красоте движений, совершенствованию исполнительской техники, стремление максимально раскрыться в танце)
- усвоение норм, правил поведения, традиций коллектива; заинтересованность занятиями хореографией и дальнейшим самосовершенствованием.

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### *Организационно-педагогические*

1. Календарный тематический график по годам обучения, составленный из расчета количества учебных недель (36 в год), количества часов в неделю, а также утвержденных выходных и праздничных дней.
2. Инструкции по технике безопасности при работе в зале, на учебном занятии.
3. Памятки по поведению на концертах, экскурсиях.

### *Материально-техническое обеспечение программы*

- хореографический зал, оборудованный зеркалами, хореографическими станками;
  - музыкальный центр, видеоаппаратура;
  - освещение естественное (окна) и искусственное (лампы дневного света);
  - вентиляция;
  - аппаратура для озвучивания учебных занятий;
  - коврики;
  - танцевальный инвентарь;
- Учащиеся должны иметь на занятии: чешки; футболки, лосины (шорты).

### *Информационные ресурсы:*

- учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности (для педагога);
- СД – диски, фонограммы;
- аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
- интернет источники со специализированными сайтами.

## **ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И КОНТРОЛЯ ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **Формы оценки знаний, умений, навыков**

Вводный контроль (**первичная диагностика**) проводится в начале учебного года для определения уровня подготовки учащихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.

Текущий контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений осуществляется на каждом занятии: беседа, опрос, наблюдение педагога за практической деятельностью, просмотры и контрольные упражнения, взаимооценка, оценка педагогом выполненной учащимся работы.

Важным видом текущего контроля является контроль техники исполнения движений, который производит педагог совместно с воспитанником в процессе занятий.

**Промежуточный контроль** (промежуточная аттестация) проводится один раз в год (декабрь) в форме открытого занятия.

**Итоговый контроль** уровня теоретических знаний, практических навыков и умений воспитанников осуществляется в конце реализации программы в форме зачета.

Итоговая аттестация проходит в виде зачета с использованием теста с целью выяснения усвоенных теоретических понятий и выполнением разученных комплексов гимнастических упражнений, танцевальных элементов.

### **Оценочные материалы**

Педагог осуществляет оценку личностных и метапредметных результатов в ходе наблюдения в соответствии с определенными критериями (см. Приложение

1) Результаты промежуточной и итоговой аттестации (предметные результаты см. приложение

2) оцениваются по 3 уровням:

- *высокий уровень* – учащийся выполняет движения самостоятельно без подсказки педагога, программный материал усвоен полностью, точное знание терминологии и правил исполнения танцевальных движений, музыкальность, выразительность исполнения танцевальных композиций, умение работать в хореографическом коллективе;

- *средний уровень* – учащийся выполняет движения с подсказкой педагога, неполное владение теоретическими знаниями, недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций, с точки зрения музыкальности, координации движений, умение работать в хореографическом коллективе, техника исполнения низкая;

- *низкий уровень* – учащийся знает теорию, но не может применить ее на практике, может показать, воспроизвести изученные движения, но нуждается в помощи педагога, слабое усвоение теоретического программного материала, техника исполнения низкая, недостаточное владение навыками работы в хореографическом коллективе, частичный ввод в репертуар ансамбля.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

**Формы занятий:** беседа, практическая работа, тренинг, творческая работа, игра. **Примерная структура учебного занятия:**

### **1. Подготовительная часть**

В подготовительной части занятия решаются задачи организации учащихся, мобилизации их к предстоящей работе, подготовки и выполнению упражнений основной части занятия. Средствами, которыми решаются указанные задачи, являются разновидности ходьбы и бега, выполнение построений и перестроений от простейших, до сложных графических рисунков. Также упражнения способствуют мобилизации внимания, подготавливают суставно-мышечный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы для последующей работы.

### **2. Разминка**

Цель разминки : максимально разогреть все группы мышц. Упражнения разминки базируются на азбуке музыкального движения, включают элементы классического и народно-сценического танцев, силовые упражнения, вырабатывают хорошее дыхание, скоростно-силовые качества. Разминку следует выполнять как силовую круговую тренировку, начиная от мышц шеи до мышц ног и голеностопа (сверху вниз), последовательно. Руки и спина работают во всех упражнениях. Движения выполнять амплитудно. По окончании разминки или в процессе, если есть необходимость, обязательно следует выполнить несколько упражнений на растяжку нагруженных мышц. Все упражнения выполняются по несколько раз (6-8). Сначала комплекс разучивается от начала до конца, затем следует выполнять комплекс в медленном темпе, пока не выработаются навыки, затем темп исполнения и количество подходов следует увеличить до максимума, чтобы выработать скоростно-силовые качества.

### **3. Основная танцевальная часть**

Главной задачей данного этапа является создание танцевального произведения, которое строится по принципу:

- создание сюжета, согласно возрастным особенностям; - выбор музыкального репертуара;
- подбор танцевальных движений, соединяя их в интересных сочетаниях, строить из небольшого числа движений и элементов множество танцевальных фраз, учитывая исполнительские возможности детей;
- построение графических рисунков и соединяющие связки между ними.

### **4. Рефлексия (самооценка деятельности)**

**5. Заключительная часть** хореографии, комплекс упражнений для развития физических данных; музыкальный материал для занятия хореографией.

**Формы организации познавательной деятельности:**

- фронтальная: работа педагога со всеми обучающимися одновременно (беседа, показ, объяснение, исправление ошибок, отработка упражнений);
- групповая: работа по группам (импровизация, создание хореографических миниатюр на заданный образ).

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Ленинград. М.: Искусство, 1968.-203 с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: Рольф, 2000.-272 с. 3. Васильева Е. Танец. М.: Искусство, 1968.-199 с.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Москва.: Валдос, 2004г.-254 с.
5. Детская ритмика. Учебное пособие. Департамент культуры Кировской области КОГАО СПО «Вятский колледж культуры» Киров. Аверс, 2013.-35 с.
6. «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы: [Электронный ресурс] Режим доступа: [http://dyagilev.arts.mos.ru/education\\_activities/programs/Ритмика%20и%20танец%204-6%20лет\\_pdg.pdf](http://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs/Ритмика%20и%20танец%204-6%20лет_pdg.pdf)
7. «Хореография. Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева. Начальная хореография для детей 3 – 6 лет» (Коротеев И.В., педагог дополнительного образования). [Электронный ресурс] Режим доступа: [http://st.educom.ru/eduoffices/gateways/get\\_file.php?id=%7B1FADE7D2-D6AB-4857-BA5F-FE4172E60E1B%7D&name=0100-horeografiya.-ansambly-pesni-i-plyaski-im.-v.s.lokteva.-nach.hor.-dlya-det.-3-6-let.-oznakomit.hudog..pdf](http://st.educom.ru/eduoffices/gateways/get_file.php?id=%7B1FADE7D2-D6AB-4857-BA5F-FE4172E60E1B%7D&name=0100-horeografiya.-ansambly-pesni-i-plyaski-im.-v.s.lokteva.-nach.hor.-dlya-det.-3-6-let.-oznakomit.hudog..pdf)
8. О методике партерного экзерсиса - «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу». [Электронный ресурс] Режим доступа: [http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika\\_raboty\\_s\\_detmi\\_metodicheskoe\\_posobie\\_quot%20ot\\_ritmiki\\_k\\_tancu\\_quot/2011-12-08-1](http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1)
9. Методические и дидактические разработки по хореографии.<http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>
10. Все для хореографов. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.horeograf.com/%09> (

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Идом Х., Кэтрэж Н. Хочу танцевать. М.: Махаон, 1998. 32 с.
2. Кудрявцева В. Приглашаем танцевать. М.: Советский композитор, 1989. 125 с. 3. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. 61с.
4. Ткаченко Т.Т. Народный танец. М. Искусство: 2002 . 680 с.

## **Педагогический мониторинг по программе «Танцевальная ритмика»**

С целью определения уровня усвоения общеобразовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества образовательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения.

### **Первичная диагностика**

*Цель:* определение общего уровня развития ребенка и его склонности к танцу.

*Срок проведения:* при поступлении в творческое объединение (сентябрь).

*Форма проведения:* устный опрос, выполнение практического задания.

### **Содержание**

Теоретическая часть.

Вопросы:

- Нравится ли тебе танцевать?
- Кто посоветовал начать заниматься танцами?
- Имеется ли начальная хореографическая подготовка или подготовка другого вида (например, спортивная)?

Практическая часть:

Ребенку предлагают выполнить следующие задания:

- исполнение упражнений на ритмичность;
- исполнение упражнений на координацию;
- исполнение упражнений на ориентировку в пространстве.

Критерии оценки:

*Минимальный уровень:* проявляет слабый интерес к музыкально-ритмической деятельности, у ребенка не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень способностей к хореографии, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности, движения угловатые.

*Средний уровень:* проявляет достаточный интерес к музыкально- ритмической деятельности, у ребенка развит музыкальный и ритмический слух, умеет концентрировать внимание, но координация движений развита недостаточно.

*Высокий уровень:* ребенок проявляет активный интерес к музыкально-ритмическим движениям, показывает высокий уровень способностей к народно-сценическому танцу, развит музыкальный и ритмический слух.

### **Промежуточная аттестация**

*Цель:* выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

*Срок проведения:* декабрь.

*Форма проведения:* открытое занятие (контрольное занятие).

## **Содержание**

### *Теоретическая часть:*

- правила поведения в хореографическом зале; -
- понятие «музыкальное вступление»;
- позиции рук классического танца (1, 2, 3 позиции) и ног (1, 2, 3, 6 позиции); -
- марш по кругу, в рисунке;
- упражнения на середине по диагонали, по прямой.

### *Практическая часть:*

- упражнения на ориентировку в хореографическом зале, движение в заданном рисунке (построение в колонну по одному, по два, расход парами в движении, построение в круг, движение по кругу, по диагонали);
- элементы партерной гимнастики;
- упражнения с использованием элементов логоритмики; -
- упражнения для укрепления мышц спины;
- ролевые игры с использованием элементов хореографии и логоритмики.

## **Итоговая аттестация**

*Цель:* выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

*Срок проведения:* конец мая.

*Форма проведения:* контрольный урок.

## **Содержание**

### *Теоретическая часть:*

- названия основных танцевальных движений и элементов; -
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила исполнения пройденных движений: demi и grand plie; -
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- основные танцевальные позиции рук (1- 3 позиции) и ног (1- 6 позиции).

### *Практическая часть*

- движение и исполнение различных упражнений в соответствии с контрастным характером музыки;
- ритмичная ходьба под музыку,
- легкий бег,
- хлопки ладошами,
- притопы ногами,
  - вращение кистями рук,
  - прыжки на двух ногах;
- движение по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнение элементов партерной гимнастики.
- выполнение танцевальных элементов, их соединение.

