МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГООБРАЗОВАНИЯ
«ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА»
г. Ефремова Тульской области

МЕТОДИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ

МКУДО "ДДЮТ"

Подписан: МКУДО "ДДЮТ"
DN: E=ddt.efremov@tularegion.org, СНИЛС=03385527158, ОГРН=1027102872092, ИНН=007113006278, C=RU, S=Тульская область, L=г. Ефремов, STREET=ул. Свердлова д. 45, OU=0, O="МКУДО ""ДДЮТ""", OID.1.2.840.113549.1.9.2=" INN=007113006278KPP=711301001/OGRN=1027102872092", T=Директор, CN="МКУДО ""ДДЮТ""", G=Валентина Васильевна, SN=Гладких
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение:
Дата: 2021-09-10 16:39:56
Foxit Reader Версия: 9.1.0

УТВЕРЖДЕНА
С ИЗМЕНЕНИЯМИ И ДОПОЛНЕНИЯМИ
РЕШЕНИЕМ ПЕДСОВЕТА
ДИРЕКТОР МКУДО «ДДЮТ»В.В.ГЛАДКИХ

ПРИКАЗ № 75-осн.от 31.08.2021г.

ПРОТОКОЛ №5 от 31.08.2021г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Ритмический час»

НАПРАВЛЕННОСТЬ: ХУДОЖЕСТВЕННАЯ
СРОК РЕАЛИЗАЦИИ: 1 ГОД
ВОЗРАСТ: 7-8ЛЕТ

СОСТАВИТЕЛЬ:
ДЕНИСОВА
ТАТЬЯНА СЕРГЕЕВНА,
педагог
дополнительного образования

г. Ефремов
2021г.

РАЗДЕЛ №1 «ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмический час» (далее – Программа) реализуется в соответствии с художественной направленностью.

УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ:стартовый

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

В настоящее время для развития двигательных навыков детей младшего школьного возраставсе чаще стали применять средства игровогостретчинга.

Игровой стретчинг – это творческая деятельность, при которой дети живут в мире образов, зачастую не менее реальных для них, чем окружающая действительность.

Реализация игровых возможностей в целях оздоровления и развития ребенка и составляет суть стретчинга. Причем все упражнения и занятия проводятся в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, состоящей из взаимосвязанных ситуаций, заданий и упражнений. Методика игровогостретчинга основана на статичных растяжках мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, позвоночника, позволяющая предотвратить нарушения осанки илиисправить ее.

*Доступность*стретчингаосновывается на простых общеразвивающих упражнениях.

Эффективность – в его разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы.

Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танцев, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям младших школьников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

При регулярных занятиях игровым стретчингом развиваются: музыкальный слух, музыкальная память, слуховое внимание, ритмичность, пластичность, мышечная свобода,снимается закомплексованность.

Программа учитываетнормативно-правовые документы и методические рекомендации:

- Закон РФ «Об образовании» № 273 от 29.12.2012г.;
- Концепцию развития дополнительного образования от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 25 мая 2015г. №996-р;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по

дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015г. №09-3242 «О направлении рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ»;
- УказПрезидентаРоссийскойФедерацииот21.07.2020 № 474 «ОнациональныхцеляхразвитияРоссийскойФедерациинапериоддо2030года»;
- Устав МКУДО «ДДЮТ»;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой короновирусной инфекции (COVID-19)»;
- Положение о дистанционной форме обучения в МКУДО «ДДЮТ» от 27.03.2020г.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ

Игровые технологии, используемые в Программе «Ритмический час» являются основополагающими, так как они открывают больше возможностей для выражения собственных фантазий, желаний и самовыраженияличности.

Задачи, решаемые на занятиях, строятся по принципу усложнения, что позволяет ребенку плавно перейти от восприятия к сопереживанию, от сопереживания к воображению, от воображения к творчеству.

АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ: учащиеся 7-8 лет

ОБЪЕМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: 144 часа

СРОК ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ:1 год

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ: очная

МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ: словесный,наглядный, практический, репетиционный

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА, ТИП ЗАНЯТИЙ: развивающие занятия комбинированного типа

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ: аудиторная, групповая

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ: 2 раза в неделю, 2 занятия по 45 минут в соответствии с СанПиН №2.4.4.3172-14

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ - содействие развитию творческого потенциала и укреплению здоровья учащихся средствами игрового стретчинга.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Образовательные:

- пробудить творческую активность детей, стимулировать воображение, желание включаться в творческую деятельность;

- научить детей различным видам имитационных движений игрового стретчинга, обращать внимание детей на точность выполнения движений, передачу характерных особенностей образов;

-научить исполнять танцевальные композиции.

Развивающие:

-развивать чувство ритма, музыкально-ритмический слух, умения согласовывать движения с музыкой;

-развивать физические двигательные умения и навыки в соответствии с индивидуальными особенностями учащихся средствами гимнастики с элементами игрового стретчинга;

-развивать эмоциональность, артистизм.

Воспитательные:

-воспитание творческой активности и потребности в творческом самовыражении;

- воспитаниесотрудничества, взаимопомощи, дружбы.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

Родители являются основным звеном в триаде ученик – родитель – педагог. Решение многих проблем, связанных с функционированием объединения решается в тесном контакте с родителями. Задача педагога - создать доброжелательную атмосферу, располагающую к диалогу, способность к оказанию психологической поддержки, внимательного отношения к проблемам родителей и детей.

Формы работы:

- родительские собрания;

- индивидуальные консультации, беседы;

- совместное проведение праздников и выступлений.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации /контроля/
		Всего	Теория	Практика	
1.	**Введение в программу**	**2**	2	-	Диагностика Педагогическое

					наблюдение
2.	**Ее величество – Музыка**	**6**	2	4	Опрос
3.	**Партерная гимнастика**	**28**	6	22	Практическая работа
4.	**Играя, танцуем**	**18**	2	16	Наблюдение
5.	**Игровой стретчинг**	**42**	4	38	Контрольные упражнения
6.	**Гимнастические упражнения**	**10**	2	8	Практическая работа
7.	**Азбука танца**	**36**	6	30	Практическая работа
8.	**Итоговое занятие**	**2**	-	2	Творческий отчет
	Всего часов:	**144**	24	120	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. **Введение в программу (2ч.)**

Теория (2ч.)Правила техники безопасности. Инструктажи. Знакомство детей с элементами танцевальных движений, элементами игрового стретчинга.

Форма контроля: диагностика, педагогическое наблюдение

2. **Ее величество - Музыка (6ч.)**

Теория (2ч.)Элементарные музыкальные понятияритм, акцент, темп.

Практика (4ч.) Музыкально дидактические игры: «Жуки и бабочки», «Зайцы и охотник», «Тихо и громко», «Сороконожка».

Форма контроля: опрос

3. **Партерная гимнастика (28ч.)**

Теория (6ч.)Гимнастика. Понятие «партер» и его значение. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

Практика (22ч.) Гимнастика. Выполнение элементов партерной гимнастики: упражнения на полу дляразвития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для растяжки мышц спиныи брюшного пресса; упражнения для укрепления позвоночника; упражнения для растягивания ахиллово сухожилия. Закрепление пройденного материала.

Форма контроля: практическая работа

4. **Играя, танцуем (18ч**.)

Теория (2ч.) Понятия контрастов движения: «большой-маленький», «быстрый-медленный», «длинный-короткий».

Практика (16ч.) Игры: «Путаница», «Догонялочки», «Весёлая рыбалка». Игры: «Сделай этак, сделай так», «Вправо – влево».

Форма контроля: наблюдение

5. **Игровой стретчинг (42ч.)**

Теория (4ч.) Комплекс ОРУ.Понятие стретчинг. Техника безопасности при выполнении упражнений игрового стрейчинга.

Практика(38ч.) Комплекс ОРУ.Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка», «Качели». Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Книжка», «Страус», «Веточка». Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Маятник», «Лисичка». Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Жучок», «Зайчик». Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Носочки- пяточки». Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница». Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Петушок», «Ласточка». Упражнение на эластичность групп мышц:«Колечко», «Бабочка», «Верблюд», «Мостик». Закрепление пройденного материала.

Форма контроля: контрольные упражнения

6. **Гимнастические упражнения (10ч.)**

Теория (2ч.) Значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей учащихся. Правила и техника их выполнения.

Практика (8ч.) Упражнения на растяжку - подготовка к шпагатам:упражнения «Мостик», «Колесо». Упражнения на развитие баланса: «Ласточка», «Цапля», «Цветок».

*Форма контроля:*практическая работа

7. **Азбука танца (36ч.)**

Теория (6ч.) Танцевальные шаги: бытовой, танцевальный легкий шаг с носка, легкий бег, боковой подскок –галоп.Постановка корпуса.Позиции рук в парах.

Практика (30ч.) Позиции рук и ног.Отработка танцевальныхшагов: танцевальный легкий шаг с носка, легкий бег, боковой подскок – галоп. Постановка корпуса. Позиции рук в парах: «Лодочка», «Воротца», «Звездочка». Позиции ног: I-я, VI-я. Подготовка к изучению позиций рук. Полуприседания (demieplie) по VI позиции, по I позиции. Выдвижение ноги (battement - tendu): вперед по VI позиции. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции в сочетании с полуприседаниями. Прыжки.Танец: «Ару-ру-ру». Танец: «Аррива».

Форма контроля: практическая работа

8. **Итоговое занятие (2ч.)**

Практика (2ч.) Подведение итогов за год.

Форма контроля: творческий отчет

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

-устойчивый интерес к различным видам музыкально-творческой деятельности; понимание значения стретчинга;

-реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;

-проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

-проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

-позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

Метапредметные:

-сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;

-формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации;

-работа с разными источниками информации.

Предметные:

К концу обучения учащиеся **могут знать:**

- значение слов «легато», «стаккато», ритм, акцент, темп;
- названия движений партерной гимнастики;классические позиции рук и ног;
- комплекс ОРУ, понятие стретчинг;
- названия танцевальных шагов.

Учащиеся могут уметь:

- выполнять упражнения партерной гимнастики;
- выполнять упражнения игрового стретчинга, комплекс ОРУ;
- исполнять танцевальные композиции.

РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК ПРОГРАММЫ

В соответствии с Календарным учебным графиком МКУДО «ДДЮТ»начало учебного года 01.09.2021 г., окончание учебного года 31.05.2022г. (9 месяцев, 36 учебных недель).

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение.

Танцевальный класс. Коврики для занятий, специальная форма одежды для занятий ритмическими упражнениями. Музыкальный центр, фонотека, атрибутика, элементы костюмов.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ (КОНТРОЛЯ)

Программа предполагает формы аттестации: входной контроль, текущий контроль, промежуточная аттестация и итоговая оценка качества освоения программы.

Входной контроль - (сентябрь 1 года обучения)

Форма - диагностика музыкально-ритмических способностей.

Промежуточная аттестация –(декабрь) результативность обучения (конкурсы, концертные выступления).

*Форма аттестации:*игровые упражнения

Итоговая оценка качества освоения программы - (май) участие в конкурсах, результативность обучения, мониторинг личностного роста и результатов освоения программы

*Форма аттестации:*творческий отчет

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ К ПРОГРАММЕ

Материалы входного контроля.

Цель диагностики - выявление уровня начальных музыкально-ритмических способностей учащихся.

Чувство музыкального ритма - способность воспринимать и передавать разные ритмические рисунки, средствами выразительности (темпом и ритмом) изменять движения в соответствии с музыкальными фразами.

Хлопки под музыку.

3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку.

2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями.

1 балл – хлопает под музыку с помощью педагога.

0 баллов – не может хлопать под музыку.

Эмоциональная отзывчивость - выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразные эмоциональные состояния, исходя из музыки и содержания композиции.

Упражнение «О чем рассказывает музыка».

3 балла – выразительно передает заданные образы.

2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.

1 балл – передает заданный образ с помощью педагога.

0 баллов – не может передать заданные образы.

Танцевальное творчество - способность правильно и «музыкально» исполнять танцевальные движения, комбинации, умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, придумывать собственные оригинальные «па».

Повторить за педагогом танцевальные движения.

3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальные движения.

2 балла – «музыкально» исполняет танцевальные движения, допуская небольшие неточности.

1 балл – исполняет танцевальные движения, допуская значительные неточности.

0 баллов – не может выполнить танцевальные движения.

Уровни:

Высокий уровень-8-9 баллов;

Средний уровень- 6-7 баллов;

Низкий уровень – менее 5 баллов.

Материалы промежуточной аттестации.

Форма - игровые упражнения

Упражнение «Грустно – весело».

3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, характер музыки.

2 балла – не очень выразительно передает заданные образы, характер музыки.

1 балл - передает заданные образы, характер музыки с помощью педагога.

0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.

Упражнение «Подснежник».

3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, характер музыки.

2 балла – не очень выразительно передает заданные образы, характер музыки.

1 балл - передает заданные образы, характер музыки с помощью педагога.

0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.

Упражнение «На витрине магазина».

3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, характер музыки.

2 балла – не очень выразительно передает заданные образы, характер музыки.

1 балл - передает заданные образы, характер музыки с помощью педагога.

0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.

Уровни:

Высокий уровень-8-9 баллов;

Средний уровень- 6-7 баллов;

Низкий уровень – менее 5 баллов.

Материалы итоговой оценки качества освоения программы.

Форма – творческий отчет (выступление)

Уровень	Критерии оценивания
высокий	Учащийся осознанно и свободно владеет танцевальными комбинациями, исполняет уверенно, выразительно, музыкально, без ошибок. Свободно владеет пластикой тела, демонстрирует эмоциональную выразительность, физическую готовность опорно-двигательного аппарата.
средний	Достаточно владеет пластикой тела, индивидуальной техникой, танцевальные комбинации исполняет с несущественными ошибками, которые сам исправляет, владеет умением сохранять рисунок танца. Демонстрирует развитость опорно-двигательного аппарата.
низкий	Учащийся слабо ориентируется в содержании материала; исполняет танцевальные комбинации с существенными ошибками. Недостаточно владеет пластикой тела, индивидуальной техникой, манерой исполнения, опорно-двигательный аппарат развит слабо.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№ п/п	Раздел или тема программы	Форма занятий	Приемы и методы организации образовательной деятельности (в рамках занятия)	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Введение в программу	Учебное занятие изучения и первичного получения новых знаний	Наглядный Практический Словесный Показ педагога	Методическая литература, современные разработки,	Музыкальный центр	Диагностика Педагогическое Наблюдение

				пособия		
2	Ее величество – Музыка	Обучающее занятие	Словесный Наглядный	Методическая литература, современные разработки, пособия https://multiurok.ru/files/kartoteka-muzykalno-didakticheskie-i-muzykalno-pod.html	ПК Презентации	Опрос
3	Партерная гимнастика	Учебное занятие комплексного применения теоретических и практических знаний, умений, навыков	Наглядный Практический Словесный Показ педагога Игровой метод	Методическая литература, современные разработки, пособия https://infourok.ru/kompleks-uprazhneniy-parternoy-gimnastiki-napravlennih-na-razvitie-prirodnih-fizicheskih-dannih-detey-mladshego-shkolnogo-vozras-2885141.html	Музыкальный центр	Практическая работа
4	Играя, танцуем	Учебное занятие	Наглядный Практический	Методическая	Музыкальный	Наблюдение

		комплексного применения теоретических и практических знаний, умений, навыков	Словесный Показ педагога Игровой метод	литература, современные разработки, пособия https://infourok.ru/kartoteka-podvizhnih-narodnih-igr-3717770.html	центр	
5	Игровой стретчинг	Учебное занятие комплексного применения теоретических и практических знаний, умений, навыков	Наглядный Практический Словесный Показ педагога Игровой метод	Методическая литература, современные разработки, пособия https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2019/09/08/kartoteka-uprazhneniy-igrovogo-stretchinga	Музыкальный центр	Контрольные упражнения
6	Развитие физической культуры	Учебное занятие комплексного применения теоретических и практических знаний, умений, навыков	Наглядный Практический Словесный Показ педагога	Методическая литература, современные разработки, пособия https://infourok.ru/kompleks-uprazhnenij-dlya-razvitiya-	Музыкальный центр	Практическая работа

				fizicheskih-kachestv-4550766.html		
7	Азбука танца	Учебное занятие комплексного применения теоретических и практических знаний, умений, навыков	Наглядный Практический Словесный Показ педагога	Методическая литература, современные разработки, пособия https://www.art-talant.org/publikacii/23463-metodicheskaya-razrabotka-na-temu-osnovnye-pozicii-ruk-klassicheskogo-tanca-metodika-i-tehnika-obucheniya	Музыкальный центр	Практическая работа
8	Итоговое занятие	Практическое занятие	Практический	Методическая литература, современные разработки, пособия	Музыкальный центр	Творческий отчет

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Используемая литература:

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии [Текст]: практическое пособие / Т. Барышникова. – М.: Рольф, 2016г. – 272 с.

2. Зарецкая, Н. В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста [Текст]: пособие для практических работников ДОУ / Н. В. Зарецкая. – М.: Айрис – пресс, 2015г. – 128с.

3. Колодницкий, Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцыдля детей [Текст]: практическое пособие / Г. А. Колодницкий. – М.: Гном – Пресс, 2015г. – 64 с.

4. Коренева, Т. Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие / Т. Ф. Коренева. – М.: Гном – Пресс, 2016г. – 72 с.

5. Роот, З. Я. Танцевальный калейдоскоп [Текст]: практическое пособие / З. Я. Роот. – М.: Аркти, 2015г. – 47 с.

6. Слуцкая, С. Л. Танцевальная мозаика [Текст]: практическое пособие /С. Л. Слуцкая. – М.: Линка – пресс, 2016. – 272 с.

7. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 2015г.

8. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 2016г.

9. Хореографическое искусство: методика и практика (научно-методический сборник) г. Новосибирск, 2015г.