

**Пояснительная записка**

Занятия ритмикой и танцем способствуют формированию положительных качеств личности. Музыкальные произведения, кроме эмоционального воздействия, оказывают на ребенка организующее и дисциплинирующее влияние благодаря присутствующему в них ритму.

Ритм пронизывает все занятие, регулирует движения, благодаря чему вялые и расплывчатые движения детей становятся чёткими и целесообразными, преодолевается хаотичность, суетливость действий, нормализуется двигательное беспокойство. Известно, что при сильном возбуждении детей, особенно восприимчивых к музыке и ритму полезно использовать лиричную музыку, спокойные и мелодичные музыкальные образы либо, наоборот, яркую бравурную музыку, заражающую детей своим настроением, организующую их деятельность.

**Цель**: Гармоничное развитие физических и творческих способностей ребенка через занятия ритмикой и танцами.

**Задачи:**

1*. Воспитательные*

- Воспитать у кружковцев чувство бережного отношения к танцу.

-Художественный и музыкальный вкус.

-Чувство ответственности перед коллективом и родителями за выступления на мероприятиях, на семинарах, концертах.

2. *Обучающие*

- Научить детей: слушать музыку, определять ее характер и передавать ее в движениях.

-Уметь выполнять движения в различных темпах.

3. *Развивающие*

- Развитие опорно-двигательного аппарата;

- формирование постановки корпуса и стопы;

-Развивать стремление к укреплению физического здоровья.

Занятие проводится 1 раз в неделю по 1часу.

**Актуальность**.

Физическая активность - одно из важнейших условий жизни и развития человека. Снижение двигательной активности - серьёзная угроза не только здоровью, но и правильному формированию развивающегося организма. В результате ограничения подвижности мышцы ребёнка ослабевают, ухудшается работоспособность, координация движений, происходит нарушение осанки и неправильного развития костно-мышечной системы ребёнка.

Вялость мышечного тонуса или, наоборот, неестественная его напряженность, плохая координация, неловкость движений со временем нормализуются благодаря системе музыкально-ритмических упражнений. На занятиях по ритмике резкие динамические контрасты в музыке помогают обучающимся двигаться энергичнее, активнее, преодолевать вялость мышц. Излишняя напряженность снимается упражнениями, сопровождаемыми плавной, протяжной музыкой.

Отличительная особенность заключается в том, что ведущей идеей занятий ритмикой и танцем является решение ряда коррекционных задач, положительный эмоциональный фон всей деятельности обучающихся, который должен быть обеспечен тщательным подбором музыкального репертуара, умелым планированием занятия, правильным отношением педагога к достижениям каждого обучающегося. На занятиях необходимо непременное поощрение малейших успехов детей, максимальная помощь в преодолении индивидуальных затруднений, терпеливое, щадящее отношение к детям. Не допускаются отрицательная оценка неудачных и ошибочных движений детей, резкий или повышенный тон, привлечение внимания коллектива к отдельным ребятам в случае их неуспехов. Обучающиеся должны испытывать радость от предоставленной им возможности выразить себя в движении, передать движением свои чувства, переживания, свое понимание музыкального образа.

Программа «Ритмика и танец» предназначена для детей 7-11 лет, рассчитана на четыре года обучения, по 36 часов в год и содержит 5 разделов: «Музыкальный букварь», «Ритмико-гимнастические упражнения», «Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами», «Народные пляски и современные танцевальные движения», «Коммуникативные музыкальные игры».

**Организация образовательной среды**

В зависимости от содержания занятий и их целей применяют различные формы и методы обучения. На занятиях используют фронтальную, т.е. коллективную, групповую и индивидуальную формы работы с обучающимися.

При фронтальной форме обучения все дети одновременно выполняют одинаковые по содержанию работы теоретического или практического характера. Групповая форма организации работы в объединение предполагает, что обучающиеся будут выполнять одновременно разные задания, но все они относятся к одной и той же теме программы и направлены по формированию одинаковых по своему основному содержанию знаний и умений. Кроме фронтальной работы, обучающиеся выполняют задания индивидуального характера.

Нередко на занятиях объединения фронтальную, групповую и индивидуальную формы работы применяют в сочетании.

**Методы обучения:**

1. **Метод активного** **слушания музыки,** где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения-образы.   
2. **Метод использования слова**, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.   
3**. Метод наглядного восприятия**, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.   
4. **Метод** **практического обучения**, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

5. **Игровой метод** используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества обучающихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и **физкультурой**: и по строению занятия, и по его насыщенности, каждое занятие имеет конкретную цель -тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику. В ходе занятий обучающиеся сталкиваются с понятиями "угол поворота", "направление движения", "доли счета" (1/4, 2/4, 3/4 и т. д.).

Умение ориентироваться в пространстве, необходимость развития и использования абстрактного мышления создает тесную взаимосвязь с изучением математики**.**

**Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:**

-проведение открытых уроков для родителей;

-участие в праздничных программах, концертах;

-проведение итоговых занятий в конце года.

**Организация образовательного процесса**

 Учитывая индивидуальные особенности детей младшего школьного возраста (быстрая утомляемость), занятия детей в группах определены временными рамками. Длительность одного учебного занятия-  40 мин.

**Формы занятий:**

занятие;

занятие-путешествие;

занятие-игра;

итоговое занятие

**Структура занятий**

Структура занятий включает в себя три основные части: *подготовительную, основную, заключительную.*

***Подготовительная часть занятия***Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. *Задачами* этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма*.  Основными средствами*подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

*Методические особенности.* Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

***Основная часть занятия.****Задачами* основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.   
*Средства основной части занятия*: упражнения на силу, растягивание и расслабление); хореографические упражнения; элементы современного, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

*Методические особенности*: На данную часть занятия отводится примерно 75-85%общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

***Заключительная часть занятия****.   Основные задачи* – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.   
*Основными средствами* являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.   
*Методические особенности.* В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

**По методам и формам решения поставленных задач занятие может быть:**

**Обучающие занятия.**

Где детально разбираются движения. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, основных позиций и танцевальных движений в медленном темпе. Объясняется приём его использования. На уроке может быть введено не более 2–3 комбинаций. При разучивании танца необходимо обратить внимание на движения или перестроения, которые могут показаться сложными для детей. Выучите их сначала как отдельные ритмические этюды.

**Закрепляющие занятия.**

Где происходит повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Для лучшего закрепления движений в ритмическом рисунке конкретного фрагмента танца руководитель может использовать потешку, хлопки, приём «эхо», т.е. отхлопывание ритмического рисунка мелодии с повтором его детьми. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других или идёт соревнование – игра между второй и первой линиями.

**Итоговые занятия.**

Где дети самостоятельно, без подсказки должны уметь выполнять

все заученные ими движения и танцевальные комбинации. Проследить за выполнением движений и оценить работу детей лучше всего через на концертную деятельность т.к. дети очень любят выступать на сцене.

**Импровизационная работа.**

Где дети танцуют придуманные ими вариации, или сочиняют танец на тему, данную руководителем. Ребёнок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать своё видение мира и образа. Овладевая навыками танцевальных движений, и чутко откликаясь на музыку, дети по окончании курса участвуют в создании (по выбор) композиций танца Таким образом походит участие детей в проектной деятельности.

**Учебно-тематический план 1 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тема | Кол-во  часов | В том числе | |
| Теория | Теория |
| 1. Вводное занятие. Музыкальный букварь | 1 | 1 | - |
| 2. Ритмико-гимнастические упражнения. (с предметами). | 9 | - | 9 |
| 3. Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами | 5 |  | 5 |
| 4. Народные пляски и современные танцевальные движения (танец по выбору) | 13 |  | 13 |
| 5. Коммуникативные музыкальные игры. | 8 | - | 8 |
| 6. Итоговые занятия и мероприятия | 1 | - | 1 |
| Итого: | 36 | 2 | 34 |

**Содержание курса  
1 год обучения**

**Тема 1. Вводное занятие**

Знакомство с детьми. Объяснение важности обучения ритмике. Знакомство с расписанием занятий. Правила поведения. Дисциплина на занятиях. Внешний вид. Взаимоотношения «преподаватель - ученик», отношения между детьми. Инструктаж по технике безопасности. *Музыкальный букварь.* Прослушивание музыки. Понятие «мелодия». Характер музыки (грустный - веселый, печальный - бодрый). Темп музыки (быстрый, медленный, умеренный). Термин: громко, тихо. Связь музыки и движения. Музыкальное вступление. Связь начала движения с началом музыкальной фразы. Хлопки в простейших ритмических рисунках. Окончание движения вместе с концом музыкальной фразы. Определение сильных и слабых долей такта, передача их притопами, хлопками, с помощью детских звучащих инструментов (барабан, погремушка, дудки и т.п.). Игры под музыку, игры с пением.

**Тема 2. Ритмико-гимнастические упражнения**

Движения под музыку: ходьба (с носка, с пятки, высоко поднимая колени, на месте, с продвижением), бег, различные прыжки. Музыкальное сопровождение 2/4, 4/4. Передача в движении различного характера музыки, силы звучания, различного темпа.

Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений в положении стоя, сидя, лежа, неправленых на укрепление различных групп мышц, развитие подвижности суставов.

Понятие «полупальцы». Упражнения «Дотянись до солнца», «Кто самый высокий?». Постановка корпуса. Упражнения «Карандаш», «Ракета».

Основные положения рук: на поясе, вдоль корпуса. Упражнения «стрелки часов». Ходьба (бег) друг за другом по одному вдоль стен, по кругу, врассыпную в соответствии с изменением характера музыки.

Прыжки через длинную скакалку под музыку по одному, по два и т.д. Игры «Зайчики», «Мячики», «Лодочка», «Качели», и т.д.

В этом разделе работы полезно использовать мячи, шары, флажки и тому подобные предметы.

Детей надо приучить к организованному и бережному обращению со снарядами, добиваясь дисциплинированности при использовании названных выше предметов, предохранять от переутомления при возрастающей нагрузке.

**Тема 3. Ритмические упражнения с детскими звучащими**

**инструментами**

Знакомство с детскими музыкальными инструментами: металлофонами, барабанами, бубнами, погремушками, дудками, колокольчиками,

треугольниками, ложками, хлопушками и т.п. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т.п.). Совместное прослушивание и передача ритма воспроизведенных педагогами или другими обучающимися.

**Тема 4. Народные пляски и современные танцевальные движения.**

Знакомство с источниками народной танцевальной культуры. Разнообразие характера танцев музыкального сопровождения, костюмов разных народов. Знакомство с терминами: термины «шаг польки», «переменный шаг галопа» и др.

Простые танцевальные движения русского народного танца: простой шаг, топающий, на полупальцах, притопы, приставной шаг вперед и в стороны. У мальчиков - присядка, простейшие хлопушки. Хоровод. Танцы. Шаг с подскоком, прыжки с характерным раскрытием рук ладонями вперед, наклоны корпуса в стороны, вперед, имитация различных движений и т.д.

**Тема 5. Коммуникативные музыкальные игры**

Упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни, такие как «Не выпустим», «Чей кружок быстрее соберется», «Найди себе пару», «Маятник», «Деревья под ветерком», «Полет птиц». Свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа на темы: «Мы бегаем по лужам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т.п. Музыкальные коммуникативные игры: «Зайцы и волк», «Бинго», «колыбельная кукле», «за работу, лесорубы» и т.п.

**Тема 6. Итоговые занятия и мероприятия**

Итоговые занятия и мероприятия. В роли итоговых занятий выступают конкурсно-игровые программы, урок- концерт, танцевальные фестивали, новогодние праздники. Программы итоговых и досуговых мероприятий придуманы и составлены самим педагогом или заместителем директора курирующую воспитательную работу учреждения.

**Требования к уровню подготовки**

**1 год обучения**

**Должны знать:**

-знания музыкальных понятий - мелодия и аккомпанемент;

-средства музыкальной выразительности (динамика, темп.)

-термины: громко - тихо, характер музыки (веселый - грустный), темп музыки и движения;

-название простых общеразвивающих упражнений;

-название простых танцевальных шагов, движений.

**Должны уметь:**

-выполнять основные движения под музыку 2/4, 4/4 в соответствии с

темпом и ритмом музыки;

* давать характеристику прослушанной музыки;
* реагировать на начало музыки и ее окончание;
* повторять простейший ритмический рисунок;
* передавать игровые образы различного характера;
* участвовать в 2-Зх постановках.

**Учебно - тематический план  
2 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тема | Кол-во  часов | В том числе | |
| Теория | Практика |
| 1.Вводное занятие | 1 | 1 | - |
| 2. Музыкальный букварь | 1 | 1 |  |
| 3. Ритмико-гимнастические упражнения | 8 | - | 8 |
| 4. Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами | 3 |  | 3 |
| 5. Народные пляски и современные танцевальные движения. | 14 |  | 14 |
| 6. Коммуникативные музыкальные игры. | 7 | - | 7 |
| 7. Итоговые занятия и мероприятия | 2 | - | 2 |
| Итого: | 36 | 2 | 34 |

**Содержание курса  
2 год обучения**

**Тема 1. Вводное занятие**

Вспоминаем материал первого года обучения. Объяснение важности обучения ритмике. Знакомство с расписанием занятий. Правила поведения. Дисциплина на занятиях. Внешний вид. Взаимоотношения «преподаватель - ученик», отношения между детьми. Инструктаж по технике безопасности.

**Тема 2. Музыкальный букварь**

Знакомство с танцевальной музыкой: полька, вальс, марш, хороводы, пляски. Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4. Сильная слабая доля. Высоко, низко. Музыкальное вступление. Характеристики музыкального произведения. Песенная музыка. Исполнение подготовительных и танцевальных движений в соответствии с предлагаемой музыкой. Включение в движение одновременно с предлагаемой музыкой. Включение в движение одновременно с началом музыкальной фразы и прекращением движения с окончанием музыки. Использование различных музыкальных инструментов при повторении заданного ритмического рисунка.

**Тема 3. Ритмико-гимнастические упражнения**

Основные движения под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4- ходьба, бег, прыжки. Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Передача в движении шагом различного характера музыки (бодрый, задумчивый и т.п.), различной силы звучания (громко, тихо), различного темпа (умеренно, быстро, медленно)- строевым или мягким шагом, ходьбой на пятках или на носках и т.п.

Ходьба (бег) друг за другом по одному, врассыпную с использованием всего пространства помещение с последующим построением в колонну по одному, в шеренгу, в круг - в соответствии с изменением звучания музыки. Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений, перечисленных в программе по физкультуре, с предметами и без них. Отражение в движении различного характера, темпа, динамики музыки.

Бросание, подбрасывание, ловля, катание, передача, перекатывание и другие упражнения с мячом различной величины, с обручем - в сопровождении музыки; прыжки под музыку через скакалку.

**Тема 4. Ритмические упражнения, с детскими звучащими инструментами**

Знакомство с барабаном. Использование барабана, погремушек и тому подобных двух - трех инструментов (каждого в отдельности) для передачи

сильных и слабых долей в знакомых музыкальных произведениях. Повторение предложенного ритмического рисунка и передача на инструменте простых песенных ритмов.

**Тема 5. Народные пляски и современные танцевальные движения**

Знакомство с элементами танца и простыми танцевальными движениями: простой шаг - мягкий, перекатный, острый, с высоким подниманием бедра, на полупальцах, топающий на всей ступне. Бег на полупальцах. Притопы одной ногой с хлопками. Кружение через правое плечо с поднятыми руками (для девочек - с платочками), кружение парами - на месте и на ходу. Приставной и переменный шаги вперед, в сторону, назад. Шаги галопа - прямой, боковой. Русский переменный шаг. Основной шаг местного народного танца. Разучивание и отработка плясок, круговых танцев по показу.

**Тема 6. Коммуникативные музыкальные игры**

Свободные и естественные движения под четко ритмически организованную доступную музыку. Изменение направления или формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки. Определение сильных и слабых долей такта и свободная передача их притопами, хлопками и др. формами движения. Простейшие подражательные движения под музыку. Игры под музыку. Игры типа: «Дружба», «Водитель машины», «Бабочка и ветерок», «Не выпустим», «Чей кружок быстрее соберется». Танцевальные игры: «Полька» (Австрия), «Танец с прыжками», «Танец с хлопками». Игры с пением: «Ходим кругом», «Бинго», «Я ищу тебя», «Веселый хоровод», «Хлопай - топай».

**Тема 7. Итоговые занятия и мероприятия**

Итоговые занятия и мероприятия. В роли итоговых занятий выступают конкурсно - игровые программы, урок- концерт, танцевальные фестивали, новогодние праздники. Программы итоговых и досуговых мероприятий придуманы и составлены самим педагогом или заместителем директора курирующую воспитательную работу учреждения.

**Требования к уровню подготовки  
2 год обучения**

**Должны знать:**

* термины, определяющие характер музыки (3-4 определения);
* знания музыкальных произведений, звучащих на занятиях;
* понятия, пройденные в первом классе;
* размеры 2/4, %;
* интонация в музыке;
* название различных танцевальных движений (3-4 наименования).

**Должны уметь:**

* двигаются под музыку различного характера;
* повторить простой ритмический рисунок;
* начинать и заканчивать движение или исполнение на звучащем инструменте вместе с началом и окончанием звучания музыки;
* выполнять простые танцевальные движения народного и современного танца;
* выполнять любые гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку различного характера;
* умения быть дисциплинированными, проявлять инициативу в процессе выполнения любого вида самостоятельной деятельности.

**Учебно - тематический план**

**3 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тема | Кол-во  часов | В том числе | |
| Теория | Практика |
| 1. Вводное занятие. Музыкальный букварь. | 1 | 1 | - |
| 2. Ритмико-гимнастические упражнения. | 8 | - | 8 |
| 3. Ритмические - упражнения с детскими звучащими инструментами. | 3 |  | 3 | |
| 4. Народные пляски и современные танцевальные движения, (танец по выбору). | 15 |  | 15 | |
| 5. Коммуникативные музыкальные игры. | 5 | - | 5 | |
| 5.1. Игры - пластические импровизации под музыку. | 2 | - | 2 | |
| 6. Концертная деятельность. Выступление. | 2 | - | 2 | |
| Итого: | 36 | 1 | 34 | |

**Содержание программы  
3 год обучения**

1. **Вводное занятие**

Повторение материала второго года обучения. Объяснение важности обучения ритмике. Знакомство с расписанием занятий. Правила поведения. Дисциплина на занятиях. Внешний вид. Взаимоотношения «преподаватель - ученик», отношения между детьми. Инструктаж по технике безопасности. Музыкальный букварь. Повторение и закрепление основ музыкальной грамоты, освоенных ранее. Прослушивание музыки из балетов русских и зарубежных композиторов. Характерная музыка народных танцев - основа ритмического и танцевального образа. Русские плясовые мелодии: «Барыня», «Кадриль».

Американская музыка, стиль кантри. Современная музыка: «Хип - хоп», «Диско». Передача динамических акцентов в музыке.

**Тема 2. Ритмико - гимнастические упражнения**

Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4 - ходьбы, бега, прыжков, подскоков. Сохранение и быстрое изменение темпа и характера движения с изменением темпа или характера музыкального сопровождения. Включение в движение одновременно с началом звучания музыки и

прекращение движения с окончанием музыки. Движения и упражнения, требующие внимания и координации движений рук и ног.

Ходьба и бег в колонне по одному, парами, по четыре- с соблюдением дистанции, врассыпную, бег, между предметами не задевая их, не наталкиваясь на товарищей. Перестроение на ходу в колонне, изменение направления движения, с изменением движения мелодии, нахождение определенного места в помещении. Бросание, катание, передача и т.п. мячей разной величины, обручей, использование скакалки для различных прыжков под музыку.

**Тема 3. Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами**

Использование инструментов, знакомых по прошлому году и новых, для передачи сильных и слабых долей в произведениях. Использование поочередно нескольких инструментов, в одном произведении. Создание и повторение заданного ритмического рисунка.

**Тема 4. Народные пляски и современные танцевальные движения**

Танцевальные движения, отработанные в предыдущем учебном году, знакомство с новыми элементами танца и движениями. Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими учащимися. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и само утверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. Элементы диско-танца, элементы танца в современных ритмах. Сведения о современной пластике и ритмах. Массовые современные танцы по выбору педагога. Импровизация на темы современной музыки. Уметь выражать в пластике общее содержание музыки, ее образные ассоциации. Танцевальные композиции русского танца, круговые пляски, движения под современные ритмы.

**Тема 5. Коммуникативные музыкальные игры**

Подражательные движения, игры под музыку, игры с пением, инсценирование доступных песен. Игры на творческое самовыражение, где детям предлагается «войти в роль» образов и персонажей музыки и передать в движениях связанные с этой ролью эмоции, настроение, чувства, несложный игровой сюжет.

Подбор под руководством педагога свободных движений под музыку разного характера после объяснения темы. Передача различными формами движения (взмахом, прыжком, расслаблением, переменой направления) динамических акцентов музыки, отрывистости (стаккато), связности и плавности (легато), восходящей или нисходящей линии мелодии.

**Тема 6. Итоговые занятия и мероприятия**

Итоговые занятия и мероприятия. В роли итоговых занятий выступают конкурсно - игровые программы, урок- концерт, танцевальные фестивали, новогодние праздники. Программы итоговых и досуговых мероприятий придуманы и составлены самим педагогом или заместителем директора курирующую воспитательную работу учреждения.

**Требования к уровню подготовки  
3 год обучения**

**Должны знать:**

* знания музыкальных произведений, звучащих на занятиях;
* связанные с различными перестроениями;
* названия танцевальных движений (4-5);
* 2-3известных танцевальных коллектива.

• j V

**Должны уметь:**

* свободно двигаться под музыку различного характера;
* передавать слабые и сильные доли такта (2/4,3/4,4/4);
* повторить несложный ритмический рисунок;
* начать и закончить движение одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы;
* узнавать звучание общеизвестных народных плясок. Популярных вальсов, отрывков из популярных балетов;
* бережно относится к звучащим инструментам и реквизиту.

**Учебно - тематический план**

**4 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тема | Кол-во | В том числе | |
|  | часов | Теория | Практика |
| 1. Вводное занятие | 1 | 1 | - |
| 2. Ритмико-гимнастические упражнения. | 8 |  | 8 |
| 3. Ритмические - упражнения с детскими звучащими инструментами. | 2 |  | 2 |
| 4. Народные пляски современные танцевальные движения, (танец по выбору). | 18 |  | 18 |
| 5.Коммуникативные музыкальные игры. | 4 | - | 4 |
| Игры-пластические импровизации под музыку. |  |  |  |
| 6. Итоговые занятия и мероприятия | 3 | - | 3 |
| Итого: | 36 | 1 | 35 |

**Содержание программы  
4 год обучения**

**Тема.1 Вводное занятие**

Повторение пройденного материала третьего года обучения (просмотр выступлений, видеоматериала). Объяснение важности обучения ритмике. Знакомство с расписанием занятий. Правила поведения. Дисциплина на занятиях. Внешний вид. Взаимоотношения «преподаватель - ученик», отношения между детьми. Инструктаж по технике безопасности.

**Тема 2. Ритмико-гимнастические упражнения**

Основные движения под музыку на 3/4, различение на слух двух, трех и четырехдольных размеров совершенствование движений под музыку со сменой метроритма, узнавание чередования размеров в произведениях. Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения, с переходом от умеренного, к быстрому или медленному темпу. Отражение хлопками, притопами, разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. Составление простых ритмических рисунков. Упражнения на выработку красивой осанки, развитие ловкости, равновесия- с подниманием на носки, с подниманием ноги, с закрытыми глазами. Различные упражнения с атласными лентами, мячами, кольцами и т.д. Точное начало и окончание движения по звучанию музыки.

**Тема 3. Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами**

Исполнение различных ритмов на звучащих детских инструментах в медленном и быстром темпе. Передача на различных инструментах основных ритмов знакомых песен и музыкальных пьес. Согласованное звучание инструментов в ансамбле и оркестре в канонах при исполнении различных ритмов в музыкальных произведениях. Использование нотной записи для игры на инструментах.

**Тема 4. Народные пляски и современные танцевальные движения**

Совершенствование танцевальных мелодий, отработанных ранее. Знакомство с новыми элементами танца и движениями: присядка и полу присядка на месте и с продвижением, «ковырялочка». Шаг вальса прямой и с поворотом, разнообразные сочетания отработанных шагов с движениями рук и хлопками. Различные композиции движений из русских и местных народных танцев, хороводы и парные танцы. Исполнение разученных танцев. Элементы диско-танца, элементы танца в современных ритмах. Сведения о современной пластике и ритмах. Массовые современные танцы по выбору педагога. Импровизация на темы современной музыки. Уметь выражать в пластике общее содержание музыки, ее образные ассоциации.

**Тема 5. Коммуникативные музыкальные игры**

Несложные фольклорные танцы со сменой партнеров. В этих танцах есть игровые сюжеты, что облегчает их запоминание. («Бинго», «Тетера», «Паш- паш», «Брейк-миксер».) Игры с воображаемыми героями. Игры с именами. Подражательные движения, игры под музыку, игры с пением. Инсценирование песен, простые сценические постановки.

**Тема 6. Итоговые занятия и мероприятия**

Итоговые занятия и мероприятия. В роли итоговых занятий выступают конкурсно - игровые программы, урок- концерт, танцевальные фестивали, новогодние праздники. Программы итоговых и досуговых мероприятий придуманы и составлены самим педагогом или заместителем директора курирующую воспитательную работу учреждения.

**Требования к уровню подготовки  
4 год обучения**

**Должны знать:**

* все изученные термины и названия;
* правую и левую стороны тела, пространства;

-5-6 танцев и плясок;

* правила поведения во время парного и массового танца;
* 2-
* 3 известных танцевальных коллектива.

**Должны уметь:**

* анализировать музыкальный материал;
* отражать изменениям движения любые изменения в характере, темпе, метроритме, регистре звучания музыки;
* участвовать в инсценирование песен, музыкальных сказок;
* узнавать звучание общеизвестных народных плясок;
* выразительно и технично исполнять танцевальную композицию;
* объективное оценивание своих действий и действий сверстников;
* воспроизводить ритмический рисунок на инструменте.

**Список литературы**

1. Буркова О.А. Музыкальная пластика Екатеринбург. 2001.
2. Бриске Э. Ритмика и танец. Хх/122 - Челябинск: ЧГИК, 1993.
3. Возрастная и педагогическая психология / под ред. Петровского. - г. М.: Педагогика. 2001.
4. Захаров Р. Сочинения танца. - М.: Искусство, 1989.
5. Зацепина К. Народно - сценический танец. - М.: Искусство. 2001.
6. Ивлева Л. Руководство воспитательным процессом в самодеятельном хореографическом коллективе. - Челябинск: ЧГИК, 1989.
7. Куприна Н.Г. Коммуникативные музыкальные игры в социальном развитие детей. Екатеринбург. 2002.
8. Коваль М.В. Внешкольные учреждения. Проблемы, перспективы. - М.: Институт развития личности. РАО, 1994.
9. Руднева С., Фиш Э. Ритмика музыкальное движение М.: «Просвещение», 1972.

Ю.Трефилова Т.В. Ритмика в классах выравнивания школы-интерната (1-4 класс). Екатеринбург 2001.

*\*

11 .Цыпина Н.А. Ритмика. Екатеринбург 2002.

Диагностический инструментарий для оценки результативности программы

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Отлично (5 баллов)** | **Хорошо (4 балла)** | | | **Удовлетворительно (3 балла)** | |
|  | ***Музыкальность*** | | | | | |
|  | Умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинает и  заканчивает движения вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки. | В движениях выражает общий характер музыки, темп. Начало и конец музыкального произведения совпадает не всегда. | | | Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. | |
|  | ***Артистичность*** | | | | | |
| ***Обучение*** | Умеет передать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции. Умеет выразить свои чувства не только в музыке, но и в слове | Не всегда умеет передать гамму чувств через мимику и пантомиму. Движения не всегда эмоциональны. | | | Мимика бедная,  движения  невыразительные. | |
|  | ***Пластичность, гибкость*** | | | | | |
|  | Движения рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения, мягкие, плавные и музыкальные. | Несложные  акробатические  упражнения  выполняет  недостаточно плавно, гибко, музыкально. | | | Низкий уровень мягкости, плавности, музыкальности. | |
|  |  | | | | | |
| Развитие | ***Координация движений*** | | | | | |
| Обладает точностью | Недостаточно точно | | Низкий уровень | | |
| исполнения | исполняет | | точности исполнения | | |
| упражнений, | танцевальные | | упражнений, | | |
| правильным | упражнения, | | правильности | | |
| сочетанием рук и ног | ритмические | | сочетания рук и ног | | |
| при танцевальных | композиции в быстром | | при танцевальных | | |
| видах движений. | и медленном темпе. | | видах движения, | | |
| Правильное и точное |  | | исполнения | | |
| исполнение |  | | ритмических | | |
| ритмических |  | | композиций в разном | | |
| композиций в быстром |  | | темпе. | | |
| и медленном темпе. |  | |  | | |
| ***Память*** | | | | | |
| Способен запоминать | Способен запомнить | | Не способен | | |
| музыку и движения, | последовательность | | запомнить | | |
| активно проявляет | упражнений в полном | | последовательность | | |
| разнообразные виды | объёме при | | движений или | | |
| памяти: музыкальную, | выполнении движений | | требует большого | | |
| двигательную и | педагогом. | | количества | | |
| зрительную. |  | | повторений. | | |
| ***Проявление активности и творчества*** | | | | | |
| Обладает | Есть положительный | | Инициативу | | |
| оригинальностью | эмоциональный | | проявляет редко, не | | |
| мышления, богатым | отклик на успехи свои | | испытывает радости | | |
| воображением, | и коллектива, | | при успешном | | |
| развитой интуицией, | периодически | | выполнении задания, | | |
| легко увлекается | инициативен, может | | способен выполнять | | |
| творческим процессом | предложить | | действия, но только | | |
|  | интересные идеи, но | | при помощи | | |
|  | не всегда может | | педагога. | | |
|  | оценить их и | |  | | |
|  | выполнить. | |  | | |
|  |
| ***Культура суждения о работе других*** | | | | | |
| Обладает | Не всегда способен | | Негативно реагирует | | |
| способностью | объективно оценить | | на успех партнёра, не | | |
| объективно оценивать | деятельность | | способен оценить | | |
| работу партнёров | партнёров. | | работу других. | | |
| Воспитание | ***Мотивация к занятиям, эмоциональный настрой*** | | | | | |
| Чётко выраженные  потребности. Стремление изучить предмет как будущую профессию. | Интерес на уровне  увлечения, поддерживается самостоятельно. Устойчивая мотивация. Ведущие мотивы:  познавательный, общения, добиться высоких результатов. | | Мотивация  неустойчивая, связанная с результативной стороной процесса. Интерес иногда поддерживается самостоятельно. | | |
|  | ***Проявление самостоятельности учащихся*** | | | | | |
| Самостоятелен на | | Способен  самостоятельной деятельности, но не всегда её проявляет. Работоспособен при помощи преподавателя. | | | Не способен работать  самостоятельно. |
| занятиях. | |
| ***Способность к коллективному творчеству*** | | | | | |
| Соблюдает нормы коллективных отношений. Умеет работать в коллективе, группах, паре. | | Не всегда испытывает потребность и стремление работать в коллективе. | | | Может пренебрегать нормами коллективных отношений. Не испытывает стремления работать в коллективе, группе, паре. |
| ***Способность к адекватной самооценке.*** | | | | | |
| ***Уверенность в своих силах и возможностях*** | | | | | |
| Способен правильно  воспринимать критику  и самокритичен.  Доброжелательно  относится к партнёру. Уверен в своих силах и возможностях. | | Не всегда может | | | Неадекватно |
| адекватно оценить | | | реагирует на |
| себя. Не всегда уверен | | | критику. Не уверен в |
| в своих силах и | | | своих силах и |
| возможностях. | | | возможностях. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Фамилия, имя учащегося** | **Обучение** | | | **Развитие** | | | **Воспитание** | | | | | **Средний балл** |
| **Музыкальность** | **Артистичность** | **Пластичность, гибкость** | **Координация движений** | **Память** | **Проявление активности, творчества** | **Культура суждения о работе других** | **Мотивация к занятиям, эмоциональный настрой** | **Проявление самостоятельности учащегося** | **Способность к коллективному творчеству** | **Способность к адекватной самооценке, уверенность в своих силах и возможностях** |  |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |