

Министерство образования и науки Астраханской области
ГАУ ДО «Астраханский областной центр развития творчества»
отдел эстетики

Программа принята
на заседании
педагогического совета ГАУ
ДО «АОЦРТ»
протокол пед. совета
№ 1 от «24» мая 2023г.



«Утверждаю»
Директор ГАУ ДО «АОЦРТ»
_____ Л.П. Дугина
Приказ № 195
от «24» мая 2023г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Непоседы»**

Возрастная категория: 3 – 5,5 лет
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель:
педагог
дополнительного
образования
Донская О.А.

Астрахань, 2023 г.

Оглавление

Пояснительная записка	3
Учебно-тематическое планирование	8
1 год обучения	8
2 год обучения	9
Прогнозируемая результативность	17
Формы аттестации	
Методическое обеспечение программы	18
Список литературы	19

Пояснительная записка

Хореографическое искусство способствует формированию культуры ребенка, приобщает его к духовным и культурным ценностям народа. Воспитание ребенка средствами хореографического искусства помогает обогащать его внутренний мир, воспитывать любовь к хореографическому искусству, т.е. укрепляет не только духовно, но и физически.

Актуальность, новизна и педагогическая целесообразность образовательной программы «Непоседа» в том, что она является подпрограммой в рамках большой комплексной образовательной программы «Фея музыки, рождающая танец» в образцовом ансамбле современного эстрадного танца «Класс-Центр». Программа направлена на раскрытие творческой личности ребенка через комплексное художественно-эстетическое воспитание и развитие, где сочетается ритмика и партнерская гимнастика.

Программа составлена в соответствии с нормативными документами системы дополнительного образования детей:

Нормативно-правовые акты и документы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СП 2.4.3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28).
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года в Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 г.// Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р.
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 г №10).

- Устав ГАУ ДО «Астраханский областной центр развития творчества».

Музыкально-ритмические занятия способствуют формированию коллективных качеств личности. Музыкально-ритмическая подготовка решает следующие задачи:

- развитие функций ребенка, направленное на совершенствование физических способностей;
- формирование важных музыкально-двигательных умений, навыков и приобретение специальных знаний;
- воспитание моральных, волевых, этических качеств.

Музыкально-двигательная подготовка ставит цель: умение совмещать слушание музыки в согласовании движений под музыку с предлагаемым ритмом и темпом.

Продуманная последовательность в порядке усложнения дает возможность обеспечить целенаправленность в формировании слухоритмических и музыкально-двигательных навыков. И здесь, особенно в работе с детьми 3-5,5 лет, неоценимую помощь оказывает игра.

Игра вызывает интерес у детей к выполнению того или иного задания, позволяет педагогу несколько раз повторить одно и то же задание с целью освоения какого-либо двигательного навыка. Дети приобретут двигательные навыки в процессе музыкально-ритмических игр.

Музыкальные игры развивают музыкальную память, чувство ритма, способствуют закреплению полученных двигательных умений и навыков, помогают лучше воспринимать материал.

Цель программы: развитие творческих способностей обучающихся средствами хореографического искусства и их подготовка для возможного продолжения обучения в детском хореографическом коллективе.

В ходе достижения этой цели решаются следующие **задачи**:

- в области обучения: обучение основам классического, эстрадного танца, элементам актерского мастерства;
- в области развития: физическое развитие, улучшение координации движений;
- в области воспитания: формирование внутренней и внешней культуры обучающихся, воспитание целеустремленности, настойчивости, трудолюбия.

Решая поставленные задачи, у обучающихся формируются следующие ключевые компетентности:

- компетентность в сфере самостоятельной познавательной деятельности (усвоение способов приобретения знаний из различных источников информации);
- компетентность в коммуникативной сфере (приобретение опыта позитивного взаимодействия, навыков конструктивного общения);
- компетентность в сфере культурно-досуговой деятельности (выбор путей и способов использования свободного времени, культурно и духовно обогащающих личность);

- компетентность в бытовой сфере (выбор здорового образа жизни, позитивного отношения к семье, домашнему быту).

Овладение ключевыми компетенциями позволит обучающимся ансамбля «Класс-Центр» решать различные проблемы в повседневной, профессиональной и социальной жизни. Т.к. многомерность ключевых компетенций сочетает различные умственные и психические процессы и интеллектуальные умения (абстрактное мышление, саморефлексия, определение своей собственной позиции, самооценка, критическое мышление и т.д.). Выделение указанных компетенций носит условный характер. В процессе взросления человека все виды компетентностей обогащаются, взаимодействуют между собой. В данном случае, целостным выделением компетентностей является ориентация на создание максимально благоприятных условий для саморазвития, самоопределения обучающихся в творческом процессе.

В основу программы положены следующие принципы:

- *культуросообразности*, обеспечивающий построение образовательного процесса в контексте лучших образцов мировой и отечественной культур, в том числе музыкальной и хореографической;
- *системности и последовательности*, предусматривающий взаимосвязь и последовательность всех компонентов программы, соблюдение установок «от простого к сложному», «от частного - к общему»;
- *дифференциации и индивидуализации*, предполагающий создание условий для максимального развития задатков и способностей каждого обучающегося;

Занятие строится в основном по классической структуре:

- вводная часть (приветствие);
- разминка по кругу;
- разминка на середине зала;
- изучение движений и комбинаций к танцу;
- игровая партерная гимнастика;
- постановочная работа;
- заключительная часть.

Кроме того, используются следующие виды занятий: занятие-сказка; занятие-путешествие; занятие-конкурс; занятие-концерт и др.

Для эффективной деятельности танцевального коллектива желательно иметь просторный зал, оборудованный специальными станками и зеркалами; обучающимся - специальная форма и обувь для занятий.

Результатом реализации программы является:

- знание элементарных основ классического, детского и эстрадного танца;
- владение методикой и техникой исполнения;
- осознание обучающимися важной роли хореографии в эстетическом воспитании личности;

- готовность принимать участие в концертах, конкурсах, фестивалях и других мероприятиях городского и областного уровня.

При реализации программы используется мониторинговая система педагогического контроля с целью обеспечения качественных результатов деятельности обучающихся при поддержке психологической службы.

К концу обучения проводится открытое занятие.

Термин «партерная гимнастика» появился не так давно. Его возникновение связано с развитием нетрадиционных видов гимнастики. Слово *parter* произошло от французского *parterre* (по земле): слово *par* — по, а слово *terre* — земля. Под «партерной» гимнастикой понимают выполнение различного рода упражнений, в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

Специальная гимнастика научит обучающегося вытягивать стопы, колени, правильно работать мышцами своего тела. Растянуть сухожилия и связки для «шпагатов», махов. Держать баланс на определённых точках стопы и контролировать свой позвоночник. Чувствовать каждую «клеточку» своего организма, знать анатомию, эффективно использовать возможности человеческого тела.

Обучающемуся необходим самый высокий уровень прочности опорно-двигательного аппарата, его костно-суставной и мышечной систем. Эти системы обеспечивают связь отдельных частей тела между собой. Если двигательный аппарат окажется, недостаточно подготовлен, тело будет стеснённым в движении, негибким, маловыразительным.

Поэтому задача на занятиях специальной гимнастики состоит в том, чтобы оснащать обучающихся запасом движений во всех направлениях и с максимальной амплитудой; это должно вызвать реальное изменение двигательных органов, улучшить их функционирование.

Педагог работает, прежде всего, на улучшение результата обучающегося.

Образовательная программа «Непоседа» разработана в рамках комплексной образовательной программы «Фея музыки, рождающая танец», которая имеет художественную направленность.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности,

самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Отличительной особенностью данной образовательной программы, от уже существующих, в её адаптированности к программам дополнительного образования детей в рамках одной комплексной программы.

Образовательная программа рассчитана на 2 года обучения с детьми 3-5.5 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 20 минут первый год, по 30 минут второй год обучения. (144 часа на учебный год, состоит из двух блоков: ритмика 72 часа, специальная гимнастика 72 часа).

Психолого-педагогическое обоснование: В физиологии 3-5,5 летний возраст называется дошкольным или «первое детство». Это возраст, когда ребенок уже освоил такие основные движения, как бег, ходьба, прыжки, вследствие чего закладываются такие качества как координация движений, моторная память, реакция, ловкость, общая выносливость и гибкость, эмоциональность.

Учебно-тематический план 1 год обучения (3-4 года)

№	Название тем	Количество часов		Всего
		теория	практика	
1	«Рождение искусства танца» (вводное занятие)	1	1	2
2	«Играем и танцуем» (музыкально-ритмические и координационно-	9	30	39

	двигательные навыки)			
3	«Шаг за шагом» (освоение навыков движения детского танца)	8	21	29
4	«Первые «Па» (открытый урок)	1	1	2
Итого:		19	53	72

Содержание программы

1. «Рождение искусства танца» (вводное занятие)

Теория. Знакомство и приобщение детей к искусству хореографии.

Практика. Проведение музыкальных игр.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: зачет (проверка знаний по разделу).

2. «Играем и танцуем»

Теория. Знакомство с коллективно-порядковыми упражнениями: построение, передвижение в танцевальном зале (круг, «змейка») в различных направлениях, различные виды танцевального шага (шаг с носка, с высоко поднятыми коленями). Тренировочные упражнения (проводятся в игровой форме):

- «оживи куклу»;
- наклоны головы: вперед, назад, вправо, влево;
- повороты головы: вправо, влево;
- подъем и опускание плеч, сгибание и разгибание рук;
- наклоны корпуса;
- приседание;
- приставные шаги;
- прыжки.

Практика. Выполнение упражнений.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: открытый урок.

3. «Шаг за шагом»

Теория. Знакомство с простыми элементами детского танца.

Практика. Разучивание и закрепление элементов детского танца.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-сказка, урок музыкальная мозаика.

Формы подведения итогов: открытый урок.

4. «Первые «Па»

Теория. Повторение основных танцевальных движений. Подготовка к открытому занятию.

Практика. Проведение открытого занятия.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: открытый урок.

Учебно-тематический план

2 год обучения (4-5,5 лет)

№	Название тем	Количество часов		Всего
		теория	практика	
1	«Здравствуй, Терпсихора!» (вводное	1	1	2

	занятие)			
2	«Поиграем - пошалим» (музыкально-ритмические и координационно-двигательные навыки) (музыкально-танцевальные игры)	8	22	30
3	«Навыки выразительного движения» (комбинации, этюды, детский танец)	10	28	38
4	«Здравствуй, сцена!» (открытый урок; отчетный концерт)	1	1	2
Итого:		20	52	72

Содержание программы

1. «Здравствуй, Терпсихора!» (вводное занятие)

Теория. Знакомство с историей хореографии.

Практика. Проведение музыкально-танцевальных игр.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: зачет (проверка знаний по разделу).

2. «Поиграем – пошалим»

Теория. Коллективно-порядковые упражнения.

1. Упражнения для развития умения детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.

2. Музыкальная грамота:

- построение музыкальной фразы;
- характер счета 4/4, 3/4, 2/4.

3. Три жанра музыки (марш, песня, танец).

4. Навыки выразительного движения:

- упражнения для развития выразительного движения (ритмичная разминка, тренировочные упражнения);
- упражнения для развития умения переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу;
- пружинящие шаги, переменные шаги;
- танцевальные шаги (подскок, галоп, полька).

Практика. Выполнение упражнений.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: зачет (проверка знаний по разделу).

3. «Навыки выразительного движения»

Теория. Знакомство с простыми элементами детского танца.

Практика. Разучивание и закрепление детских этюдов, комбинаций, танцев:

- танцевальные композиции: «Полечка», «Солнечный зайчик»;
- танцы: «Парный танец», «Звонкие ладошки»;
- эмоциональная передача танцевального образа;
- творческая деятельность;
- музыкально-танцевальные игры: «чей кружок быстрее соберется», «кот и мыши», развивающие игры.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-сказка, урок музыкальная мозаика.

Формы подведения итогов: зачет (проверка знаний по разделу).

4. «Здравствуй, сцена!»

Теория. Повторение основных танцевальных движений. Подготовка к открытому занятию (отчетному концерту).

Практика. Проведение открытого занятия.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: зачет (проверка знаний по разделу).

Ожидаемые результаты

За период обучения учащиеся приобретают определенные знания, умения и навыки:

I год:

- навыки музыкально-ритмической деятельности;
- навыки правильного и выразительного движения (привычка прямо и стройно держаться, свободно двигаться в танцах);
- усвоение подготовительных танцевальных движений и рисунков;
- знакомство с ритмическим строением музыки;
- изучение детских и игровых танцев;
- навыки организованности и дисциплинированности.

II год:

- развитие музыкальности и пластичности;
- усвоение навыков детской хореографии;
- выработка сильных натянутых ног, большого танцевального шага, высокого прыжка;
- развитие координации движения;
- знания о детских танцах.

Учебно-тематический план по Специальной гимнастике 1 год обучения

№	Название темы	теория	практика	всего
1	«Мы - гимнасты» (вводное занятие)	1	1	2
2	«Веселое перестроение»	8	22	30
3	Развитие и укрепление мышечного корсета.	10	28	38
4	«Мы милашки, куклы неваляшки» открытое занятие	1	1	2

Итого:	20	52	72
--------	-----------	-----------	-----------

Содержание программы

1. «Мы - гимнасты» (вводное занятие).

Теория. Ознакомление — строения человеческого тела.

Практика. Проведение музыкально-танцевальных игр.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: Опрос (проверка знаний по разделу).

2. «Веселое перестроение».

Теория. Коллективно-порядковые упражнения для перестроения.

1. Упражнения для развития умения детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.

2. Музыкальная грамота:

- построение музыкальной фразы;
- характер счета 4/4, 3/4, 2/4.

3. Три жанра музыки (марш, полька, вальс).

4. Навыки выразительного движения:

- упражнения для развития выразительного шага (ритмичный шаг с носка, с пятки, высоко поднятыми коленями);
- упражнения для развития умения переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу;
- пружинящие шаги, переменные шаги, боковые шаги;
- танцевальные шаги (подскок, галоп, полька).

Практика. Выполнение упражнений.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: Опрос (проверка знаний по разделу).

3. «Развитие и укрепление мышечного корсета».

Теория. Знакомство элементами портерной гимнастики.

Практика. Разучивание и закрепление движений на полу:

- простые элементы: «Лягушка», «Бабочка»; «Рыбка»; «Мостик» лежа
- усложнение элементов: «Скорпиончик», «Мостик» стоя, шпагаты
- творческая деятельность;

- музыкально-танцевальные игры: «Самолетик», «Кот и мыши», развивающие игры.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-сказка, урок музыкальная мозаика.

Формы подведения итогов: Опрос (проверка знаний по разделу).

4. «Мы милашки, куклы неваляшки»

Теория. Повторение основных гимнастических элементов. Подготовка к открытому занятию (отчетному концерту).

Практика. Проведение открытого занятия. Задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе,

музыкальные игры, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: Опрос (проверка знаний по разделу)

**Учебно-тематический план
по Специальной гимнастике 2 год обучения**

№	Название темы	теория	практика	всего
1	«Занимательная гимнастика» (вводное занятие)	1	1	2
2	Ориентировка в пространстве.	10	20	30
3	Развитие и укрепление физических данных.	10	28	38
4	Открытое занятия «Вечное движение»	1	1	2
Итого:		22	50	72

Содержание программы

1. «Занимательная гимнастика» (вводное занятие)

Теория. Ознакомление — строения человеческого тела.

Практика. Проведение музыкально-танцевальных игр.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: Опрос (проверка знаний по разделу).

2. «Ориентировка в пространстве»

Теория. Коллективно-порядковые упражнения для перестроения.

1. Упражнения для развития умения детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.

2. Музыкальная грамота:

- построение музыкальной фразы;
- характер счета 4/4, 3/4, 2/4.

3. Три жанра музыки (марш, полька, вальс).

4. Навыки выразительного движения:

- упражнения для развития выразительного шага (ритмичный шаг с носка, с пятки, высоко поднятыми коленями);
- упражнения для развития умения переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу;
- пружинящие шаги, переменные шаги, боковые шаги;
- танцевальные шаги (подскок, галоп, полька).

Практика. Выполнение упражнений.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: (проверка знаний по разделу).

3. «Развитие и укрепление физических данных».

Теория. Знакомство элементами портерной гимнастики.

Практика. Разучивание и закрепление движений на полу:

- простые элементы: «Лягушка», «Бабочка»; «Рыбка»; «Мостик» лежа
- усложнение элементов: «Скорпиончик», «Мостик» стоя, шпагаты
- творческая деятельность;

- музыкально-танцевальные игры: «Самолетик», «Кот и мыши», развивающие игры.

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-сказка, урок музыкальная мозаика.

Формы подведения итогов: Опрос (проверка знаний по разделу).

4. «Вечное движение»

Теория. Повторение основных гимнастических элементов. Подготовка к открытому занятию (отчетному концерту).

Практика. Проведение открытого. Задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе, музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания

Формы проведения занятий: урок-игра, урок-путешествие.

Формы подведения итогов: Опрос (проверка знаний по разделу).

Общие ожидаемые результаты первого года обучения - дети будут знать:

- простейшие элементы партерной гимнастики;
- навыки выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;

- правила постановки корпуса;

- правила поведения на занятиях и на концерте.

На подготовительной ступени (1 год обучения) дети будут уметь:

- 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, легкий шаг с носочка;

- чувствовать характер музыки;

- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;

- строить отношения со сверстниками.

1. Коллективно-порядковые навыки и умения:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

- организованно строиться (быстро, точно), сохранять правильные дистанции в колонке парами;

- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковому и музыкальному сигналам;

- наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку;

- ходить вдоль стен с четкими поворотами в углах зала;

- строиться в колонну «по два»;

- перестраиваться из колонны парами в колонну «по одному»;
- строиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную.

2. Музыкально-ритмические навыки и умения:

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- реагировать сменой движений на смену характера музыки;
- самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений;
- самостоятельно отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент;
- реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.

3. Навыки и умения выразительного движения:

- легко, естественно и непринужденно выполнять шаг польки, переменный шаг, высокий шаг, пружинящий шаг, боковой галоп, подскоки с ноги на ногу, легкие подскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед и все плясовые движения;
- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- самостоятельно менять движения в соответствии с трехчастной формой музыкального произведения и музыкальными фразами;
- выполнять танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении;
- выразительно передавать игровые образы в инсценировании песен;
- самостоятельно инсценировать содержание песен, действовать, не подражая друг другу;
- придумывать варианты к играм и пляскам;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»), приглашать на танец («Поклон – приглашение»).

Общие ожидаемые результаты второго года обучения - дети будут знать:

- элементы партерной гимнастики;
- правила поведения в обществе.

Дети будут уметь:

- музыкально, выразительно и осмысленно исполнять танцевальные движения;
- фантазировать и находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- творчески мыслить на занятиях;
- самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;

- отличать в движении музыкальные фразы, акценты, несложный ритмический рисунок;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- распознавать характер танцевальной музыки;
- исполнять простейшую танцевальную композицию на изученных танцевальных движениях;
- исполнять упражнения в более быстром темпе;
- работать в коллективе.

В конце обучения появляется возможность создания танцевального репертуара, построенного на характерных элементах и движениях танца. Танец должен исполняться музыкально, выразительно, синхронно. Дети должны иметь навык благородного, вежливого обращения друг к другу; иметь представление о детском танце.

1. Коллективно-порядковые навыки и умения:

- маршировать в соответствии с метрической пульсацией;
- чередовать ходьбу с приседанием, со сгибами коленей, на носках, широким или мелким шагом, на пятках, держа ровно спину;
- рассчитаться на 1, 2, 3 для последующего построения в 3 колонны, шеренги;
- соблюдать правильные дистанции в колонне «по 3» и в концентрических кругах;
- перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой – на шаг назад;
- перестроение из общего круга в кружочки по 2, 3, 4 человека и обратно в общий круг;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой.

2. Музыкально-ритмические навыки и умения:

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с мало контрастными построениями;
- передать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм и проверять правильность его исполнения хлопками и притопами);
- выполнять ритмико-гимнастические упражнения общеразвивающего плана, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц;
- выполнять упражнения с детскими инструментами;
- передавать в игровых движениях различные нюансы музыки.

3. Навыки и умения выразительного движения:

- легко, естественно и непринужденно выполнять элементы танца по программе: шаг на носках, шаг польки, широкий и высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп;
- передавать в игровых, плясовых движениях различные нюансы музыки – напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- выразительно действовать с воображаемыми предметами;
- придумывать варианты к играм и пляскам;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- выражать свои впечатления от танцевальной музыки в движениях или рисунках;
- сохранять правильное положение корпуса, рук, ног при исполнении танцевальных движений, правильно распределяя дыхание;
- исполнять танцевальные движения индивидуально и коллективно, с сопровождением и без него;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;
- самостоятельно начинать движение после музыкального вступления;
- активно участвовать в выполнении творческих заданий;
- выполнять танцевальные движения:
 - шаг с притопом;
 - приставной шаг с приседанием;
 - пружинящий шаг;
 - боковой галоп;
 - переменный шаг;
 - национальные присядки;
 - простейшие дроби;
 - вертушки и кружения;
- выразительно и ритмично исполнять танцы согласно репертуарного плана;
- выразительно и ритмично исполнять движения с предметами (шарами, обручами, мячами, цветами, ложками, веерами и др.);
- выполнять упражнения народно-сценического и классического экзерсиса;
 - выполнять «Поклон – приветствие», «Поклон – приглашение»;
- выполнять элементы классического и народно-сценического урока;
- выполнять элементы русской и татарской пляски, русские народные танцы «Коробейники», «А я по лугу гуляла»;
- исполнять хореографическую композицию «Сабантуй» (татарский народный танец);

- исполнять: «Фигурный вальс», «Самба», «Полонез», «Рок-н-ролл», «Танго»;
- исполнять хореографические композиции: «Не боимся мы дождя», «Пришла Зима», «Красная ромашка».

В конце обучения появляется возможность создания танцевального репертуара, построенного на характерных элементах и движениях танца. Танец должен исполняться музыкально, выразительно, синхронно. Дети должны иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру; иметь представление о народных танцах.

Прогнозируемая результативность

К концу I года обучения учащиеся будут знать и уметь:

- освоить основные упражнения игровой партерной гимнастики;
- определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей;
- уметь доводить начатое до конца;
- быть наблюдательным, внимательным, любознательным.

К концу II года обучения учащиеся будут знать и уметь:

- уверенно выполнять элементы и упражнения партерной гимнастики;
- навыки правильного и выразительного движения (привычка прямо и стройно держаться, свободно двигаться);
- усвоение подготовительных танцевальных движений и рисунков;
- развитие музыкальности и пластичности;
- навыки организованности и дисциплинированности.

Методическое обеспечение

В процессе реализации программы по ритмике используются следующие методы организации учебно-воспитательного процесса:

- словесный (беседа, рассказ, объяснение инструктажа);
- практический (тренинг, упражнения, комбинации, постановка);
- наглядный (иллюстрация, демонстрация).

Создание и накопление методического материала позволяет результативно использовать учебное время, учитывать индивидуальный интерес обучающихся, воспитывать самостоятельность, позволяет осуществлять дифференцированный подход в обучении.

Успешное овладение данной индивидуальной образовательной программы, учитывая возраст обучающихся, поможет формированию следующих компетентностей:

Ценностно-смысловой компетенции:

- Формулировать свои ценностные ориентиры по отношению к окружающему, окружающим, самому себе;
- Владеть способами самоопределения в ситуациях выбора на основе собственных позиций; уметь принимать решения, осуществлять действия и поступки на основе выбранных целевых и смысловых установок.

Учебно-познавательной компетенции:

- Ставить цель и организовывать ее достижение, уметь пояснить свою цель;
- Организовывать планирование, анализ, рефлекссию, самооценку своей познавательной деятельности;
- Задавать вопросы к наблюдаемым фактам, обозначать свое понимание или непонимание по отношению к изучаемой теме.

Социокультурной компетенции:

- Определять свое место и роль в окружающем мире, в семье, в коллективе; владеть культурными нормами и традициями; владеть эффективными способами организации свободного времени;
- Иметь представление о разных системах социальных норм и ценностей в многонациональном, многокультурном обществе родного края;
- Владеть элементами художественно-творческих компетенций читателя, слушателя, исполнителя, зрителя и др.

Коммуникативной компетенции:

- Уметь представить себя;
- Уметь представить свой коллектив;
- Владеть способами взаимодействия с окружающими людьми;
- Владеть разными видами речевой деятельности (монолог, диалог)
- Владеть умением искать и находить компромиссы;
- Иметь позитивные навыки общения в поликультурном, полиэтническом и многоконфессиональном обществе родного края.

Информационной компетенции:

- Владеть навыками работы с различными источниками информации;
- Самостоятельно искать необходимую информацию;
- Быть внимательным слушателем и зрителем информации.

Периодических и здоровьесберегающих компетенций:

- Иметь позитивное отношение к своему здоровью;
- Знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной безопасности;
- Иметь многообразие двигательного опыта и уметь использовать его в массовых формах соревновательной деятельности, в организации активного отдыха и досуга;
- Уметь подбирать индивидуальные средства и методы для развития своих физических качеств.

Материалы и оборудование

Для проведения хореографических занятий необходимы следующие материалы и оборудование:

- станки;
- зеркала;
- ковровое покрытие;
- магнитофон;

- реквизиты для постановок танцевальных этюдов;
- пианино.

Форма одежды:

- для девочек – спортивный купальник на тоненьких бретельках (темного цвета), белые носочки, белая резинка на талию;
- для мальчиков – футболка, шорты – «велосипедки» (темного цвета), белые носочки;
- красиво гладко причесанная голова;
- балетки черные.

Нормативно-правовые акты и документы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242;
4. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СП 2.4.3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28).
5. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года в Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 г. // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р.
8. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 г №10).

Список литературы

Литература для педагога

1. Звездочкин В.А.: Классический танец. - Ростов на/Д: Феникс, 2003
- Курников Д.В. Современная хореография как средство саморазвития личности. // Вестник новосибирского государственного педагогического университета. 2012. № 2. Том 6. С. 87-91.

2. Кюль Т.: Энциклопедия танцев от А до Я. - М.: Мой мир, 2008
3. Лисицкая Т.С.: Хореография в гимнастике. - М.: Физкультура и спорт, 1984г.
4. Лопухов А.В.: Основы характерного танца. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007г.
5. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать» - М., 2003 г.
6. Кох М. «Основы сценического движения» - М., 2000 г.
7. Ветлугина Н. «Музыкальное развитие ребенка» - М., 1994 г.
8. Тарасов Н.Н.» Классический танец» М.,1981 г.
9. Выгодский Л.С. «Педагогическая психология» М.,1991г.
10. Асмолов А.Г. Личность как предмет психологи некого исследования — М., 1984г.
11. Базарова Н.П. Классический танец. — М., 1968г.
12. Брышкова Т. Азбука хореографии. — С.-Петербург, 1996г.
13. Белова Е. Ракурсы танца — М., 1972г.
14. Бекина СИ. и др. Музыка и движение. — М., 1984г.
15. Божович Л.И. Личность и ее формирование. — М.» 1968.
16. Ваганова Н. Основы классического танца. — М., 1980.
17. Васильева В. Танец. — М., 1968.
18. Выготский Л.С. Психология творчества. — М., 1976.
19. Головкина СМ. Уроки классического танца в старших классах. — М.,1989.
20. Гребенчиков СМ. Белорусские танцы. — М., 1978.
21. Жданов Л. Вступление в балет. — 1968.
22. Захаров Р, Сочинение танца. — М., 1989.
23. Зуев ЕИ. Волшебная сила растяжки.
24. Методическая разработка для преподавателей хореографических школ. Классический танец. — М., 1989.
25. Коваль М.Б. Внешкольные учреждения. Проблемы, перспективы. — М.: Институт развития личности, 1989.
26. Костровицкая В. Сто уроков классического танца. — Л_м 1986. .
- Лопухов Ф. Хореографические откровенности. — М., 1972.
27. Луцкая Е. Жизнь в танце. — М.: Искусство, 1986
28. Пасютинская В. Волшебный мир танца. — М., 1985.
29. Подольский И.Г. Педагогика. — М., 1996.
30. Преподавание хореографических дисциплин. Классический танец непрофессиональных коллективов. — Екатеринбург.
31. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Художественные кружки. — М., 1982.
32. Психология развивающейся личности / Под ред. А.В.Петровского — М.,

33. Руководство по растяжке связок и мышц. — М., 1990.
- Стуколкина М. Уроки характерного танца. Четыре экзерсиса. — М., 1972.
34. Стунникова И. Балет молодых. — Л., 1979.
35. Сауна Х. Латинский нарочный танец. — М., 1983.
36. Ткоченко Т.С Народный танеш Часть 1, часть 2. — М., 1973.
37. Ткоченко Т.С Работа с танцевальным коллективом. — М., 1958.

38. Раздрокина Л.Л.: Танцуйте на здоровье!. - Ростов на/Д: Феникс, 2007
39. Шипилина И.А.: Хореография в спорте. - Ростов на/Д: Феникс, 2004
40. Ваганова А. Я. Основы классического танца. - Л.: Искусство, 2005. - 208 с.
41. Никитин В. Ю. Стретчинг в профессиональном обучении хореографии : монография. - М., 2005. - 107 с.
42. Никитин В. Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. - М.: Один из лучших, 2006. - 253 с.
43. Полятков С. С. Основы современного танца. - Ростов н/Д.: Феникс, 2006. - 80 с.
44. Шорыгина Т.А. Беседы о характере и чувствах. Методические рекомендации. – М.: ТЦ Сфера, 2013

45. П. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В, Кветная "Учите детей танцевать", М., 1997
46. И. Кох "Основы сценического движения", М., 2000
47. Н. Ветлугина "Музыкальное развитие ребенка", М., 1994
48. С. Руднев, Э. Фиш "Ритмика. Музыкальное движение", М., 1999
49. Материалы из статей журнала «Пятипа».
50. С. Бекина «Музыка в движении».
51. В. Константиновский «Учить прекрасному».
52. Я. Пономарем «Психология творчества и педагогика».
53. О.В. Подтуданская «Программа школы-студии эстрадного танца «Саманта».
54. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000.

Литература для обучающихся

1. Журнал для детей "Студия для будущих звезд".
2. Журнал для детей "Начинаем танцевать".
3. Журнал для детей "Танцуем без перерыва".

Литература для родителей

1. Т. Васильева "Секрет танца", М., 1993

2. Р. Череховская "Танцевать могут все"
3. Журналы для детей Студия для будущих звезд", "Начинаем танцевать", "Танцуем без перерыва"
4. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
5. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
6. Музыкальная ритмика. Учебно-методическое пособие [Затямина Т.А.](#), [Стрепетова Л.В.](#) Изд.: Глобус, 2013 144с.