|  |
| --- |
| **Министерство образования Омской области****Бюджетное учреждение Омской области дополнительного образования** **«Центр духовно-нравственного воспитания «Исток»** |
| Рекомендована к реализациинаучно-методическим советомБУ ОО ДО «ЦДНВ «Исток» Протокол № \_\_\_от \_\_\_\_\_2024 г. | УТВЕРЖДАЮДиректор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н. Е. АндриановаПриказ № \_\_от \_\_\_\_\_\_\_ 2024г.  |
|  |  |
| **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа****художественной направленности****«Ритмика и танец»** |
|  |
|  |
| Возраст обучающихся: | 7-10 лет |  |
|  |  |  |
| Срок реализации: | 1 год |  |
| Трудоемкость в год |  144 ч |  |
| Уровень |  стартовый |  |
|

|  |
| --- |
| Составитель:Парфёнова Александра Романовна,педагог дополнительного образования |
|   |

 |
|  |
| ОМСК, 2024 |

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Пояснительная записка | 3 |
| 2. | Учебно-тематический план | 6 |
| 3. | Содержание программы | 6 |
| 4. | Контрольно-оценочные средства  | 10 |
| 5. | Условия реализации программы | 14 |
| 6. | Список литературы | 18 |

**Пояснительная записка**

Хореографическое искусство – массовое искусство, доступное всем. Благодаря систематическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Занятия хореографией способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

 Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец», имеет художественную направленность, реализуется в хореографическом коллективе «Ритм», предназначена для занятий с детьми 7–10 лет, рассчитана на 1 год обучения.

*Актуальность* программы определяется положительным влиянием хореографии на физическое и психическое развитие учащихся. Занятия гимнастикой, ритмикой и танцем (хореографией) помимо физического развития решают задачи эстетического и духовного воспитания детей. Оказывая влияние на развитие эмоциональной сферы ребенка, совершенствуя его физически и воспитывая духовно, занятия гимнастикой, ритмикой и танцем способствуют раскрытию творческого и познавательного потенциала, дают импульс к самосовершенствованию и постоянному личностному росту.

Парфенова А.Р.

ДООП *«Ритмика и танец»*

Целевая группа 7-10 лет

Уровень сложности: стартовый

Трудоемкость программы – 216 часов

**Цель программы** - развивать музыкально-ритмические и двигательно-танцевальные способности учащихся в процессе овладения искусством хореографии.

**Задачи:**

− знакомить с хореографическими понятиями, учить основам музыкальной грамоты;

− учить воспринимать музыкальные произведения и двигаться в соответствии с музыкой;

− учить ориентироваться в пространстве класса, зала, сцены;

− приобщать учащихся к мировой танцевальной культуре;

− развивать артистизм; эмоциональную сферу;

− развивать коммуникативные способности учащихся, самостоятельность в общении;

− развивать физические данные, укреплять здоровье учащихся.

**Планируемые результаты:**

**Личностные результаты:**

**-** сформированная самооценка, осознание своих возможностей;

**-** проявлять любознательность и интерес к предмету ритмики;

**-** слаженно исполнять танцевальные композиции в коллективе.

**Метапредметные результаты:**

**Регулятивные:**

**-** принимать музыкально – исполнительскую задачу и инструкции педагога;

**-** принимать позицию исполнителя музыкально – ритмических упражнений, композиций, танцев;

**-** воспринимать мнение и предложения сверстников.

**Познавательные:**

**-** использовать простые термины, основные музыкальные и хореографические теоретические понятия;

**-** ориентироваться в материале предмета ритмики;

**-** понимать содержание музыки, форму музыкального произведения.

**Коммуникативные:**

**-** принимать участие в коллективной музыкально-ритмической деятельности;

**-** использовать простые речевые средства для передачи мелодии, при исполнении движений под музыку;

**-** следить за действиями других участников в процессе музыкально – ритмической деятельности.

**Предметные результаты:**

**-** различать музыку разных жанров: песни, танцы и марши;

**-** отличать русские народные песни и пляски от музыки других народов;

**-** выразительно исполнять музыкально – ритмические задания, упражнения, композиции, игры;

**-** воспринимать темповые (медленно, умеренно, быстро), динамические (громко, тихо) особенности музыки;

**-** развивать у детей творческое мышление и воображение в заданиях по созданию музыкально – ритмических игр, этюдов, танцевальных композиций.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (пример заполнения утп)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел / Тема занятия** | **Количество часов** |
| **1** | **Введение.** | **2** |
| 1.1 | Вводное занятие …. | 2 |
| **2** | **Раздел.** | **8 (например)** |
| 2.1 | Изучение темы: «…  | 2 |
| 2.2 | Изучение основ …. | 2 |
| 2.3 | Изучение техники: …. | 2 |
| 2.4 | Изучение упражнений … | 2 |
| 2.5 | Изучение… | 2 |
| 2.6 |  | 2 |
| 2.7 |   | 2 |
| 2.8 |  | 2 |
| 2.9 |  |  |
| **3** | **Раздел…** |  |
| 3.1  | Изучение … |  |
| 3.2 |  |  |
| 3.3 |  |  |
| 3.4 |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Учебно-тематическое планирование 1 года обучения(перенести в зеленый план утп темы и разделы по шаблону)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование раздела, темы занятия** | **Всего** |
| **1.** | **Вводное занятие. Техника безопасности.** | **2ч** |
| **2.** | **Раздел 1. Основы партерной гимнастики** | **18ч** |
| **3.** | **1.1.Знакомства с основами образно-игровой партерной гимнастики** | **6** |
| **4.** | **1.2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса** | **4** |
| **5.** | **1.3. Знакомства с техникой исполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника** | **6** |
| **6.** | **1.4. Знакомства с основными элементами акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках** | **4** |
| **7.** | **1.5. Знакомства с техникой исполнения упражнений на растяжку и развитие танцевального шага** | **8** |
| **8.** | **Раздел 2. Знакомство с азбукой ритмики** | **10ч** |
| **9.** | **2.1. Знакомство с основными выразительными средствами музыки** | **2** |
| **10.** | **2.2. Музыкально-танцевальные игры** | **4** |
| **11.** | **2.3. Танцевальные этюды** | **2** |
| **12.** | **2.4.Подготовительный комплекс упражнений на ковриках** | **2** |
| **13.** | **Раздел 3. Основы актерского мастерства.(раздел не может идти за разделом)**  | **8ч** |
| **14.** | **Раздел 4. Растяжка всех групп мышц**  | **10ч** |
| **15.** | **Тема 4.1 Растяжка мышц шеи, плечевого сустава и верхних и нижних конечностей**  | **6** |
| **16.** | **Тема 4.2 Растяжка спинного отдела и поясничного отдела.** | **2** |
| **17.** | **Тема 4.3 Растяжка тазобедренного сустава и стоп, на хореографическом станке**  | **2** |
| **18.** | ***Раздел 5«Воспитательные культурно-образовательные события, ориентированные на формирование духовно-нравственных ценностей»*** | **36ч** |
| **19.** | **Раздел 6. Кросс** | **8ч** |
| **20.** | **Тема 6.1 Передвижение в пространстве** | **4** |
| **21.** | **Тема 6.2 Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц** | **4** |
| **22.** | **Раздел 7. Знакомство с классическим станком и основных позиций (позиции рук и ног, позы эфассе, экарте, эпольман, арабески)**  | **2ч** |
| **23.** | **Раздел 8. Классический экзерсис у станка**  | **16ч** |
| **24.** | **Тема 8.1 Изучение demi plie, grand plie, releve** | **4** |
| **25.** | **Тема 8.2 Изучение battement tenduи battement tendujete** | **4** |
| **26.** | **Тема 8.3 Изучение rond de jamp par terre и battement fondu** | **4** |
| **27.** | **Тема 8.4 Изучение grand battement** | **4** |
| **28.** | **Раздел 9. Кроссы в стиле контемпорари** | **6ч**  |
| **29.** | **Тема 9.1 Знакомство с кроссами в современном танце по по диагонали**  | **2** |
| **30.** | **Тема 9.2 Знакомство с кроссами в современном танце в партере**  | **2** |
| **31.** | **Тема 9.3 Изучение танцевальной комбинации**  | **2** |
| **32.** | **Раздел 10. Прыжки в современном танце**  | **8 ч** |
| **33.** | **Тема 10.1 Знакомство с прыжком «кабриоль»**  | **2** |
| **34.** | **Тема 10.2 Знакомство с прыжком с прогибом назад**  | **2** |
| **35.** | **Тема 10.3 Знакомство с прыжком «гранд жете»** | **2** |
| **36.** | **Тема 10.4 Знакомство с прыжом «боковой казачок»** | **2** |
| **37.** | **Раздел 11. Знакомство с особенностями импровизации в стиле современного танца** | **12ч** |
| **38.** | **Раздел 12. Профориентационный компонент.** | **8ч** |
|  | **ИТОГО**  | **144** |

**Содержание программы**

* 1. **Вводное занятие 2 ч**

**(пример оформления содержания занятий) исключить дистанц. Обуч. В содержании**

**Понятия и термины:** техника безопасности, буква, звук, алфавит, книга.

 **Виды деятельности обучающегося.**

 (ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ( ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОС : «ЧТО ДЕЛАЕТ?»)

Играет в ознакомительные игры «Давайте познакомимся!», «Расскажи о себе». Изучает правила поведения на занятиях, правила внутреннего распорядка «Истока». Слушает инструктаж по ТБ. Участвует в беседе о деятельности детского объединения «Читалочка». Участвует в составлении плана работы «О чем интересном мы узнаем».

*Изучает понятия о том как нужно правильно знакомиться и здороваться.*

*Изучает вежливые слова, правила хороших манер.*

Рефлексия. На занятии проводится входной мониторинг.

**Форма организации учебного занятия**: занятие-путешествие.

**Формы организации учебной деятельности**: групповая, индивидуальная.

**Форма контроля:** задание «название», тест или вопросы «название»

Знакомство коллектива с новенькими детьми, с направлением работы объединения и о будущих перспективах деятельности объединения, обзорная экскурсия по ЦДНВ «Исток» с учениками данного объединения. Коллективная игра «Что я должен знать» (формулирование правил поведения в коллективе, знакомство с правилами поведения в Центре, инструктаж по ТБ во время занятий, правила поведения во время следования на занятия, правила поведения в ЧС)

**Раздел 1. Основы партерной гимнастики – 18 часов**

**1.1.Знакомства с основами образно-игровой партерной гимнастики – 6 часов**

**Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.**

**Задачи: Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; укрепление «мышечного**

**корсета»**

**1.2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости,**

**формирование мышц брюшного пояса – 4 часов**

**Упражнения партерного тренажа включают в себя упражнения, направленные на**

**растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.**

**- медленный подъем ног вверх в положении лежа;**

**- упражнение «складочка»;**

**- упражнение «уголок»;**

**- упражнение на верхний пресс;**

**- упражнение на нижний пресс.**

**Задачи: развивать у детей «мышечное чувство» – сознательное отношение к своим**

**движениям; развивать необходимые двигательные навыки и умения.**

**1.3. Знакомства с техникой исполнения упражнений для развития гибкости плечевого и**

**поясного суставов, подвижности позвоночника – 6 часов**

**Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов,**

**подвижности позвоночника:**

**- упражнение «качалка»;**

**- упражнение «лодочка»;**

**- упражнение «дельфиненок»;**

**- упражнение «коробочка»;**

**- упражнение «кошечка»;**

**- упражнение «змейка»;**

**- наклоны назад в положении лежа и сидя.**

**Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности:**

**- упражнение «бабочка»;**

**- упражнение «лягушка»;**

**- наклоны в положении «разножка»;**

**- упражнение на выворотность стоп по 1-й позиции.**

**Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности**

**позвоночника:**

**- упражнение «качалка»;**

**- упражнение «лодочка»;**

**- упражнение «дельфиненок»;**

**- упражнение «коробочка»;**

**- упражнение «кошечка»;**

**- упражнение «змейка»;**

**- наклоны назад в положении лежа и сидя.**

**1.4. Знакомства с основными элементами акробатики: мостик, колесо, стоечка на**

**лопатках – 4 часов**

**Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного**

**пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты. Выполнение индивидуальных трюков: «колесо», «стоечка на**

**лопатках», «мостик».14**

**1.5. Знакомства с техникой исполнения упражнений на растяжку и развитие**

**танцевального шага – 8 часов**

**Упражнения для развития подвижности стоп:**

**- натяжение и сокращение стоп;**

**- круговые движения;**

**- работа стопами**

**Упражнения на растяжку и развитие танцевального шага:**

**- растяжка на шпагат в положении лежа на спине;**

**- растяжка на шпагат в положении лежа на животе;**

**- растяжка на шпагат в положении лежа на боку**

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с стилем бродвейский джаз, показ видео фрагмент стиля, показ мультемидийной презентации.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Раздел 2. Знакомство с азбукой ритмики - 10 часов**

**2.1. Знакомство с основными выразительными средствами музыки – 2 часов**

**Включает в себя знакомство с основными выразительными средствами музыки (темп,**

**характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр). А также рассматривается понятие**

**танцевального движения – его длительность, характер, настроение, темп. Выявляется взаимосвязь**

**музыки и движения – совместное вступление и окончание мелодии и танцевального движения,**

**передача единого характера и настроения.**

**2.2. Музыкально-танцевальные игры – 4 часов**

**Ориентация в пространстве танцевального зала; развитие интереса отразить в пластике**

**различные образы. Творческий поиск. Освоение актёрской игры, мимики. Релаксация.**

**Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуси», «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки»,**

**«Волшебный остров», «Гусеница», «Сделай сам- покажи другим», «Паровозики», «Весёлый поход»,**

**«Морская фигура», «Зеркало».**

**2.3. Танцевальные этюды-2 часов**

**Включает в себя разучивание танцевальных этюдов, композиций и танцев. А также**

**самостоятельную этюдную работу. Задачи развивать творческие способности детей; умение**

**создавать танцевальные образы самостоятельно, используя полученные навыки и умения; развивать**

**наблюдательность зрительную, мышечную и эмоциональную память.**

**2.4. Подготовительный комплекс упражнений на ковриках – 2 часов**

**Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения по исправлению**

**недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.***Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, индивидуальная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с элементом стойка на руках, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Раздел 3 Знакомство с особенностями импровизации в стиле джазового танца 8ч**

**Очно:**

Самостоятельная работа обучающихся над импровизацией. Сочетание танцевальных стилей: классический джаз, бродвейский джаз, афро-джаз, как в отдельно друг от друга, так и совместно с базовыми элементами, в одну единую композицию.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, коллективная, самостоятельная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с особенностями импровизации в стиле джазового танца, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Раздел 4. Растяжка всех групп мышц 10ч**

**Тема 4.1 Растяжка мышц шеи, плечевого сустава и верхних и нижних конечностей 6ч**

**Очно:**

Групповое выполнение упражнений на растяжку шеи, плечевого сустава и рук стоя и лежа на партере. Форма контроля рефлексия.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, коллективная.

**В дистанционной форме:**

Растяжка мышц шеи, плечевого сустава и верхних и нижних конечностей, видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 4.2 Растяжка спинного отдела и поясничного отдела.2ч**

**Очно:**

Коллективное разучивание упражнений на расслабление мышц спины и поясницы сидя и лежа на партере: поза ребенка, четверка, скручивание, выпады, разведение ног по 2 широкой позиции, складка, довольный ребенок; групповая отработка упражнений. Форма контроля: рефлексия.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, коллективная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с растяжкой спинного отдела и поясничного отдела, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 4.3 Растяжка тазобедренного сустава и стоп, на хореографическом станке 2ч**

**Очно:**

Расслабление мышц стоп и тазобедренного сустава, растягивать их сидя на партере и стоя на классическом станке (бабочка, угол, лягушка, шнур, паучок, ноги на станке на 90 градусов с различными поворотами и разворотами, броски ногами на 90 и 180 градусов по диагонали). Работа по подгруппам. Форма контроля: рефлексия.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, индивидуальная, коллективная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с растяжкой тазобедренного сустава и стоп, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

***Раздел 5 «Воспитательные культурно-образовательные события, ориентированные на формирование духовно-нравственных ценностей» 36ч***

***Пример:***

***Цель занятия: повысить адаптивные возможности ребенка путем выступления перед аудиторией.***

***Задачи:***

1. *Обучающая: Научить уверенно держаться на сцене;*
2. *Развивающая: способствовать развитию хореографических навыков, сценического мастерства;*
3. *Воспитательная: Оценивать свои силы, обстановку в зале.*

**Раздел 6. Кросс -8 часов**

**6.1. Передвижение в пространстве – 4 часов**

**- вращение как способ передвижения в пространстве.**

**- комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.**

**- соединение шагов с изолированными движениями двух центров.**

**- развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней,**

**различных способов вращений и прыжков.**

**- понятие «кач» как основа пластической характеристики хип-хопа.**

**- движения рук (сгибания в плечевом, локтевом, кистевом суставах).**

**- броски ног в различные направления с наклоном корпуса в противоположную сторону.**

**- соскоки по выворотным и завернутым позициям на всей стопе и на полупальцах.**

**- переходы из параллельных позиций ног в широкие выворотные и «in» позиции.**

**- прыжки с раскрыванием ног и поворотами в воздухе.***Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая отработка заданных упражнений.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с основными элементами разогрева в современном танце, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 6.2 Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев – 4 часов**

**необходимых групп мышц**

**Отличается от многих разминок тем, что выполняется под музыку, т.е. изучение**

**танцевальных элементов начинается уже в разминке.16**

**Изучаемые элементы разминки:**

**- движения головы. Соединение движений головы с движениями других центров;**

**- плечи: комбинация из движений, изученных ранее, разные по ритму комбинации;**

**- грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскостях, соединение**

**в комбинации движений;**

**- контракция (сокращение);**

**- прыжки.**

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая и индивидуальная работа.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с партерным разогревом в современном танце, показ видео фрагмент стиля, показ мультемидийной презентации.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Раздел 7. Знакомство с классическим станком и основных позиций (позиции рук и ног, позы эфассе, экарте, эпольман, арабески) 2ч.**

**Очно:**

Разогрев в стиле современного танца. Групповое изучение на хореографическом станке позиции ног (1,2,3,4,5), изучение позиций рук (подготовительная,1,2,3),позы эфассе, экарте, эпольман, 2 вида арабеска. Форма контроля: рефлексия, выполнение контрольных упражнений, педагогическое наблюдение. Взаимооценка.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с классическим станком и основными позициями, показ видео фрагмент стиля, показ мультемидийной презентации.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Раздел 8. Классический экзерсис у станка 16ч.**

**Тема 8.1 Изучение demi plie, grand plie, releve 4ч**

**Очно:**

Разогрев в стиле современного танца. Изучение экзерсиса на хореографическом станке demiplie, grandplie, releve. Повтор пройденного материала по позициям рук и ног и применение их с изученными элементами. Составление комбинации с применением изученного материала. Проверка знаний по терминологии с помощью игровой формы и опроса. Форма контроля: рефлексия, выполнение контрольных упражнений, педагогическое наблюдение, игра, опрос, взаимооценка.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, коллективная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с элементами классического экзерсиса, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 8.2 Изучение battement tendu и battement tendu jete 4ч**

**Очно:**

Разогрев в стиле современного танца. Изучение экзерсиса на хореографическом станке battement tendu battement tendu jete. Работа по подгруппам со сменным составом. Составление комбинации с применением изученного материала. Проверка своих знаний по терминологии с помощью игровой формы и опроса. Форма контроля: рефлексия, выполнение контрольных упражнений, педагогическое наблюдение, игра, опрос, взаимооценка.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, коллективная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с элементами классического экзерсиса, показ видео фрагмент стиля, *Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 8.3 Изучение rond de jamp par terre и battement fondu 4ч.**

**Очно:**

Практическое занятие. Разогрев в стиле современного танца. Изучение экзерсиса на хореографическом станке rond de jamp parterre и battement fondu . Работа по подгруппам со сменным составом и индивидуальная работа обучающихся. Составление комбинации с применением изученного материала. Проверка знаний по терминологии с помощью игровой формы и опроса. Форма контроля: рефлексия, выполнение контрольных упражнений, педагогическое наблюдение, игра, опрос.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, коллективная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с элементами классического экзерсиса, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 8.4 Изучение grand battement 4ч**

**Очно:**

 Повторение разогрева в стиле современного танца. Изучение экзерсиса на хореографическом станке grand battement. Групповая и индивидуальная работа. Составление комбинации с применением изученного материала. Проверка знаний по терминологии с помощью игровой формы и опроса. Видеосъемка данного раздела и анализ вместе с обучающимися. Форма контроля: рефлексия, выполнение контрольных упражнений, педагогическое наблюдение, игра, опрос.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, коллективная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с элементами классического экзерсиса, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Раздел 9. Кроссы в стиле контемпорари 6ч.**

**Тема 9.1 Знакомство с кроссами в современном танце по по диагонали 2ч.**

**Очно:**

 Отработка разогрева в стиле современного танцы. Отработка классического экзерсиса у станка. Изучение кроссов по диагонали (Flat back, Curve, Arch, Lay out , Contraction, release, High release). Закрепление пройденного материала в форме игры на поверку терминологии. Форма контроля: рефлексия, выполнение контрольных упражнений, педагогическое наблюдение.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, коллективная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство **с кроссами в современном танце по по диагонали** показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 9.2 Знакомство с кроссами в современном танце в партере 2ч.**

**Очно:**

Отработка разогрева в современном танце. Отработка классического экзерсиса у станка. Изучение кроссов в партере. Выполнение контрольных упражнений. Проверка группы в форме опроса. Форма контроля: рефлексия, выполнение контрольных упражнений, педагогическое наблюдение.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, коллективная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство **с кроссами в современном танце в партере,** показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 9.3 Изучение танцевальной комбинации 2ч.**

**Очно:**

Отработка разогрева в современном стиле. Отработка классического экзерсиса у станка. Отработка кроссов в партере и по диагонали. Изучение танцевальной комбинации с помощью пройденных тем. Индивидуальная работа. Проверка знаний в форме игры и опроса по терминологии. Видеосъемка данного раздела и анализ вместе с обучающимися. Форма контроля: рефлексия, выполнение контрольных упражнений, педагогическое наблюдение. Взаимооценка.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, индивидуальная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с танцевальной комбинации в современной хореографии, показ видео фрагмент стиля, показ мультемидийной презентации.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

 **Раздел 10. Прыжки в современном танце 8ч.**

**Тема 10.1 Знакомство с прыжком «кабриоль» 2ч.**

**Очно:**

Разогрев в современном танце. Повторение классического экзерсиса у станка и кроссов в партере и по диагонали. Демонстрация прыжка педагогом, показ видеоматериала. Изучение прыжка «кабриоль» в форме игры. Индивидуальная отработка прыжка. Само и взаимо оценка, педагогическое наблюдение.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, индивидуальная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с прыжком кабриоль, показ видео фрагмент стиля, показ мультемидийной презентации.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

 **Тема 10.2 Знакомство с прыжком с прогибом назад 2ч.**

**Очно:**

Разогрев в современном танце. Повторение классического экзерсиса у станка и кроссов в партере и по диагонали. Демонстрация прыжка педагогом. Изучение прыжка с прогибом назад в форме игры. Индивидуальная отработка прыжка. Само и взаимо-оценка.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная*.*

**В дистанционной форме:**

Знакомство с прыжком с прогибом назад, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 10.3 Знакомство с прыжком «гранд жете» 2ч.**

**Очно:**

Разогрев в современном стиле. Повторение классического экзерсиса у станка и кроссов в партере и по диагонали. Демонстрация прыжка педагогом. Изучение прыжка «гранд жете». Проверка группы в форме опроса. Индивидуальная отработка прыжка. Само и взаимо оценка.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с прыжком гранд жете, показ видео фрагмент стиля, показ мультемидийной презентации.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Тема 10.4 Знакомство с прыжком «боковой казачок» 2ч.**

**Очно:**

Разогрев в современном стиле. Повторение классического экзерсиса у станка и кроссов в партере и по диагонали. Демонстрация прыжка педагогом. Изучение прыжка «боковой казачок»» в форме игры. Индивидуальная отработка прыжка. Само и взаимо оценка, педагогическое наблюдение.

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, индивидуальная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с прыжком боковой казачок, показ видео фрагмент стиля, показ мультемидийной презентации.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Раздел 11. Знакомство с особенностями импровизации в стиле современного танца. 12ч**

**Очно:**

Самостоятельная работа обучающихся над импровизацией. Сочетание изученного материала, в одну единую композицию

*Форма организаций занятий:* практические занятие.

*Форма организации деятельности обучающихся:* Групповая, индивидуальная.

**В дистанционной форме:**

Знакомство с импровизацией в стиле современного танца, показ видео фрагмент стиля.

*Форма организаций занятий:* работа с раздаточным материалом, видео материалом.

*Форма организации деятельности обучающихся:* индивидуальная, самостоятельная.

**Профориентационный компонент.**

 **Пояснительная записка**

Программа «Ритмика и танец» направлена на организацию детей в целях их оздоровления и развития, а также профориентацию.

 **Образовательный процесс** – эффективно построенная система по самореализации личности ребенка, через включение его в различные виды деятельности с целью формирования представления о мире профессий, связанных с танцевальным миром, хореографическим искусством, в целях получения первичных практических умений, которые в будущем могут оказать большое влияние на предпрофильную подготовку и профессиональное самоопределение личности.

 **Цель программы**: содействие формированию у участников ценностного отношения к труду, понимание его роли в жизни человека и общества путем раннего профориентирования для детей 7-9 лет и формирования первоначальных знаний и умений учащихся по профессиям «хореограф», «танцор», «балетмейстер» и др..

 **Задачи программы**: Обеспечивать комплекс условий, способствующих раннему профориентированию и определению предпрофильной подготовки, сохранению и укреплению здоровья детей

 **Принципы**деятельности педагога по реализации программы:

1. Принцип самореализации детей предусматривает: осознание ими целей и перспектив предполагаемых видов деятельности; добровольность включения детей в ту или иную деятельность, создание ситуации успеха; поощрение достигнутого;

2. Принцип включенности детей в социально значимые отношения предусматривает: обеспечение гарантии свободного выбора деятельности и права на информацию; создание возможностей переключения с одного вида деятельности на другой;

3. Принцип взаимосвязи педагогического управления и детского самоуправления предусматривает: приобретение опыта организации коллективной деятельности и самоорганизации в ней; защиту каждого члена коллектива от негативных проявлений и вредных привычек, создание ситуаций, требующих принятия коллективного решения; формирование чувства ответственности за принятое решение, за свои поступки и действия;

4. Принцип сочетания оздоровительных, развивающих, воспитательных и развлекательных мероприятий предусматривает: режим дня, обеспечивающий разумное сочетание всех видов деятельности, взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематического дня;

5. Принцип гуманизации отношений (построение отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху);

6. Принцип дифференциации воспитания (отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с возрастными и индивидуально – психологическими особенностями детей);

7. Принцип сопричастности («этого достигли ребята, это им нужно – значит, это доступно и нужно мне»);

8. Принцип личной ответственности («я отвечаю за последствия своей деятельности для других людей и для природы»);

9. Принцип уважения и доверия;

10. Принцип безопасности.

 **Основными методами** организации деятельности являются:

• Коллективная творческая деятельность (КТД);

• Тренинг;

• Репетиция;

• Игра (сюжетно – ролевые профессионально – ориентированного характера, спортивные, интеллектуально – познавательные и т.д.).

• Экскурсии.

 **В основе реализации программы** лежит **профориентационное направление деятельности**: экскурсионная деятельность в учреждения города, где работают люди смежных профессий с «хореографами» и «танцорами»: …… и встречи со специалистами этих учреждений; профориентационные игры; профориентационные мероприятия.

Информационно-ознакомительные блоки «Введение в специальность» (показ слайдов о профессиях и специальностях); конкурсные программы.

 Невозможна полноценная реализация программы без **содержательно-досугового направления**: организации массовых мероприятий – праздников, игр, конкурсов, шоу-программ.

 **Ожидаемые результаты** реализации программы.

1. Имеет представление о профессии «хореограф», «танцор» и др., о практических умениях специалистов данной профессии и смежных специальностей. В рамках занятий приобретает определенный элементарный опыт профессиональных действий.

2. Способен самореализоваться в личностно-значимой деятельности:

* осуществлять коллективную и индивидуальную деятельность;
* подготовить и показать танцевальный этюд;
* стать участником танцевального представления, флэш-моба, баттла;
* уметь применить полученные практические умения в ходе профессиональных проб в реальной действительности.

3. Любознательный, активно и заинтересованно познающий мир.

4. Владеющий навыками сотрудничества и взаимодействия.

5. Выполняющий правила здорового и безопасного поведения для себя и окружающих.

***Для мониторинга*** результативности реализации программы используются проведение и участие в мастер-классах, творческих мастерских, совместные работы детей, педагогов, родителей, педагогов, итоговый концерт.

***Формы работы по программе*** универсальны, могут использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья, в образовательных учреждениях разного типа (общеобразовательных, дополнительного образования и т.д.).

Возраст участников программы: 7 – 9 лет.

**Материально-технические условия реализации программы**:

* Компьютер или ноутбук,
* Магнитофон,
* Проектор,
* Звукоусиливающие колонки,
* Актовый зал с мультимедийным оборудованием, оборудованный комнатой для переодевания, зеркалами, опорами для хореографии.

**Календарный план реализации программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 40 мин. | Игра - путешествие: «Дорога в страну профессий» | Познакомить ребят с миром профессий различных видов деятельности: «Профессии охраны порядка и безопасности», «Профессии неба»; «Профессии тканей и ниток»; «Вкусные профессии»: «Профессии транспорта»; «Профессии охраны здоровья и медицины»; «Профессии художественного слова». Подготовка творческих номеров на открытие. |
| 40 мин. | Праздник цветов | Игровая программа «Цветочный этикет».Составление икебаны, плетение венков. Мастер-класс «Ромашка из бумажки». Танцевальные этюды на тему цветов. |
| 40 мин. | Профориентация. Работа в кружках (парикмахерское искусство, оригами, ИЗО, валяние) | Посещение мастер-классов. Определение своих интересов и склонностей. Оборудованные кабинеты. Необходимый инвентарь. Экзерсисы у станка. |
| 40 мин. | День любви, семьи и верности | Поддержание традиций семьи.Познавательное мероприятие. Просмотр слайдов, показ сценок, чтение стихов. Танцевальные этюды на тему любви. |
| 40 мин. | День творчества | Развить творческие способности детей, выявление лидерских качеств. Игра «Мим-шоу». «Ажиотаж интересных дел». Упражнения на пластику и мимику. |
| 40 мин. | День театра | Знакомство с профессиями театра: режиссер, актер, костюмер, звукооператор, гардеробщик, осветитель, ди-джей. Экскурсия в филармонию. Конкурс актерского мастерства. Игра «Способности актера». Танцевальные этюды-образы. |
| 40 мин. | День семейных профессий | Укрепление семейных традиций. Расширение знаний о мире профессий. Конкурс рисунков на асфальте «Дерево семейных профессий». Рассказ родителей о своей профессии. Мини-сочинение «Кем я хочу быть». Танцевальный кросс. |
| 40 мин. | День хореографии | Знакомство с профессией «хореограф». Составление профессиограммы. Мастер-классы по хореографии. |
| 40 мин. | Работа в кружках | Мастер-классы. Презентация результата работы в кружках. Серия этюдов. |
| 40 мин. | День музыканта | Популяризация профессии «Музыкант».Творческое задание «Фея музыки», показ слайдов и составление профессиограммы.Игра «Внимательный дирижер». |
| 40 мин. | День мастера | репетиция итоговых номеров для заключительного концерта. |

**Контрольно – оценочные средства**

Мониторинг образовательных результатов по программе осуществляется в течение года и имеет следующую структуру: стартовая диагностика (для первого года обучения), текущая диагностика, промежуточная диагностика, итоговая диагностика (Таблица 1).

Текущая диагностика проводится в течение учебного года по темам и разделам программы, не предполагает фиксацию результатов в итоговых диагностических картах.

Процедура проведения итоговой педагогической диагностики может проводиться на одном или на нескольких занятиях. Формы проведения таких занятий: игра, соревнование, итоговое занятие.

**Формы промежуточной аттестации:** выполнение контрольных упражнений.

Выявление развития коммуникативных УУД осуществляется через концертную деятельность; отслеживание личностного развития детей методом наблюдения.

Таблица №1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Виддиагностическихпроцедур | Цель, задачи | Объект контроля |
| 1 | Входная диагностика | Выявлениеметапредметных,личностных УУД,необходимых длязанятий по программе | Оценка предметных,метапредметных,личностныхУУД |
| 2 | Текущаядиагностика | Контроль результатовОсвоения разделов(модулей), тем программы | Оценка образовательных результатов по разделам,темам |
| 3 | Промежуточный | Контроль промежуточныхРезультатов освоенияпрограммы | Оценка планируемыхрезультатов |
| 4 | Итоговаядиагностика | Контроль результатовосвоения программы | Оценка планируемыхрезультатов за год (поуровням) |

Оценивание сформированности личностных, метапредметных, предметных универсальных учебных действий производится по трем уровням освоения образовательных результатов дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы на основании демонстрация показателей и критериев освоения планируемых результатов, представленных в Информационной карте, фиксируется в Индивидуальной диагностической карте сформированности личностных, предметных, метапредметных универсальных учебных действий

В итоговой ведомости учета освоения личностных, метапредметных, предметных результатов освоения программы фиксируются уровни освоения программы обучающимися группы, выводится средний показатель освоения обучающимися образовательных результатов программы.

**Список литературы**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования обучающихся (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 г. № 1726-р).
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008).
4. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования обучающихся» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41).
5. Авдулова Т. П. Возрастная психология: учебное пособие / Т.П. Москва: Академия, 2014. – 185 с.;
6. Алиева С.В. Социальная педагогика: Учебное пособие / С.В. Алиева. - М.: Дашков и К, 2013. - 424 c.;
7. Азбука классического танца. Первые три года обучения : Учебное пособие /Надежда Базарова, Варвара Мей , 1983 год;
8. Бурцева Г.В. Джаз танец. История, Теория. Практика. Барнаул,1994 г.
9. Бурцева Г.В., Байкова А.П. Стили и техники джаз-танца. Барнаул,1998 г.
10. Бурцева Г.В., Филиппова В.Н. Теория и методика преподавания джаз-танца. Барнаул,2002 г.
11. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. М, 1990 г.
12. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. Челябинск, 1996 г.
13. Основы классического танца: Учебное пособие/ А.Я. Ваганова, 2007 год, издательство Лань;
14. Основы характерного танца: Учебное пособие/ №20 в Опера, балет , 2007 год, Лань, Планета музыки;
15. "Основы современного танца": Учебное пособие/ С.С.Поляков, 2006г., Ростов-на-Дону;
16. Танец модерн. Пособие для начинающих: Учебное пособие/ Н. А. Александрова, В. А. Голубева, 2011 год, Издательство: Лань, Планета музыки;
17. Секрет танца: Учебное пособие/ Опера, балет, 1997 год, Издательство: ДИАМАНТ;
18. «Основы современного танца»: Учебное пособие/ С.С. Полятков, 2006 год, Издательство: Феникс;
19. "Растягивайся и расслабляйся": Учебное пособи/ М.Тобаас, М.Стюарт, 1994г.;
20. "Самоучитель клубных танцев: Funk, Trance, House": Учебное пособие/ Володина О.В. Анисимова Т.Б. 2005г. Ростов-на-Дону;

Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем: Учебное пособие / Вихрева Н., 2004 год, Издательство:М.: Театралес.