



Автономная некоммерческая организация  
дополнительного образования  
«Образовательный центр Делайт»

г. Екатеринбург, ул. Красных Командиров, 27, тел.: (343) 213-11-37, 367-73-73

ОБСУЖДЕНО  
на заседании Педагогического совета, протокол  
№ 1 от 31.10.2016 года

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор  
АНО ДО «Образовательный центр Делайт»



/Е.Л. Байдина  
Приказ № 12 от 01.11.2016 года

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

Екатеринбург, 2016

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящая дополнительная общеразвивающая образовательная программа разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» в новой редакции;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14 (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41);
- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Устав АНО ДО «Образовательный центр Делайт»;
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности.
- Локальные акты АНО ДО «Образовательный центр Делайт».

Направленность дополнительной образовательной программы «Ритмика» — физкультурно-спортивная.

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа разработана для детей 5-6 лет.

Ритмика является органической частью системы образования, воспитания и развития личности ребенка. Специфика обучения связана с физической нагрузкой в сочетании с умственным трудом и творческой деятельностью учащихся. Основная цель обучения ритмике учащихся – способствовать их эстетическому и музыкальному развитию. Также занятия ритмикой способствуют физическому развитию ребенка, имеют общеукрепляющую направленность для его организма, что очень важно для здоровья в условиях Крайнего Севера.

Поэтому целями и задачами данной образовательной программы являются следующее:

- обучение ритмическим двигательным и хореографическим навыкам;
- воспитание культуры и духовного мира учащихся;
- развитие творческих качеств личности учащихся.

Программа предполагает определенный минимум знаний, умений и навыков по четырем разделам:

- Азбука музыкального движения (АМД);
- Элементы ритмической гимнастики (ЭРГ);
- Элементы классического танца (ЭКТ);
- Танцевальные движения и танцы (ТДиТ).

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться и использоваться элементы из различных разделов.

Раздел «Азбука музыкального движения» включает выполнение простейших танцевальных ходов в соответствии с музыкальным ритмом, перестроения в геометрические (танцевальные) фигуры с целью изучить точки зала для свободной ориентировки детей в пространстве.

Раздел «Элементы ритмической гимнастики» включает упражнения, способствующие физическому развитию детей, укреплению мышц, подвижности суставов, гибкости позвоночника. Выполнение физических упражнений под музыку развивает музыкальное восприятие.

Раздел «Элементы классического танца» включает изучение основных позиций и некоторых движений классического танца, начиная со второго класса. Эти упражнения способствуют гармоническому развитию тела, культуре движений, формируют осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают познакомиться с основными правилами хореографии.

Раздел «Танцевальные движения и танцы» включает изучение детских массовых (бальных) танцев и движений к ним. Детские массовые танцы дают возможность детям познакомиться с национальной спецификой танца через музыку и характерные движения, приобрести навыки общения с партнером. Основная форма урока ритмики – это тренинг, то есть повторение из урока в урок изученного материала от простого к сложному. Для лучшего эмоционального настроения детей можно использовать музыкальные игры – миниатюры, шуточные соревнования, танцевальные композиции, прослушивание музыки и просмотр видеоматериала с записями танцев. Соответственно в кабинете ритмики должны быть музыкальный центр, телевизор и видеомagneфон. Теоретические сведения даются по ходу урока.

### **Сроки реализации образовательной программы**

Объем учебных часов по программе: 64 часа

Занятия с обучающимися проводятся:

- по 2 раза в неделю, 64 часа, 32 учебных недели.

### **Ожидаемые результаты:**

Формирования графических навыков, формирование эстетического отношения и художественно-творческих способностей ребенка.

Ориентируется в окружающем пространстве, понимает смысл пространственных отношений (вверху — внизу, впереди — сзади, слева — справа, между, рядом, около и пр.).

Умеет устанавливать последовательность различных событий: что было раньше (сначала), что позже (потом), определять, какой день сегодня, какой был вчера, какой будет завтра.

Проявляет образное предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов может сказать, что произойдет в результате их взаимодействия.

Способен рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы его наглядного опыта.

Приобретает знания и навыки работы с различными материалами и инструментами изобразительного искусства.

Овладеет изобразительно-выразительными умениями, техникой исполнения, обобщенными способами творческих действий в разных видах художественной деятельности.

Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, и т. д.).

Различает жанры музыкальных произведений (марш, танец, песня);

Может петь без напряжения, плавно, легким звуком; отчетливо произносить слова, своевременно начинать и заканчивать песню; петь в сопровождении музыкального инструмента.

Может ритмично двигаться в соответствии с характером и динамикой музыки, соотношению своих движений с действиями других обучающихся

Развитие двигательных навыков, укрепление осанки, умение

### **Система оценки результатов освоения программы**

В течение всего периода обучения поэтапно проводится мониторинг уровня усвоения знаний и формирования навыков у детей.

Мониторинг проводится 3 раза в год: определение стартового уровня развития способностей обучающихся проходит на 1-2 неделях, промежуточный, начало 2 полугодия и итоговый результат – на 36 неделе.

Для проведения мониторинга образовательного процесса используются разные формы: тестирование по индивидуальным карточкам; самостоятельные работы; выступления на родительских собраниях с открытым показом.

Основными формами контроля является текущий и итоговый контроль.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии методом наблюдения и коллективного анализа выполненных работ. Своеобразной формой тематического контроля являются коллективные работы. Они организуются по окончании изучения какой-либо темы, либо ряда тем через определённый промежуток времени /месяц, полугодие/.

Также результатом освоения программы является выступление на концерте в конце первого полугодия, и в конце года.

### **Порядок и регламент корректировки программы, механизм её реализации**

При отмене занятий в рабочей программе вносятся изменения в лист корректировки.

## **2. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОБРАЗОВАНИЯ**

### **2.1. ОБЪЕМ ПРОГРАММЫ**

Настоящая дополнительная общеразвивающая образовательная программа «Ритмика» рассчитана на обучающихся 5-6 лет, нормативный срок освоения – 1 (один) учебный год (64 часа).

### **2.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **2.2.1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА «РИТМИКА»**

- Научить учащихся построению, перестроению, свободному перемещению по залу.
- Учащиеся должны уметь двигаться в различных музыкальных темпах, определять характер музыки.

- Учащиеся должны ознакомиться с основными элементами ритмической гимнастики, свободно владеть подъёмом на полупальцы с последующим приседанием по VI позиции, овладеть прыжками по VI позиции ног.
- Научиться исполнять основные элементы партерного тренажа.
- Овладеть элементарными статическими танцами. Ознакомиться с терминологией. Знать о ведущей роли партнёра в парном танце. Знать положение рук в танце.

К концу учебного года дети должны уметь:

- Передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;
- Передавать основные средства музыкальной выразительности;
- Различать жанр произведения и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове;
- Передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений;
- Ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов;
- Исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки;
- Передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;
- Выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании;
- Выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры;
- Находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами.

### **2.3. СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

#### **2.3.2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «РИТМИКА» Азбука музыкального движения.**

##### **Теория.**

Характер музыки. Темп. Строение (вступление, окончание). Точки зала. Терминология.

##### **Практика.**

Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах. Определение характера музыки словами и передача изменения характера в движении по точкам зала 1 – 8.

Построение и перестроение. Построение в колонну по одному и по два, перестроение из колонны по одному в пары и обратно, на месте и на шагах. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», построение «воротца».

##### **Элементы ритмической гимнастики.**

### **Теория.**

Позиция ног I-III (условно), VI. Первоначальные сведения по анатомии человека. Терминология.

### **Практика.**

Повороты и наклоны головы. Поднятие и опускание плеч. Наклоны корпуса. Вращение кистей рук. Поднимание ноги, согнутой в колене, вперед и опускание (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута). Сочетание подъема на полупальцах и с последующим приседанием по VI позиции. Прыжки по VI позиции на месте.

Партерный тренаж. Положение сидя. Упражнения на сгибания ног. Упражнения на развитие мышц туловища. Наклоны вперед, вытянув руки, наклоны вперед, соединив стопы, наклоны в стороны на широкой растяжке. Положение на спине, позвоночник всеми точками касается пола. Сокращение и вытягивание стопы по первой и по шестой позициям. Упражнения на развитие мышц брюшного пресса, спины.

### **Танцевальные движения и танцы.**

### **Теория.**

Понятия об интервалах. Понятия о движении по ходу танца и обратно. Понятие о ведущей роли мальчиков в парном танце. Положение рук в танце. Терминология.

### **Практика.**

Раскрывание рук вперед – в сторону из положения на «поясе», в характере русского танца соединяя потом это упражнение с поворотом головы и корпуса. Основные танцевальные движения. Танцевальный шаг вперед и назад, на полупальцах, легкий бег. Шаг с подскоком. Удары стопой по VI и по III позиции ног. Тройной притоп. Боковой галоп по 6 позиции. Поклоны и реверансы. Хлопки в ладоши. Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки. Элементарные статические танцы. Детские балльные танцы. Просмотр видеозаписей.

## **3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

### **3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

Учебный план, реализующий настоящую дополнительную общеразвивающую образовательную программу (далее - учебный план), определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных курсов, практики и иных видов учебной деятельности, формы промежуточной аттестации.

Учебный план:

- фиксирует максимальный объем учебной нагрузки обучающихся;
- определяет (регламентирует) перечень учебных курсов и время, отводимое на их освоение и организацию.

Нормативно-правовую основу данного учебного плана составляют:

- Федеральный закон от 29.12.2002 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (в действующей редакции);



**Автономная некоммерческая организация  
дополнительного образования  
«Образовательный центр Делайт»**

г. Екатеринбург, ул. Красных Командиров, 27, тел.: (343) 213-11-37, 367-73-73

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (в действующей редакции);
- Закона Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области» (в действующей редакции);
- Устава АНО ДО «Образовательный центр Делайт»;

**Годовой учебный план (64 часа за учебный год)**

Наименование курса	Количество часов в год
	Всего
Курс «Ритмика»	64

В интересах детей с участием обучающихся и их семей на основе учебного плана, представленного в данной дополнительной образовательной программы, может являться основой разработки индивидуальных учебных планов, для формирования индивидуальной траектории развития обучающегося (содержание учебных предметов, курсов, модулей, темп и формы образования).

Продолжительность учебного года основного общего образования составляет 32 недели.

**3.2.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

Календарный учебный график реализации дополнительной образовательной программы составлен с учетом требований СанПиН, в соответствии с в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (п. 10, ст. 2).

***Календарный учебный график реализации дополнительной образовательной программы***

Образовательная деятельность проводится во время учебного года. Учебный год начинается 1 сентября года.

Продолжительность учебного года составляет 32 недели (не включая период итоговой аттестации)

**Продолжительность учебного года:**

- с 01 сентября по 30 декабря
- с 11 января по 31 мая
- с 22 мая по 31 мая - промежуточная и итоговая аттестация

**Продолжительность зимних каникул:**

- с 31 декабря по 10 января (11 календарных дней)



**Автономная некоммерческая организация  
дополнительного образования  
«Образовательный центр Делайт»**

г. Екатеринбург, ул. Красных Командиров, 27, тел.: (343) 213-11-37, 367-73-73

**Продолжительность летних каникул:**

- с 01 июня по 31 августа (92 календарных дня)



### 3.3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.3.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА «РИТМИКА»

Настоящая рабочая программа по реализации курса «Ритмика» рассчитана на нормативный срок освоения – 1 (один) учебный год (64 часа).

#### Поурочное планирование курса «Ритмика»

№	Тема занятия
1	Инструктаж по ОТ. Вводное занятие.
2	Характер музыки. Изучение статических танцев
3	Ритмические упражнения с музыкальными заданиями.
4	Начало и окончание движения вместе с музыкой.
5	Определение различных музыкальных отрывков
6	ЭКТ. Изучение I, II, III позиций ног условно.
7	Повороты и наклоны головы
8	Изучение поклона. ЭФГ
9	ЭФГ. Поднятие и опускание плеч.
10	Изучение разминки
11	Наклон корпуса. Вращение кистей рук.
12	Понятие о дистанции, интервалах. Изучение разминки. Лёгкий бег
13	Изучение разминки. Лёгкий бег
14	Понятие о дистанции, интервалах. Изучение поклона.
15	Изучение хлопков в ладоши
16	АМД. Изучение движения в различных музыкальных темпах
17	Определение характера музыки словами
18	Изучение IV позиции ног. ЭФГ
19	Поднимание ноги, согнутой в колене (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута)
20	Наклоны вперед, вытянув руки
21	Наклоны вперед, вытянув руки
22	Наклоны в сторону, на широкой растяжке
23	Наклоны в сторону, на широкой растяжке
24	Понятие о ведущей роли мальчиков в парном танце. Положение рук. ДТ
25	Понятие о ведущей роли мальчиков в парном танце. Положение рук. ДТ
26	Танцевальный шаг вперед, назад, на полупальцах. Лёгкий бег, шаг с подскоком
27	Танцевальный шаг вперед, назад, на полупальцах. Лёгкий бег, шаг с подскоком
28	Понятие о движении по ходу танца, и обратно. (ДТ и Т)
29	Понятие о движении по ходу танца, и обратно. (ДТ и Т)
30	Сочетание подъёма на полупальцы и с последующим приседанием по VI позиции ног
31	Сочетание подъёма на полупальцы и с последующим приседанием по VI позиции ног
32	Раскрывание рук вперед, в сторону из положения на поясе, в характере русского танца.
33	Раскрывание рук вперед, в сторону из положения на поясе, в характере русского танца.

34	Раскрывание рук вперед, в сторону из положения на поясе, в характере русского танца. Танец «Казачок»
35	АМД. Изучение точек зала
36	Построения и перестроения
37	АМД. Изучение точек зала
38	Построения и перестроения
39	Построение в колонну по одному и по два, перестроение из колонны по одному
40	Построение в колонну по одному и по два, перестроение из колонны по одному
41	ЭРГ. Первоначальные сведения по анатомии человека
42	ЭРГ. Первоначальные сведения по анатомии человека
43	Прыжки по VI позиции ног на месте
44	Прыжки по VI позиции ног на месте
45	Партерный тренаж.
46	Положение сидя. Упражнения на сгибания ног
47	Партерный тренаж.
48	Положение сидя. Упражнения на сгибания ног
49	АМД. Терминология
50	АМД. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение в зал
51	АМД. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение в зал
52	АМД. Построение «цепочкой»
53	АМД. Построение «цепочкой»
54	ЭРГ. Терминология. Положения на спине.
55	ЭРГ. Терминология. Положения на спине.
56	ЭРГ. Терминология. Положения на спине. Позвоночник в семи точках касается пола
57	Сокращение и вытягивание стопы по I и по IV позиции ног
58	Упражнения для развития мышц брюшного пресса, спины
59	Удары стопой по III и IV позиции ног
60	Изучение тройного притопа
61	Повторение раздела Азбука музыкального движения.
62	Повторение раздела. Элементы ритмической гимнастики. Танцевальные движения и танцы.
63	Повторение раздела. Танцевальные движения и танцы.
64	Итоговое занятие

### **3.4.СИСТЕМА УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

#### **3.4.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

Настоящая дополнительная общеразвивающая образовательная программа «Ритмика» реализуется за счет обеспечения современной материально-технической базой.

Материально-техническая база АНО ДО «Образовательный центр Делайт» приведена в соответствие с задачами по обеспечению реализации дополнительной общеразвивающей образовательной программы, необходимого учебно-материального оснащения образовательных отношений и созданию соответствующей образовательной и социальной среды.

Все учебные помещения обеспечены комплектами оборудования для реализации программы, включая расходные материалы и канцелярские принадлежности, а также мебелью, офисным оснащением и необходимым инвентарем.

### Оценка материально-технических условий реализации ДООП

№ п/п	Требования	Необходимо/ имеются в наличии
1	Учебные кабинеты с автоматизированными рабочими местами обучающихся и педагогических работников.	Имеются в наличии
2	Музыкально-спортивный зал, оснащенные игровым, спортивным оборудованием и инвентарем	Имеется в наличии
3	Административные и иные помещения, оснащенные необходимым оборудованием, в том числе для организации учебной деятельности с детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья	Имеется в наличии
4	Гардеробы, санузлы, места личной гигиены	Имеются в наличии

Размещение помещений для осуществления образовательной деятельности, активной деятельности, отдыха обучающихся, их площадь, освещенность и воздушно-тепловой режим, расположение и размеры рабочих, учебных зон и зон для индивидуальных занятий, обеспечивают возможность безопасной и комфортной организации всех видов учебной и деятельности для всех участников образовательных отношений, соответствуют СанПиН.

№ п/п	Необходимые средства	Необходимое количество, имеющихся в наличии	Сроки создания условий в соответствии с требованиями ФГОС
<b>1</b>	<b>Технические средства:</b>		
	ноутбук	2	
	принтер монохромный	2	
	планшетные компьютеры	3	
	оборудование компьютерной сети	1	
<b>2</b>	<b>Программные инструменты:</b>	Да	
<b>3</b>	<b>Обеспечение технической, методической и организационной поддержки</b>		
	разработка планов, заключение договоров	Да	
	подготовка распорядительных документов	Да	
	подготовка локальных актов	Да	
<b>4</b>	<b>Отображение образовательных отношений в информационной среде</b>		

	осуществляется связь педагогов, администрации, родителей	Да	
	осуществляется методическая поддержка педагогов (например, мультимедиаколлекция)	Да	
<b>5</b>	<b>Компоненты на бумажных носителях</b>		
	Учебные пособия	Да	Ежегодно
<b>6</b>	<b>Компоненты на CD и DVD</b>		
	электронные приложения к учебникам	Имеются	
	электронные наглядные пособия; электронные тренажеры	Имеются	
	электронные практикумы	Имеются	

### 3.4.2. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Информационно-методические условия реализации дополнительно образовательной программы обеспечиваются современной информационно-образовательной средой.

Под информационно-образовательной средой (или ИОС) понимается открытая педагогическая система, сформированная на основе разнообразных информационных образовательных ресурсов, современных информационно-телекоммуникационных средств и педагогических технологий, направленных на формирование творческой, социально активной личности, а также компетентность участников образовательных отношений в решении учебно-познавательных и профессиональных задач с применением информационно-коммуникационных технологий (ИКТ-компетентность).

**Основными элементами ИОС являются:**

- о информационно-образовательные ресурсы в виде печатной продукции;
- о информационно-образовательные ресурсы на сменных оптических носителях;
- о информационно-образовательные ресурсы Интернета;
- о вычислительная и информационно-телекоммуникационная инфраструктура;
- о прикладные программы, в том числе поддерживающие администрирование и финансово-хозяйственную деятельность образовательного учреждения (делопроизводство, кадры, учет питания и т. д.).

**Перечень методических рекомендаций, используемых в образовательной деятельности**

- Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
- Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
- Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно-методическое пособие. –М.: Аркти, 2005. – 108 с.
- Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
- Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007.

- Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. -240 с.
- Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
- Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок. Веста. 2005 – 64 с.
- Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
- Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.
- Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. -
- Савчук О. Школа танцев для детей -СПб.: Ленинградское издательство, 2009.-224с.
- Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально–ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.-
- Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
- Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006. – 44с.
- Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.:Детство-пресс, 2007-384с.
- Федорова Г.П. Весенний бал. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.
- Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.

## **4. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **4.1.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка проводится во время занятий повторения в конце учебного года.

Координация, ловкость движений – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

Гибкость тела – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

#### **Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед).**

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику.

У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами. 3см и меньше – низкий уровень (1 балл), 4-7см – средний уровень (2 балла), 8-11см – высокий уровень (3 балла).

#### **Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).**

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

#### **Упражнение «Кто из лесу вышел?»**

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

#### **Упражнение «Заведи мотор».**

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

#### **Упражнение «Страусы».**

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать

основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

1 балла – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

Развитие чувства ритма.

Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно используя короткие отрывочные высказывания.

#### **Упражнения с ладошками.**

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).

2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).

3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.

4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.

Первый уровень (высокий 15-18 баллов) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний 10-14 баллов). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно

простые, выполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки.

Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому 6-9 баллов) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

#### **4.2.МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

Занятия ритмикой в объединении, несмотря на свою специфику, проводятся на основе общих педагогических принципов:

- технологии проектного обучения – включает в себя проектирование предполагаемого результата, который достигается в процессе обучения. Используемые методы: объяснительно-иллюстративный, тренинговый, проблемный, поисковый. Обучение должно быть доступным (принцип предполагает последовательное усложнение практических заданий – в постижении характера танцевальной музыки, специфики танцевальной композиции в целом и ее отдельных элементов и фигур);
- принцип систематичности обучения – предполагает такое построение учебного процесса, в ходе которого происходит как бы связывание ранее усвоенного с новым разучиваемым материалом танца, для образования развития, углубления и закрепления связи между отдельными элементами одного танца и танцев между собой;
- принцип увлекательности (интересности) – успешное осуществление обучения; этот прием делает сам процесс овладения танцем интересным, приносящим чувство радости и удовлетворение.

Для проведения занятий рекомендуется:

Тема	Форма организации занятия	Приёмы и методы	Технические средства и оборудование	Формы отслеживания результативности
Азбука музыкального движения	Беседа, тренинговое занятие, индивидуальная работа	Наглядность обучения, объяснение, показ	Магнитофон	Контрольный урок
Элементы ритмической и партерной гимнастики	Тренинговое занятие, творческие упражнения, самостоятельная работа, работа в паре	Наглядность обучения, объяснение, показ	Магнитофон, наглядные пособия	Зачёт, самостоятельное проведение тренинга



Элементы классического танца	Рассказ, групповая работа, работа в паре, эскерзис на середине зала	Наглядность обучения, объяснение, демонстрация, показ	Магнитофон, видеозаписи концертов, литература	Контрольный урок, зачёт, самостоятельное проведение тренинга
Танцевальные движения и танцы	Упражнение, тренинг, групповая и парная формы работы	Наглядность обучения, коллективного характера обучения, объяснение, показ	Магнитофон, видеозаписи концертов, литература	Контрольный урок, зачёт, самостоятельное составление танцевальных комбинаций и танцев

На занятиях ритмикой целесообразно использовать следующие формы:

- наглядность обучения (этот метод находит свое выражение на всем протяжении учебы учащихся вплоть до показа ими разученных танцев. Весь смысл учебы в коллективе и заключается в том, чтобы учащиеся смогли бы увидеть как надо танцевать, и в наглядно-пластической форме сами научились бы исполнять танцы);
- метод коллективного характера обучения и учета индивидуальных особенностей учащихся: с одной стороны, обучать, опираясь на коллективные формы деятельности, с другой – учитывать способности и возможности каждого отдельного учащегося.

Необходимо учитывать и межпредметные связи.

Ритмика содержит богатые возможности для формирования учебных навыков учащихся, что создает основу для целостного развития личности. Показателем этого являются раскрытые межпредметные связи, которые влияют на успешное прохождение этого курса и усвоение других учебных дисциплин. Настоящий курс опирается на некоторые понятия и навыки, которые учащиеся получают на других уроках в общеобразовательной школе. Он является яркой иллюстрацией применения тех или иных знаний на практике.

Непосредственная связь с музыкой, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем.

Каждый танец имеет определенные исторические корни и историческое происхождение.

При изучении общих понятий в хореографии учащиеся сталкиваются с понятиями «круг», «квадрат», «звездочка», «угол поворота», «линия», «диагональ», «параллель», доли счета ( $2/4$ ,  $3/4$ ,  $4/4$ ), точки зала (четные и нечетные). Самая тесная взаимосвязь прослеживается с физкультурой и по строению урока, и по его насыщенности. Каждое занятие имеет конкретную цель.