

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования-  
Шиловский районный Дом детского творчества  
муниципального образования - Шиловский муниципальный район  
Рязанской области**

**Принята**  
на педагогическом совете  
МБУ ДО Шиловский районный  
Дом детского творчества  
Протокол № 1 от 11.09.2024 г.

**Утверждаю**  
Директор МБУ ДО  
Шиловский районный  
Дом детского творчества  
Е.В. Гаврикова  
Приказ № 81 от 11.09.2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Ритмика для детей»**

**Уровень: ознакомительный  
Срок реализации: 72 часа  
Возраст обучающихся: 6 - 8 лет**

**Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
Славнова А.В.**

р.п. Шилово, 2024 г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика для детей» имеет *художественную направленность*.

Включение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика для детей» обеспечивает в рамках образовательной программы МБУ ДО Шиловский районный Дом детского творчества достижение личностных результатов. Программа направлена на понимание обучающимися ценности отечественного танцевального искусства, их ориентации на самовыражение в движении, в танце; возможность включения обучающихся в деятельность, организуемую образовательной организацией.

### **Актуальность программы**

Ритмика учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Ритмика способствует развитию моторики, учит ребенка синхронно двигаться и перестраиваться, держать интервалы. Благодаря систематическому музыкально-ритмическому образованию и воспитанию дети приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства. Одной из первоначальных задач эстетического воспитания является раскрытие детям красоты и логики простейшего движения вообще и танцевальных движений в частности. Постепенно дети получают навыки организованных движений, осознают их закономерный характер, координацию и научаются управлять ими. Программа направлена на формирование и развитие у обучающихся таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевального шага.

Данная программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей.

### **Отличительные особенности**

программы заключаются в самой специфике танцевального искусства, которая определяется многогранным воздействием танца на человека. Танец воспитывает в детях умение работать самостоятельно и в коллективе, концентрироваться на поставленных задачах, готовит, таким образом, дошкольников к серьезным занятиям.

**Условия набора:** Набор в объединение осуществляется по желанию детей через запись в АИС «Навигатор-62». Ограничений гендерного характера, по состоянию здоровья не предусматривается. Специальных знаний и умений не требуется.

**Условия формирования групп:** Группы создаются по возрасту. Состав - постоянный по группам. Оптимальное количество детей в группах объединения для успешного освоения программы - 10-15 человек.

## **Особенности организации образовательного процесса**

В ходе усвоения детьми содержания программы учитывается темп развития специальных умений и навыков, уровень самостоятельности, умение работать в коллективе. Основной акцент в обучении детей дошкольного возраста необходимо делать на развитие чувства ритма, координации, музыкального внимания, умения владеть своим телом. Развитие вышеперечисленных навыков оказывает огромное влияние на развитие воли, характера, интеллекта и культуры ребенка.

Приступая к занятиям, сразу же следует сориентировать учащихся и их родителей на необходимость соблюдения определенной формы одежды. Это позволит создать рабочую обстановку и с первых занятий приучить к необходимой дисциплине. Кроме того, требование единой формы для учащихся способствует воспитанию столь необходимого эстетического вкуса.

Большое значение при организации образовательного процесса имеет подбор музыкального материала. Трудно правильно подобрать музыку для ритмических упражнений, особенно для марша, т.к. темп музыкального материала, предлагаемого в записи, зачастую не подходит для детей дошкольного возраста. Наиболее близки по темпу военные марши, но восприятие подобной музыки затруднительно для детей дошкольного возраста. Для решения этой задачи предлагается использовать компьютерные программы по изменению музыкального материала. В музыкальных играх можно использовать записи детских песен.

При проведении занятия необходимо использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям. Так, образные сравнения, приводимые в объяснении движения, помогают детям правильно его осваивать, так как создают у детей особое настроение, что вызывает желание активно действовать, сопереживать. Положительные эмоции при игровом обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Нельзя вести обучение на фоне отрицательных эмоций. Необходимо увлекать, заинтересовывать ребят – только тогда обучение движениям будет эффективным.

**Уровень программы – ознакомительный (стартовый).**

**Язык реализации программы:** государственный язык Российской Федерации – русский.

**Объем программы:** 72 часа.

**Срок освоения программы:** 1 год обучения.

**Режим занятий:** Обучение проводится с сентября по май. Занятия проводятся один раз в неделю по 2 часа. Продолжительность 30 минут для дошкольников, 45 минут для школьников. Обязательный перерыв между занятиями 10 минут.

**Форма обучения** - очная.

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:**

- Фронтальная – при отработке навыков и закреплении пройденного материала;
- групповая (работа в парах и малых группах, в т.ч. переменного состава) – во время выполнения заданий;
- индивидуальная (оказание помощи детям).

**Формы обучения:** Форма обучения - очная.

**Формы проведения занятий:** групповые занятия. Основным видом деятельности на занятиях является музыкально-ритмическая *практическая деятельность*.

**Формы подведения итогов:** контрольное выполнение творческих заданий, конкурс на лучшее исполнение практических упражнений (внутри группы), викторина, тестирование.

**Адресат программы:**

Предлагаемая программа «Ритмика для детей» предназначена для детей 6-8 лет, не имеющих танцевальной подготовки и не владеющих базовыми движениями. Группы формируются из воспитанников подготовительных групп детских садов и учащихся начального звена школ.

### **Цель**

Развитие чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку.

### **Задачи**

**Обучающие:**

- дать знания основных правил выполнения упражнений, терминологии;
- научить комплексу разминочных упражнений для подготовки тела к занятию;
- обучить правилам техники безопасности на занятии;
- формировать умение правильно и красиво двигаться под музыку в соответствии заданному ритму;
- обучить правильному и выразительному исполнению ритмических движений, танцевальных композиций и упражнений;
- познакомить с основами танцевальной культуры русского народа.

**Развивающие:**

- развивать хореографические способности учащихся, пластичность и выразительность движений;
- развивать двигательный опыт учащихся посредством усложнения ранее освоенных упражнений;
- развивать музыкальность, чувство ритма.

**Воспитательные:**

- формировать такие качества, как ответственность, пунктуальность, аккуратность;
- формировать мотивацию к достижению цели;
- воспитывать чувства коллективизма.

**Учебный план**

|   | Название тем  | Количество часов |          |       | Форма контроля  |
|---|---|------------------|----------|-------|---|
|   |   | теория           | практика | всего |   |
| 1 | <b>Вводное занятие.</b>   | 1                | 2        | 3     | Вводная диагностика.  |
| 2 | <b>Тема 1.</b><br>Постановка корпуса.<br>Поклоны.                     | 1                | 1        | 2     | Педагогическое наблюдение.  |
| 3 | <b>Тема 2.</b><br>Ритмические разминки и упражнения.                  | 1                | 2        | 3     | Педагогическое наблюдение.  |
| 4 | <b>Тема 3.</b><br>Марш, движение под маршевую музыку.                 | 1                | 3        | 4     | Педагогическое наблюдение.<br>Анализ выполнения изученных движений.         |
| 5 | <b>Тема 4.</b><br>Основные танцевальные элементы.                     | 1                | 5        | 6     | Педагогическое наблюдение.<br>Анализ выполнения изученных движений.         |
| 6 | <b>Тема 5.</b><br>Упражнения и игры на ориентирование в пространстве. | 2                | 14       | 16    | Педагогическое наблюдение.<br>Анализ поведения учащихся в игровой ситуации. |

|       |   |    |    |    |   |
|-------|---|----|----|----|---|
|       |   |    |    |    | Опрос.  |
| 7     | Промежуточная аттестация.                                     | 1  | 1  | 2  | Анализ выполнения изученных движений.<br>Викторина.                         |
| 8     | <b>Тема 6.</b><br>Русский танцевальный фольклор.<br>Хоровод.  | 2  | 15 | 17 | Педагогическое наблюдение.  |
| 9     | <b>Тема 7.</b><br>Упражнения и игры, активизирующие внимание. | 2  | 14 | 16 | Педагогическое наблюдение.<br>Анализ поведения учащихся в игровой ситуации. |
| 10    | Итоговое занятие (аттестация).                                | 1  | 2  | 3  | Открытое занятие.<br>Анализ выполнения изученных движений.<br>Тестирование. |
| Итого |   | 13 | 59 | 72 |   |

### Содержание учебного плана

#### **Вводное занятие.**

*Теория.* Правила внутреннего распорядка. Знакомство с группой. Правила поведения на занятии и в ДДТ. Инструктаж по технике безопасности. Основные требования к учащимся.

Роль ритмики в нашей жизни.

*Практика.* Творческое задание с целью вводной диагностики готовности к обучению. (Приложение 1).

#### **Тема 1. Постановка корпуса. Поклоны.**

*Теория.* Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы. Поклон-приветствие. Основные позиции в танце.

*Практика.* Расстановка детей в зале. Разучивание поклона. Постановка корпуса. Положения головы. (Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне (можно с ритмическим рисунком).

Изучение позиций ног, рук.

#### **Тема 2. Ритмические разминки и упражнения.**

*Теория.* Понятие разминка. Значение разминки.

*Практика.* Отработка разминок: для развития суставов и мышц плечевого

пояса («Руки на пояс», «Делай так»), разминка на развитие мышц и суставов рук и ног («Буратино», «Незнайка»); упражнения на укрепление мышц спины и развития гибкости позвоночника («Цветочек», «Куклы»).

### **Тема 3. Марш, движение под маршевую музыку.**

*Теория.* Марш, виды марша. Понятие ритма. Музыка для марша. *Практика.* Прослушивание музыкального материала. Отработка навыков построения, маршировки на месте и с продвижением вперед, назад и по кругу, в колонну через центр зала и по диагонали, со сменой ведущего, под музыку; перестроение по 2 (в кругу).

### **Тема 4. Танцевальные элементы.**

*Теория.* Танцевальные элементы: виды шага, прыжки, пружинка, бег, галоп, приседания, гармошка, повороты.

*Практика.* Разучивание шага из 1 свободной позиции. Отработка навыков: шагов (с носочка, на полупальцах, на пяточках, приставной, с притопом) пружинка, прыжки на месте (простые, с поджатыми ногами, с открыванием ног в сторону), бег, поскоки, галоп (боковой, прямой), со сменой направления, бег и шаг с высоким подниманием колена, шаг в полуприсяде, вынос пятки и носка вперед и в сторону, гармошка, приседания, повороты на месте, обход вокруг себя.

### **Тема 5. Упражнения на ориентирование в пространстве.**

*Теория.* Танцевальный рисунок. Ориентация в пространстве. Основные точки зала. Построение, перестроение. Шеренга, колонна, круг, расстановка в шахматном порядке. Дистанция.

*Практика.* Выполнение изученных элементов движений по ориентации в пространстве: основные точки зала. Построение в шеренгу, колонну, круг, полукруг.

Перемещение в обход зала по одному и в парах, перестроение в парах. Свободное размещение в зале с возвратом в шеренгу, колонну, круг, полукруг, расстановка в шахматном порядке. Упражнения на сохранение дистанции: в кругу, в колонне, шеренге. Равнение в колонне, шеренге.

**Промежуточная аттестация.** Открытое занятие (декабрь) - выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Викторина.

### **Тема 6. Русский танцевальный фольклор. Хоровод.**

*Теория.* Русский танцевальный фольклор, танцевальные элементы, комбинации в русском характере. Хоровод.

*Практика.* Отработка русского народного поклона, танцевальных элементов: круг, «змейка», «улитка», «воротца». Отработка навыков хороводного шага: переменный ход вперед, назад; хлопушки; ход с подскоком и ударом носка; марш с руками. Хоровод «Светит месяц».

## **Тема 7. Упражнения и игры, активизирующие внимание.**

*Теория.* Правила исполнения упражнения, правила игры.

*Практика.* «Задом–наперед», «Кот и мыши», «Зеркало», «Колобок», «Невод», «День и ночь», «Займи место первым», «Веселая змейка», различные эстафеты.

**Итоговое занятие** (Аттестация). Практическое задание: Исполнение творческих практических заданий (маршировки, упражнений на ориентирование в пространстве; танцевальных элементов). Тестирование.

### **Ожидаемые результаты**

#### *Личностные:*

- сформированы такие качества, как ответственность, пунктуальность, аккуратность;
- сформирована мотивация к достижению цели;
- воспитано чувства коллективизма;

#### *Метапредметные:*

- развиты хореографические способности учащихся, пластичность и выразительность движений;
- развит двигательный опыт учащихся посредством усложнения ранее освоенных упражнений;
- развиты музыкальность, чувство ритма.

#### *Предметные:*

- усвоены знания:
  - основных правил выполнения упражнений, терминологии;
  - комплекса разминочных упражнений для подготовки тела к занятию;
  - правил техники безопасности на занятии;
- сформировано умение правильно и красиво двигаться под музыку в соответствии заданному ритму;
- обучены правильному и выразительному исполнению ритмических движений, танцевальных композиций и упражнений;
- ознакомлены с основами танцевальной культуры русского народа.

### **Комплекс организационно-педагогических условий Календарный учебный график**

| <b>Количество учебных недель</b> | <b>Количество учебных часов</b> | <b>Сроки проведения аттестации</b> | <b>Режим занятий</b> |
|----------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|----------------------|
|----------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|----------------------|



|    |    |  |  |
|----|----|--|--|
| 36 | 72 | <i>Промежуточная аттестация – (Декабрь)<br/>Итоговая аттестация- (Май)</i> | <i>Одно занятие в неделю по два академических часа</i> |
|----|----|--|--|

### **Формы аттестации (контроля)**

**Входной контроль (диагностика)** организуется в начале учебного года в форме выполнения заданий. Цель входной диагностики – познакомиться с обучающимися и определить уровень их природных данных и творческих способностей на начальном этапе обучения. (*Приложение 1*).

**Текущий контроль** осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся.

Проводится конкурс на лучшее исполнение практических упражнений (внутри группы)

**Промежуточная аттестация** проводится в конце первого полугодия: Оценивается правильность выполнения контрольных заданий - упражнений, движений и ответы на вопросы викторины. (*Приложение 2*).

**Итоговая аттестация** проводится по окончании обучения и определяет уровень усвоения учащимися программного содержания. Задачей является оценивание уровня усвоения практических умений (*Приложение 3*) и теоретических знаний материала программы. (*Приложение 4*).

### **Оценочные материалы**

*Оценка природных данных и творческих способностей на начальном этапе обучения, баллы суммируются: высокий уровень – 18-13 баллов; средний уровень – 12- 6 баллов; низкий уровень – 5 - 0 баллов.*

*Оценка сформированности практических умений обучающихся педагогом проводится по трёхбалльной системе, баллы суммируются: высокий уровень – 18-13 баллов; средний уровень – 12- 6 баллов; низкий уровень – 5 - 0 баллов.*

*Оценка сформированности теоретических знаний: каждый правильный ответ – один балл, баллы суммируются: высокий уровень 8- 6 баллов; средний уровень – 5-3балла; низкий уровень – 2 - 0 баллов;*

*Баллы заносятся в Карту результатов аттестации, суммируются. Определяется уровень: высокий – 26-19, средний – 18 - 10, низкий –9-0. (*Приложение 5*).*

### **Методическое обеспечение программы**

#### ***Педагогические технологии***

- *Информационные технологии* предоставляют возможность: рационально организовать познавательную деятельность учащихся в ходе учебного

процесса; сделать обучение более эффективным: просматривать в видеозаписи исполнения различных упражнений, выступлений коллективов, презентация к викторине; во внеурочное время - просмотр видеофильмов к Дню Героев Отечества, Дню Победы и др.

- *Групповые технологии* предполагают организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию. Особенности групповой технологии заключаются в том, что учебная группа делится на подгруппы для решения и выполнения конкретной задачи- выполнения творческого задания.
- *Игровые технологии*, используемые в обучении учащихся, позволяют: формировать мотивационную сферу учащихся; повысить интерес к предмету и расширять кругозор детей; практически закреплять полученные знания; развивать коммуникативные навыки учащихся; раскрывать креативные способности учащихся; формировать навык совместной деятельности. На занятиях по программе «Ритмика для детей» проводятся игры на знакомство, игры, активизирующие внимание «День и ночь», «Займи место первым», «Веселая змейка» и др.; во внеурочное время - игровые программы: «Как я бабушку люблю», «Зимние забавы» и др.
- *Здоровьесберегающая технология* предполагает создание условий обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований); рациональную организацию учебного процесса (в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, рационально организованный двигательный режим. На занятиях по программе «Ритмика для детей» обязательны кратковременный отдых во время занятий, смена видов деятельности. Безусловно, выполнение требований СанПИН.

### ***Формы организации образовательного процесса***

#### **Отслеживание образовательных результатов**

помогают реализовать следующие методы:

- *Методы практического контроля*

Выполнение практических работ является эффективным способом проверки знаний, умений и навыков.

- *Метод педагогического наблюдения* используется при текущем контроле знаний.

Этот метод позволяет педагогу составить представление о том, как ведут себя учащиеся на занятиях, как они воспринимают и осмысливают изучаемый материал, какая у них память, в какой мере они проявляют сообразительность и самостоятельность. Выполнение изученных упражнений, движений является эффективным способом проверки знаний, умений и навыков.

Результаты учитываются педагогом для корректировки обучения в общей итоговой оценке учащегося для своевременного выявления неуспеваемости.

## **Методы обучения**

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (практический показ движения педагогом, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения,);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

## **Примерное построение занятий по программе:**

1. Организационная часть: настрой на учебную работу.
2. Теоретическая часть: повторение и объяснение материала. Показ изучаемых движений педагогом, показ движений или их комбинаций.
3. Практическая часть: выполнение учащимися новых движений и их связок. Танцевальные, подвижные игры.
4. Подведение итогов занятия: индивидуальное исполнение учащимися вновь изученных движений и их связок.

## **Для проведения занятий необходимо следующее материально-техническое обеспечение:**

- учебный зал для занятий – хорошо проветриваемое и освещенное помещение;
- коврики;
- специальная форма и обувь;
- музыкальное сопровождение - технические средства обучения: звуко-техническое и видеооборудование (компьютер, музыкальный центр, DVD диски, USB носители, диски с записями детских танцевальных песен и мелодий, стихи для двигательного-речевых упражнений);
- **дидактическое обеспечение:** учебные пособия, учебно-методическая литература, наглядные пособия;
- **информационное обеспечение:** поисковые системы, сайты интернета.

## **Литература**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - М.: Искусство, 1964.
2. Богомолова П. В. Художественная ритмика: программа для 1-3 кл.- М. 1991.
3. Зарецкая Н.В. Танцы для детей младшего дошкольного возраста.- М.: Айрис-пресс, 2007.
4. Ионова И.И. Ритмика. -М.: Гран Дан, 2003.

5. Кенеман А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста.- М., 1999.
6. Кронова. Е.В. Методическое пособие по ритмике.- М.,1998.
- Раевская Е. П. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду.- М., 1991.
7. Родительские собрания, тренинги, консультативные вечера, творческие лаборатории, игровые практикумы/ авт.- сост. О.А. Павлова.- Волгоград: Учитель, 2009.
8. Тобиас М., Стюарт М. Растягивайся и расслабляйся. Пер. с английского. -М., 1994.
9. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. - М., 1989.

#### **Литература для родителей и учащихся**

1. Березовский.Б.Л. Методика выявления музыкальных способностей у детей. Вопросы психологии. Киев, 1987.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребенком. Как?» М. Сфера, 2003.
3. Пуртова Т. В., Беликова А. П., Кветная О. В. Учите детей танцевать. М. 2004.
4. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М. 1997.
5. Худеков С.Н. Иллюстрированная история танца. М., «Эксмо» 2009.

#### **Электронные образовательные ресурсы**

1. Хореография. Ритмика. Хореограф Анна Пешкова.
2. Развитие физических и творческих способностей у детей младшего школьного возраста. А. Чернушкова. <https://www.youtube.com/watch?v=vX04fFzTl6M>
3. Vaganova Ballet Academy. Classic Dance Exam.  
<https://www.youtube.com/watch?v=pKBz7c30m5A>
4. Современная хореография для детей . Авторский курс Евгении Шарковой.<https://www.youtube.com/watch?v=YWBuk6gMsbM>
5. Мастер классы для танцоров и хореографов  
<https://www.youtube.com/watch?v=nJSKV3UYQyQ>
6. Урок народно-характерного танца. Автор - Исакова А.  
[https://www.youtube.com/watch?v=F2OA\\_xfCiXc](https://www.youtube.com/watch?v=F2OA_xfCiXc)
7. Открытый урок. Народный танец.  
<https://www.youtube.com/watch?v=33H8XQEvm18>  
<https://www.youtube.com/watch?v=wtnNUo5K7vM>.

## Приложения

### Приложение 1

**Таблица критериев и оценки вводной диагностики. Таблица №1**

| Критерии   | Оценка результативности  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | Высокий уровень (3 балла)  | Средний уровень (2 балла)  | Низкий уровень (1 балл)                                  |
|  | <b>Критерии</b>  |  |  |
| <b>Музыкальность</b>                                 | Хорошая музыкальная память, отзывчивость на музыку.  | Удовлетворительная музыкальная память, недостаточная отзывчивость на музыку.   | Плохая музыкальная память.                               |
| <b>Чувство ритма</b>                                 | Хорошее чувство ритма.   | Удовлетворительное чувство ритма.  | Неразвитое чувство ритма.                                |
| <b>Выразительность, артистичность</b>                | Эмоциональное исполнение танцевальных композиций.  | Изображение отдельных эмоциональных состояний.   | Отсутствие эмоций при исполнении танцевальных элементов. |
| <b>Координация движения</b>                          | Согласованная активность рук и ног, направленная на успешное выполнение двигательной задачи. | Постановка позиций рук и ног, исполнение танцевальных элементов при статичной позиции рук. Не всегда точные и контролируемые движения. | Отсутствие координации движения.                         |
| <b>Физические данные (осанка, выворотность стоп)</b> | Прямая осанка при исполнении упражнения, постановка стоп в заданную позицию.                 | Прямая постановка спины, отсутствие зажима, исполнение фигур и движений в свободной позиции стоп.                                      | Кривая осанка, зажатость, плохая выворотность стоп.      |
| <b>Выполнение танцевальных</b>                       | Выполнение упражнений на   | Испытывают затруднения при   | Частичное освоение, упражнений,                          |

|              |                             |   |  |
|--------------|-----------------------------|---|--|
| <b>фигур</b> | высоком техническом уровне. | выполнении упражнений, но при этом воспроизводят его. | неудовлетворительная техника исполнения. |
|--------------|-----------------------------|---|--|

## *Приложение 2*

### **Викторина (сопровождается презентацией)**

#### **1. Что такое ритмика?**

**это выполнение простых танцевальных движений под музыку.**

#### **2. Разминка. Для чего она нужна?**

Разминка - это короткая подготовка к занятиям ритмикой или спортивной тренировкой, проводимая непосредственно перед началом упражнений. Разминка уменьшает риск получения травм, помогает кровеносной системе настроиться на занятия и улучшает снабжение рабочих мышц кислородом. Таким образом, разминка подготавливает организм к удовлетворению потребностей мышц во время тренировок. Холодные мышцы могут не выдержать нагрузки, что приведёт к их повреждению.

#### **3. Восстановление дыхания**

Мы попрыгали немножко,

Бегали мы по дорожке,

А теперь замедлим шаг,

Идём тихо, не спеша.

Мы здоровы, мы бодры!

**А что сделать мы должны?**

**Вопрос:** Что делаем мы после активной разминки?

**Ответ:** Восстанавливаем дыхание.

#### **4. Какая позиция**

**Вопрос:** Ноги расположены на одной линии, пятки сведены друг к другу, а носки разведены в стороны. Какая это позиция?

**Ответ:** Первая.

#### **5. Марш**

Как солдаты мы шагаем

Раз, два, три!

Мы спортивные ребята,

Посмотри!

Спину ровно, не зевай!

**В... (марше) ты не отставай!**

**Вопрос:** Что такое марш?

**Ответ:** Марш- музыка с четким, чеканным ритмом, бодрым, мужественным, героическим характером, обычно исполняемая на духовых и ударных инструментах.

### 6. Элемент русского танца

**Вопрос:** Основной, очень распространённый элемент русского танца, исполняемый мужчинами.

**Ответ:** Приседание, присядка.

### 7-8. Основные точки зала

**Задание:** Покажите на картинке точку 1.

**Ответ:** Точка 1 – это зритель (середина зрительского ряда или зеркало в зале)

**Задание:** Покажите на картинке точку 5.

**Ответ:** Точка 5 - середина задника сцены.

## Приложение 3

Таблица критериев. Таблица №2

| Критерии                              | Оценка результативности  |  |  |
|---------------------------------------|--|--|--|
|                                       | Высокий уровень (3 балла)  | Средний уровень (2 балла)  | Низкий уровень (1 балл)                                  |
|                                       | <b>Критерии</b>  |  |  |
| <b>Музыкальность</b>                  | Хорошая музыкальная память, отзывчивость на музыку.  | Удовлетворительная музыкальная память, недостаточная отзывчивость на музыку.                             | Плохая музыкальная память.                               |
| <b>Чувство ритма</b>                  | Хорошее чувство ритма  | Удовлетворительное чувство ритма.  | Неразвитое чувство ритма.                                |
| <b>Выразительность, артистичность</b> | Эмоциональное исполнение танцевальных композиций.  | Изображение отдельных эмоциональных состояний.   | Отсутствие эмоций при исполнении танцевальных элементов. |
| <b>Координация движения</b>           | Согласованная активность рук и ног, направленная на успешное выполнение двигательной задачи. Точные, | Исполнение танцевальных элементов при статичной позиции рук. Не всегда точные и контролируемые движения. | Отсутствие координации движения.                         |

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
|  | контролируемые движения за счет синхронной работы разных групп мышц.          |  |  |
| <b>Выполнение танцевальных фигур, техника их исполнения</b>                  | Правильное выполнение упражнений на высоком техническом уровне.               | Испытывают затруднения при выполнении упражнений, но при этом воспроизводят его.     | Частичное освоение, упражнений, неудовлетворительная техника исполнения.                       |
| <b>Ансамблевое (коллективное) исполнение танца или танцевальных движений</b> | Исполнение танцевальных композиций в группе артистично и технически грамотно. | Исполнение в группе танцевальных композиций с незначительными нарушениями в технике. | Исполнение в группе простейших танцевальных композиций со значительными нарушениями в технике. |

#### *Приложение 4*

### *Итоговое тестирование*

#### **1. Что такое ритмика?**

- а) это выполнение простых танцевальных движений под музыку;
- б) это занятия по народному танцу;
- в) это музыкальное занятие.

#### **2. Можно ли с помощью движений передать настроение?**

- а) нет, невозможно передать настроение движениями;
- б) да можно, ведь ритмика учит детей владеть своим телом, а значит теми или иными движениями показывать свое настроение;
- в) с помощью движений можно передать только радостное настроение.

#### **3. Для чего нужна ритмика?**

- а) для того, чтобы развивать ловкость, координацию;
- б) для развития чувства ритма, музыкальности, выразительности, пластики;
- в) выполнение спортивных нормативов.

#### **4. Что такое ритм?**

- а) это изменяющаяся скорость выполнения движений;
- б) это смена громкости звучания музыки;
- в) это упорядоченное чередование звуков, чаще всего разной длительности.

#### **5. Что такое темп?**

- а) громкость музыки;



- б) степень исполнения быстроты чего-либо;
- в) интенсивность выполнения движений.

### 6. Основные точки зала

**Задание:** Покажите на картинке точку 7.

7. Назовите самый древний массовый танец-игру, свойственный всем народам.

- а) вальс;
- б) лезгинка;
- в) хоровод.

### 8. Как называется танцевальный спектакль?

- а) опера;
- б) балет;
- в) пьеса.

## Приложение 5

### Карта итогов аттестации

| №<br>№ | Фамилия<br>учащегося | Теорети-<br>ческие знания |         | Практические<br>умения |         | Итого            |         |
|--------|----------------------|---------------------------|---------|------------------------|---------|------------------|---------|
|        |                      | Кол-во<br>баллов          | Уровень | Кол-во<br>баллов       | Уровень | Кол-во<br>баллов | Уровень |
|        |                      |                           |         |                        |         |                  |         |

## Приложение 6

### Воспитательная работа

**Цель воспитания обучающихся в объединении** – создание условий формирования системы традиционных общероссийских ценностей

**Задачи:**

- приобретение знаний о танцевальном творчестве Рязанской области, России;
- приобретение опыта социального взаимодействия;
- формирование чувства гордости за Россию, ее культурные и природные богатства, историю, традиции, обычаи, людей труда;
- формирование у детей навыков самостоятельности, самоанализа, самооценки;
- развитие интереса к познанию и творчеству.

### Методы воспитания

В качестве основных выступают следующие методы воспитания:

1. **Методы формирования сознания личности:** убеждение, внушение, беседа, рассказ, объяснение, разъяснение, инструктаж, пример.

**2. Методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения:** педагогическое требование, общественное мнение, приучение, упражнение, поручение

**3. Методы стимулирования деятельности и поведения:** соревнование, поощрение, наказание, создание ситуации успеха, показ образцов для подражания.

**4. Методы оценки и самооценки,** с помощью которых производится оценка поступков, стимулирование деятельности, оказывается помощь в саморегуляции их поведения: оценка, замечания, ситуации доверия, контроль, самоконтроль, самокритика.

**Формы проведения воспитательных мероприятий:**

- экскурсии, беседы, конкурсы, игровые программы,
- творческие поздравления, флешмобы.

**План воспитательной работы**

| №   | Мероприятия                                       | Форма проведения                        | Время проведения | Ответственные |
|-----|---|---|------------------|---------------|
| 1.  | Международный день пожилых людей                  | Игровая программа «Как я бабушку люблю» | 1 октября        | Педагог       |
| 2.  | День учителя                                      | Беседа, поздравление педагогов.         | 5 октября        | Педагог       |
| 3.  | День народного единства                           | Просмотр фильма «Наша Родина»           | 4 ноября         | Педагог       |
| 4.  | Праздник «День матери»                            | Концерт для Мам                         | Ноябрь           | Педагог       |
| 5.  | День Государственного герба Российской Федерации. | Флешмоб                                 | 30 ноября        | Педагог       |
| 6.  | День Героев Отечества                             | Беседа, просмотр видеофильма            | 9 ноября         | Педагог       |
| 7.  | Что такое осень?                                  | Игровая программа                       | Осенние каникулы | Педагог       |
| 8.  | Новый год Новогодние утренники.                   | Театрализованное представление.         | Декабрь          | Педагоги      |
| 9.  | «Зимние забавы»                                   | Игровая программа                       | Зимние каникулы  | Педагог       |
| 10. | День защитника Отечества.                         | Беседа, просмотр видеофильма            | 23 февраля       | Педагог       |

|     |                            |  |           |                     |
|-----|----------------------------|--|-----------|---------------------|
| 11. | Международный женский день | Участие в учрежденческом праздничном мероприятии | Март      | Педагог-организатор |
| 12. | День Вальса                | Беседа. Как появился Вальс.<br>Танцуем Вальс     | 14 марта  | Педагог             |
| 13. | Международный день танца   | «Мы покажем, что узнали»<br>Открытое занятие     | 29 апреля | Педагог             |
| 14. | День Победы                | Фильм о Победе<br>Танцы на военную тему          | Май       | Педагог             |
| 15. | День защиты детей          | Игровая программа                                | 1 июня    | Педагог             |

### **Работа с родителями**

1. проведение родительских собраний;
2. индивидуальные консультации с родителями;
3. проведение открытых занятий для родителей.

### **Ожидаемые результаты:**

- Приобретены:  
знания о танцевальном творчестве Рязанской области, России; опыт социального взаимодействия;
- сформированы чувства гордости за Россию, ее культурные и природные богатства, историю, традиции, обычаи, людей труда;
- сформированы навыки самостоятельности, самоанализа, самооценки;
- развит интерес к познанию и творчеству.