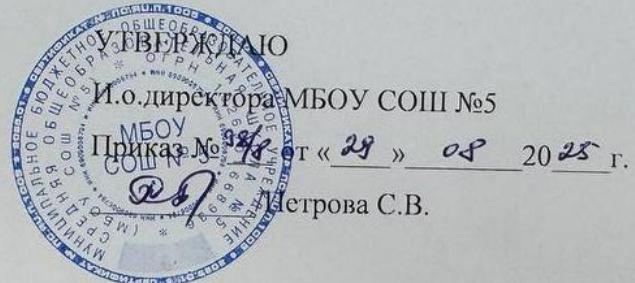


**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5**

СОГЛАСОВАНО
педагогическим советом
Протокол № 1
от «28» 08 2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Ритм»**

Направленность: художественная
Общий объем программы в часах: 198 часов
Возраст обучающихся: 12-18 лет
Срок реализации программы: 3 года
Уровень: разноуровневая
Автор: педагог дополнительного образования
Анастасия Сергеевна Сузенкина

Кашин – 2025 г.

Информационная карта программы

Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритм»
Направленность	художественная
Разработчик программы	Педагог дополнительного образования Анастасия Сергеевна Сузенкина, руководитель кружка «Большая перемена»
Общий объем часов по программе	198 часов
Форма реализации	очная
Целевая категория обучающихся	Обучающиеся в возрасте 12-18 лет
Аннотация программы	<p>Данная программа направлена на формирование у обучающихся основных двигательных умений и навыков, и развитие интереса к музыке и танцам.</p> <p>Методика программы состоит из наглядного, словесного и практического обучения.</p>
Планируемый результат реализации программы	<p>В результате освоения программы дети должны:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знать: названия классических движений; первичные сведения об искусстве хореографии; позиции рук и ног; значения слов, используемых в хореографии. – уметь: воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения; соединять отдельные движения в хореографической композиции; исполнять движения классического характера; определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритм» составлена в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Министерства просвещения Российской Федерации РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», письма Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

Данная программа является разноуровневой и имеет художественную направленность. Предназначена для детей 12-18 лет с целью пробудить у обучающихся интерес к миру танца, приобщение их к данному виду искусства и спорта одновременно. Данная рабочая программа предназначена для преподавателей дополнительного образования и рассчитана на 6 лет. Программа достаточно вариативна и позволяет проявить индивидуальный творческий подход.

Одной из важнейших задач образовательного процесса является художественно-эстетическое развитие учащихся. Приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями и историей танца, прослушивание музыки развивают и внутренне обогащают школьников, прививают умение через танец выражать различные мысли и чувства человека. Способность согласовывать движения своего тела с музыкой вызывает комфортное состояние, и танцующий испытывает радость и удовольствие, осваивая задачи, которые ставит перед ним педагог. Ребёнок учится сознательно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его

простейших элементах и сложной координации, различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой.

Одним из предметов, направленных на решения этой задачи, является обучение детей танцевально-ритмическим движениям. Занятия танцами обеспечивает активный отдых детей во внеурочное время, а также удовлетворяет естественную потребность в движении.

Главной особенностью данной программы является то, что уже через несколько месяцев учащиеся овладевают минимальными навыками танца и способны показать своё умение на различных конкурсах и праздниках, проведение которых вносит в процесс обучения элементы соревнования, работу на результат.

Движение в ритме, в темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем. Появляется так называемый лечебный эффект. В результате регулярных занятий создаётся мышечный корсет, и исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие. Таким образом, решается задача общего укрепления и физического развития ребёнка.

Актуальность программы обусловлена требованиями общества на воспитание личности ребенка в гуманистической, художественной и общекультурной направленностях, с очевидной возможностью последующей самореализации в жизни.

Актуальность данной программы состоит еще и в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Цель реализации программы: формирование у обучающихся творческих способностей, развитие танцевальной культуры и эстетического восприятия обучающихся средствами хореографии.

Задачи программы:

Обучающие:

- обеспечить усвоение знаний в области хореографического искусства;
- обеспечить усвоение обучающихся навыков основ эстрадной, народной и современной хореографии;
- обеспечить изучение народных традиций и региональных особенностей хореографической культуры народов мира.

Развивающие:

- развивать творческое мышление;
- расширять круг интересов, развивать самостоятельность, аккуратность, ответственность, активность, критическое и творческое мышление при работе индивидуально и в команде, при выполнении индивидуальных и групповых заданий по хореографии;
- развивать эмоционально-ценностный и коммуникативный опыт;
- способствовать развитию толерантного общения, активной созидательной жизни, развитию культурного уровня детей.

Воспитательные:

- воспитывать дисциплинированность, ответственность, самоорганизацию, трудолюбие;
- обеспечивать формирование чувства коллективизма и взаимопомощи;
- воспитывать у детей активность и самостоятельность общения;
- сформировать общую культуру личности ребенка, способность адаптироваться в современном обществе.

Новизна программы, в отличие от существующих программ по хореографии, обеспечивается тем, что дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритм», реализуемая на базе МБОУ СОШ №5, предоставляет возможность организовать образовательный процесс на основе установленных требований, сохраняя основные подходы и технологии в организации образовательного процесса. В тоже время, педагог-наставник может наполнять программу содержанием в зависимости от тенденций развития хореографии и необходимых требований и форм работы в текущий момент деятельности.

Отличительной особенностью данной программы заключается в том, что в ней использованы особые формы организации образовательного процесса: игра, групповая работа, импровизация. В процессе обучения значимое место уделяется методу интеграции, который позволяет соединить элементы различных предметов: музыки, театра, гимнастики, что способствовало рождению качественно новых практических знаний и умений. Обучающиеся могут начать обучение по программе «Ритм» согласно своему возрасту и при прохождении мониторинга знаний, умений и навыков.

Функции программы

Образовательная функция заключается в организации обучения ребёнка по данной программе, получение новых знаний.

Компенсаторная функция программы реализуется посредством чередования различных видов деятельности обучающихся, характера нагрузок, темпов осуществления деятельности.

Социально–адаптивная функция программы состоит в том, что каждый обучающийся отрабатывает навыки взаимодействия с другими участниками программы, преодолевая проблемно-конфликтные ситуации, переживая успехи и неудачи, вырабатывает индивидуальный способ самореализации, успешного существования в реальном мире.

Адресат программы. Программа «Ритм» предназначена для обучающихся в возрасте 12-18 лет, без ограничений возможностей здоровья, проявляющих интерес к музыке и танцам.

Количество обучающихся в группе – до 20 человек.

Форма обучения: очная

Уровень программы: разноуровневая

Форма реализации образовательной программы: очная

Организационная форма обучения: групповая.

Режим занятий: занятия с обучающимися проводятся 2 раза в неделю по 45 минут.

Ожидаемые результаты:

Личностные результаты:

- сформировать навыки самообслуживания, самостоятельности, культуры общения, умение работать в команде;
- формирование чувства товарищества и взаимопомощи;
- сформировать умение выражения и отстаивания своей жизненной позиции;
- сформировать интерес к занятиям;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование мотивов учебной деятельности личного смысла учения;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- реализовать творческий потенциал, ориентацию в культурном многообразии окружающей действительности в творческой жизни класса, школы и др.

Метапредметные результаты:

- приобретение навыков аналитического мышления;

- умение характеризовать явления, события, давать им и собственным действиям, результатам своего труда объективную оценку на основе полученных знаний и опыта;
- сформировать универсальные учебные действия учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки музыкального и танцевального материала;

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- умение планировать последовательность шагов алгоритма для достижения цели;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания танцевально-музыкальных образов;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;
- продуктивное сотрудничество со сверстниками при решении различных творческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешкольной музыкально-эстетической деятельности;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- позитивная самооценка своих творческих возможностей;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- умение ставить цель, планировать достижение этой цели;
- способность адекватно воспринимать оценку педагога и сверстников;
- умение различать способ и результат действия;

- умение вносить корректизы в действия в случае расхождения результата решения задачи на основе ее оценки и учета характера сделанных ошибок;
- умение в сотрудничестве ставить новые учебные задачи;
- способность проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение осваивать способы решения проблем творческого характера в жизненных ситуациях;
- умение оценивать получающийся творческий продукт и соотносить его с изначальным замыслом, выполнять по необходимости коррекции либо продукта, либо замысла.

Познавательные универсальные учебные действия:

- овладение навыками смыслового прочтения содержания «текстов» музыкальных и танцевальных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами деятельности;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;
- умение синтезировать, составлять целое из частей, в том числе самостоятельное достраивание с восполнением недостающих компонентов.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- умение аргументировать свою точку зрения;
- умение выслушивать собеседника и вести диалог;
- способность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;

- умение планировать учебное сотрудничество с педагогом-наставником и сверстниками: определять цели, функций участников, способов взаимодействия;
- умение осуществлять постановку вопросов: инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
- владение монологической и диалогической формами речи.

Компетентностный подход реализации программы позволяет осуществить формирование у обучающегося как личностных, так и профессионально-ориентированных компетенций через используемые формы и методы обучения, нацеленность на практические результаты.

В процессе обучения по программе у обучающегося формируются:

Универсальные компетенции:

- умение работать в команде в общем ритме, эффективно распределяя задачи;
- умение ориентироваться в информационном пространстве;
- умение ставить вопросы, выбирать наиболее эффективные решения задач в зависимости от конкретных условий;
- проявление технического мышления, познавательной деятельности, творческой инициативы, самостоятельности;
- способность творчески решать технические задачи;
- способность правильно организовывать рабочее место и время для достижения поставленных целей.

Предметные результаты:

- освоить основы хореографической школы (классический, народный танец, партерная гимнастика), грамотности, техники, манеры и выразительности исполнения;

- знать основы музыкальной грамоты, профессиональной терминологии, уметь грамотно исполнять различные виды танца: классический, народноценический;
- сформировать знания по отечественной народной музыкальной культуре, её традициям, фольклорным истокам, по истории народного танца, условий, в которых сформировались его самобытные черты, особенности костюма;
- понимать роль хореографии в жизни человека; умение различать лирические, эпические и драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю – танец классический, народный, эстрадный, современный;

В результате освоения программы, обучающиеся должны **знать**:

- основные направления и стили хореографии, а также соответствующей им базовой лексики.

В результате освоения программы, обучающиеся должны **уметь**:

- развивать и применять основные физиологических качества (координированность, грациозность, гибкость), необходимых для выполнения танцевального материала на высоком уровне;
- применять знания основных направлений и стилей хореографии, а также соответствующей им базовой лексики.

В результате освоения программы, обучающиеся должны **владеТЬ**:

- техникой исполнения танцевальных элементов и комбинаций различных стилей и умение выполнять их в соответствующем ритме, темпе, характере;
- общечеловеческими нормами нравственности и развития таких качеств личности, как интеллигентность, адаптивность, креативность, чувство собственного достоинства.

Способы определения результативности реализации программы и формы подведения итогов реализации программы

В процессе обучения проводятся разные виды контроля результативности усвоения программного материала.

Текущий контроль проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого обучающегося, процессом формирования компетенций. Текущий контроль успеваемости носит безотметочный характер и служит для определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки плана работы с группой.

Периодический контроль проводится по окончании изучения каждой темы в виде практических занятий, внутригрупповых соревнований или представления практических результатов выполнения заданий. Конкретные проверочные задания разрабатывает педагог с учетом возможности проведения промежуточного анализа процесса формирования компетенций. Периодический контроль проводится в виде зачета.

Промежуточный контроль – оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения.

Основными формами контроля на занятии хореографией являются устная выборочная проверка и фронтальный опрос. При индивидуальном опросе педагог имеет возможность проверить усвоение отдельными учащимися теоретического материала. Фронтальный опрос о правилах исполнения хореографических движений, а также характеристики содержания и выразительных средств музыки позволяет в ограниченное время осуществить проверку знаний большинства обучающихся.

Итоговое оценивание – проводится в конце каждого года с целью оценки качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы после завершения ее изучения.

Критерии оценивания приведены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1

Критерии оценивания сформированности компетенций

Уровень	Описание поведенческих проявлений
1 уровень - недостаточный	Обучающийся не владеет навыком, не понимает его важности, не пытается его применять и развивать.
2 уровень – развивающийся	Обучающийся находится в процессе освоения данного навыка. Обучающийся понимает важность освоения навыков, однако не всегда эффективно применяет его в практике.
3 уровень – опытный пользователь	Обучающийся полностью освоил данный навык. Обучающийся эффективно применяет навык во всех стандартных, типовых ситуациях.
4 уровень – продвинутый пользователь	Особо высокая степень развития навыка. Обучающийся способен применять навык в нестандартных ситуациях или ситуациях повышенной сложности.
5 уровень – мастерство	Уровень развития навыка, при котором обучающийся становится авторитетом и экспертом в среде сверстников. Обучающийся способен передавать остальным необходимые знания и навыки для освоения и развития данного навыка.

Таблица 2

Критерии оценивания уровня освоения программы

Уровни освоения программы	Результат
Высокий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют высокую заинтересованность в творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговой аттестации показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговой аттестации показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки

Низкий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговой аттестации показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям
-----------------------------------	---

2. Содержание программы

2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Ритм»: 1 год обучения – ознакомительный уровень.

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Комплектование групп	1	1	0
2.	Вводные занятия	1	1	0
3.	Гимнастика, пластика, растяжка	11	3	8
4.	Азбука музыкального движения	14	3	11
5	Основы классического танца	15	2	13
6.	Постановочная и репетиционная работа	20	0	20
7.	Посещение концертов, театров, выставок	3	3	0
8.	Итоговый контроль	1	0	1
Итого часов		66	13	53

2 год обучения – базовый уровень.

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Комплектование групп	1	1	0
2.	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков	9	3	6
3.	Современный танец	15	1	14
4.	Составляющие характера танца	10	1	9
5	Движения в соответствии с характером музыки	15	1	14
6.	Постановочная и репетиционная работа	15	0	15
7.	Итоговый контроль	1	0	1
Итого часов		66	7	59

3 год обучения – продвинутый уровень

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Комплектование групп	1	1	0
2.	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков	2	0	2
3.	Элементы классического танца	8	1	7
4.	Постановочная работа	16	0	16
5.	Элементы бального танца	7	1	6
6.	Современный танец	8	1	7
7.	Народные танцы	9	1	8
8.	Танцевально-художественная работа	15	0	15
Итого часов		66	5	61

2.2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Ритм»: 1 год обучения – ознакомительный уровень.

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/контроля
			теория	практика	
1.	Комплектование групп	1	1	0	Беседы, анкетирование
2.	Вводные занятия	1	1	0	Беседа, анкетирование
2.1	Организационная работа, техника безопасности, история танца	1	1	0	
3.	Гимнастика, пластика, растяжка	11	3	8	
3.1	Упражнения на растяжку	3	1	2	
3.2	Дыхательная гимнастика	2	1	1	
3.3	Упражнения для развития ощущения, внимания	3	0	3	
3.4	Постановка осанки	3	1	2	
4.	Азбука музыкального движения	14	3	11	
4.1	Изучение азов хореографии	2	1	1	
4.2	Формирование понятий о жанрах	2	2	0	Педагогическое наблюдение, выполнение тренировочных упражнений
4.3	Танцевальные элементы	5	0	5	
4.4	Развитие чувства ритма и гибкости	4	0	4	
5.	Основы классического танца	15	2	13	Педагогическое

5.1	Экзерсис на середине зала	8	1	7	наблюдение, выполнение индивидуальных заданий, промежуточный зачёт
5.2	Прыжки	5	1	4	
5.3	Промежуточный контроль	2	0	2	
6.	Постановочная и репетиционная работа	20	0	20	Педагогическое наблюдение, анализ и оценка результатов деятельности
6.1	Разучивание танцевальных движений	10	0	10	
6.2	Подготовка к концертам и конкурсам	10	0	10	
7.	Посещение концертов, театров, выставок	3	3	0	Беседа, опрос, педагогическое наблюдение
8.	Итоговый контроль	1	0	1	Проверка уровня знаний, отчетный концерт-показ, работа над ошибками
	Итого часов	66	13	53	

2 год обучения – базовый уровень.

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/контроля
			теория	практика	
1.	Комплектование групп	1	1	0	Беседы, анкетирование
2.	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков	9	3	6	
2.1	Проведение инструктажа и постановка задач	1	1	0	
2.2	Постановка корпуса, отработка движений	2	1	1	Педагогическое наблюдение, выполнение тренировочных упражнений
2.3	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Ритмические комбинации	2	0	2	
2.4	Просмотр видеофильмов или концертов	1	1	0	
2.5	Подготовка к выступлениям	3	0	3	
3.	Современный танец	15	1	14	Педагогическое наблюдение, выполнение тренировочных упражнений
3.1	Знакомство с танцем	1	1	0	
3.2	Изучение основных элементов и	5	0	5	

	отработка движений. Счет и ритм				
3.3	Акробатика в современном танце	3	0	3	
3.4	Отработка связок и танца	6	0	6	
4.	Составляющие характера танца	10	1	9	
4.1	Импровизация. Мимика. Жесты	2	1	1	
4.2	Ритмика. Гимнастика	2	0	2	
4.3	Прогон танцев	6	0	6	
5.	Движения в соответствии с характером музыки	15	1	14	
5.1	Разновидность танцевального шага	3	1	2	
5.2	Портретная гимнастика	5	0	5	
5.3	Синхронность. Отработка четкости и ритмичности	7	0	7	
6.	Постановочная и репетиционная работа	15	0	15	
6.1	Разучивание танцевальных движений. Работа под счет	7	0	7	
6.2	Отработка связок и танца	7	0	7	
7.	Итоговый контроль	1	0	1	
	Итого часов	66	7	59	

3 год обучения – продвинутый уровень

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/контроля
			теория	практика	
1.	Комплектование групп	1	1	0	Беседы, анкетирование
2.	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков	2	0	2	
2.1	Разминка	1	0	1	
2.2	Растяжка, пластика, гибкость	1	0	1	
3.	Элементы классического танца	8	1	7	
3.1	Изучение позиций	2	0	2	
3.2	Техника исполнения	2	0	2	
3.3	Понятие направлений	1	1	0	
3.4	Экзерсис на середине зала и у	3	0	3	Педагогическое наблюдение, выполнение тренировочных заданий и контрольно-зачётными элементами

	станка				
4.	Постановочная работа	16	0	16	Педагогическое наблюдение, выполнение тренировочных заданий и контрольно-зачётными элементами
4.1	Слияние движений в танцевальную композицию	4	0	4	
4.2	Отработка танцевальных комбинаций	5	0	5	
4.3	Рисунок и характер танца	7	0	7	
5.	Элементы бального танца	7	1	6	Педагогическое наблюдение, выполнение индивидуальных заданий, промежуточный зачёт
5.1	Основные позиции, термины.	1	1	0	
5.2	Творческая работа в парах. Создание стиля.	2	0	2	
5.3	Чистота исполнения. Закрепление хореографических движений	4	0	4	
6.	Современный танец	8	1	7	Педагогическое наблюдение, анализ и оценка результатов деятельности
6.1	Изучение основных элементов	4	1	3	
6.2	Отработка связок и танца	4	0	4	
7.	Народные танцы	9	1	8	Педагогическое наблюдение, анализ и оценка результатов деятельности
7.1	Постановочная работа и ТБ	5	1	4	
7.2	Репетиционная работа	4	0	4	
8.	Танцевально-художественная работа	15	0	15	Проверка уровня знаний, отчетный концерт-показ, работа над ошибками
8.1	Подготовка танцевальных номеров к мероприятиям	7	0	7	
8.2	Участие в концертных программах, конкурсах	8	0	8	
	Итого часов	66	5	61	

2.3 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Ритм»: 1 год обучения – начальный уровень.

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	Содержание занятия
1.	Комплектование групп	1	Анкетирование родителей и детей, сбор заявлений
2.	Вводные занятия – 1 час		
2.1	Организационная работа, техника безопасности, история танца	1	Общее собрание для детей и родителей, распределение по группам, проведение инструктажа по ТБ, история танца
3.	Гимнастика, пластика, растяжка – 11 часов		
3.1	Упражнения на растяжку	3	Что такое хореография? Отработка

			гимнастических упражнений на растяжку. Формирование волевых навыков. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах.
3.2	Дыхательная гимнастика	2	Учимся правильно дышать: упражнения на тренировку дыхательной мускулатуры, развитие и укрепление дыхательной системы организма.
3.3	Упражнения для развития ощущения, внимания	3	Упражнения, направленные на координацию движений, четкость, внимательность. Учимся «чувствовать» друг друга.
3.4	Постановка осанки	3	Почему так важна осанка? Разбор упражнений на формирование правильной осанки. Соблюдение в танцевальных комбинациях.
4.	Азбука музыкального движения – 14 часов		
4.1	Изучение азов хореографии	2	Знакомство с танцевальным искусством, как одним из видов детского творчества, режимом работы, темами, основными видами деятельности. Что такое «хореографический язык»?
4.2	Формирование понятий о жанрах	2	Просмотр видеофрагментов танцевальных композиций различных жанров, знакомство с творчеством великих русских танцоров.
4.3	Танцевальные элементы	5	Развитие фантазии, воображения, приобретение навыков актерского мастерства. Творческие и игровые задания в группах и индивидуальные.
4.4	Развитие чувства ритма и гибкости	4	Игровые технологии на развитие ритма. Подражаем животным - работа над образом, подари улыбку (повышение позитивного настроения)
5.	Основы классического танца – 15 часов		
5.1	Экзерсис на середине зала	8	Техника исполнения в позициях (рук и ног)
5.2	Прыжки	5	Культура движений рук: выразительность, техника – в прыжках и вращениях. Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различные ракурсы. Учимся общей координации движений тела, ног, корпуса, головы и рук, законы равновесия - эстетика и техника.
5.3	Промежуточный контроль	2	Подведение итогов, танцевальная импровизация, подготовка творческих танцевальных связок.
6.	Постановочная и репетиционная работа – 20 часов		

6.1	Разучивание танцевальных движений	10	Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения на отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции подготовка репертуара к публичным выступлениям.
6.2	Подготовка к концертам и конкурсам	10	Повторение Экзерсис у станка, работа на середине и по диагонали. Соединение танцевальных связок в танец и повторение с элементами редактуры.
7.	Посещение концертов, театров, выставок	3	Организация экскурсий на различные мероприятия, в театры и выставки.
8.	Итоговый контроль	1	Открытое занятие для учащихся и родителей с демонстрацией полученных знаний и умений. Анализ работы.
Итого часов - 66			

2 год обучения – базовый уровень.

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	Содержание занятия
1.	Комплектование групп	1	Анкетирование родителей и детей, сбор заявлений
2.	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков – 9 часов		
2.1	Проведение инструктажа и постановка задач	1	
2.2	Постановка корпуса, отработка движений	2	
2.3	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Ритмические комбинации	2	Инструктаж по охране труда. Знакомство с программой. Ритмическое развитие. Партерный экзерсис. Повторение элементов. Освоение навыков постановки корпуса в хореографии.
2.4	Просмотр видеофильмов или концертов	1	
2.5	Подготовка к выступлениям	3	
3.	Современный танец – 15 часов		
3.1	Знакомство с танцем	1	
3.2	Изучение основных элементов и отработка движений. Счет и ритм	5	Групповые и индивидуальные занятия. Теория и практика. Разучивание и отработка движений.
3.3	Акробатика в современном танце	3	Ознакомление с элементами танца по видео и концертным программам.
3.4	Отработка связок и танца	6	Закрепление элементов в танце.
4.	Составляющие характера танца – 10 часов		

4.1	Импровизация. Мимика. Жесты	2	Теория: приобретение навыков актерского мастерства, развитие фантазии, воображения, предметы - игрушки, гимнастические ленты, мячи, коробки, подушки и т.д. Практика: работа над образами, изображение одушевленных и неодушевленных предметов танцевальные этюды. Творческие задания в группах и индивидуальные.
4.2	Ритмика. Гимнастика	2	
4.3	Прогон танцев	6	
5.	Движения в соответствии с характером музыки – 15 часов		
5.1	Разновидность танцевального шага	3	Теория: элементы гимнастики и акробатики, как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Практика: формирование волевых навыков и трудолюбия. Освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы.
5.2	Портретная гимнастика	5	
5.3	Синхронность. Отработка четкости и ритмичности	7	
6.	Постановочная и репетиционная работа – 15 часов		
6.1	Разучивание танцевальных движений. Работа под счет	7	Отрабатывание сложных элементов танца, рисунок танца, сольных элементов. Соединение в общие танцевальные композиции
6.2	Отработка связок и танца	7	
7.	Итоговый контроль	1	Открытый урок
Итого часов - 66			

3 год обучения – продвинутый уровень

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	Содержание занятия
1.	Комплектование групп	1	Анкетирование родителей и детей, сбор заявлений
2.	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков – 2 часа		
2.1	Разминка	1	Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Формирование волевых навыков. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах. Упражнения для улучшения подвижности позвоночника.
2.2	Растяжка, пластика, гибкость	1	
3.	Элементы классического танца – 8 часов		
3.1	Изучение позиций	2	Теория: история танцевальных направлений.

3.2	Техника исполнения	2	Техника безопасности при выполнении элементов акробатики. Освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера. Упражнения, изучения композиций.
3.3	Понятие направлений	1	
3.4	Экзерсис на середине зала и у станка	3	Экзерсис у станка и на середине. Комбинация с движением рук, ходы, дробные дорожки и комбинации русского танца. Вертушка с ударом, круговая, с «моталочкой», дробью.
4.	Постановочная работа – 16 часов		
4.1	Слияние движений в танцевальную композицию	4	Отрабатываются элементы танцевальных композиций. Рисунок танца.
4.2	Отработка танцевальных комбинаций	5	
4.3	Рисунок и характер танца	7	
5.	Элементы бального танца – 7 часов		
5.1	Основные позиции, термины.	1	Основные технические навыки. Открытие и закрытие положения ног. Особенности русского танца, хоровод, пластика, основной ход полу пальцы. Разновидность танцев - шаги, положения рук, характер манера исполнения.
5.2	Творческая работа в парах. Создание стиля.	2	
5.3	Чистота исполнения. Закрепление хореографических движений	4	
6.	Современный танец – 8 часов		
6.1	Изучение основных элементов	4	Отрабатываются элементы танцевальных композиций. Рисунок танца.
6.2	Отработка связок и танца	4	
7.	Народные танцы – 9 часов		
7.1	Постановочная работа и ТБ	5	На занятиях отрабатываются сложные элементы танцевальных комбинаций. Сольные и групповые комбинации. Рисунок танца, характер. Стиль его особенности.
7.2	Репетиционная работа	4	
8.	Танцевально-художественная работа – 15 часов		
8.1	Подготовка танцевальных номеров к мероприятиям	7	Повторение материала и танцевальных номеров. Подготовка к конкурсным программам и концертным мероприятиям.
8.2	Участие в концертных программах, конкурсах	8	
	Итого часов - 66		

2.4. Календарный учебный график реализации программы

Год обучения	Название раздела, модуля, темы	Количество часов			Количество учебных		Даты начала и окончания	Продолжительность каникул
		все го	тео рия	практика	недель	дней		

1	«Ритм» - ознакомительный уровень	66	13	53	34	66	01.09.23 31.05.24	10 дней, январь 2024
2	«Ритм» - базовый уровень	66	7	59	34	66		
3	«Ритм» - продвинутый уровень	66	5	61	34	66		

3. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритм»

3.1. Материально-техническое обеспечение

Программа реализуется на базе МБОУ СОШ № 5.

Для занятий имеется хореографический класс (актовый зал), оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами.

№ п/п	Наименование
1.	Профильное оборудование
1.1	Гимнастические коврики
1.2	Балетки белые/черные
1.3	Костюмы
1.4	Тренировочная форма
2.	Компьютерное оборудование
2.1	Аппаратура / колонка
2.2	Ноутбук
3.	Презентационное оборудование
3.1	Экран и проектор
3.2	Аппаратура

3.2 Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования Сузенкина Анастасия Сергеевна, имеющий среднее профессиональное или высшее образование по профилю педагогической деятельности, педагогическое образование и опыт работы с детьми и отвечающий квалификационным

требованиям, указанным в профессиональном стандарте «Педагог дополнительного образования».

3.3 Методическое обеспечение

Особенности организации образовательной деятельности

Работа с обучающимися построена следующим образом: групповая и индивидуальная работа.

Практика показывает, что именно такая модель взаимодействия с детьми максимально эффективна, дети учатся коммуникации и взаимопомощи.

После основного теоретического курса организуется отработка полученных навыков на практике

Методы образовательной деятельности

На занятиях дети знакомятся с основами хореографического мастерства, музыкальной грамотой, принципами здорового образа жизни. Освоение материала в основном происходит в процессе практической творческой деятельности. Подача материала основана на принципе последовательности и систематичности. Используемые методы и приемы обусловлены структурой урока:

- *Словесный метод.* Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, анализ выступлений, оценка.
- *Практический метод.* Заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.
- *Наглядный метод.* Выразительный показ под счет, с музыкой.
- *Игровой метод.* Игры на развитие музыкально-ритмической координации, актерского мастерства.
- *Концентрический метод.* Возвращение к изученным движениям и композициям, но в более усложненном варианте.
- *Импровизационный метод.* Игры и упражнения с элементами импровизации.

- *Музыкальное сопровождение как методический прием.* Умелый подход к выбору музыкального материала для каждого упражнения позволяет научить ребенка согласовывать свои движения с музыкой.

При организации учебных занятий используются следующие **методы обучения**:

По внешним признакам деятельности педагога и обучающихся:

- *словесный* – беседа, лекция, обсуждение, рассказ, анализ;
- *наглядный* – показ, просмотр видеофильмов и презентаций;
- *практический* – самостоятельное выполнение заданий.

По степени активности познавательной деятельности обучающихся:

- *объяснительно-иллюстративные* – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- *репродуктивный* – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- *исследовательский* – овладение обучающимися методами научного познания, самостоятельной творческой работы.

По логичности подхода:

- *аналитический* – анализ этапов выполнения заданий.

По критерию степени самостоятельности и творчества в деятельности обучающихся:

- *частично-поисковый* – обучающиеся участвуют в коллективном поиске в процессе решения поставленных задач, выполнении заданий досуговой части программы;
- метод проблемного обучения;
- метод дизайн-мышления;
- метод проектной деятельности.

Возможные формы проведения занятий:

- на этапе изучения нового материала – занятие-лекция, демонстрация или игровая форма проведения занятий;
- на этапе практической деятельности – учебно-тренировочные занятия, изучение техники движений и практические отработки движений;
- на этапе освоения навыков – творческие задания, импровизационные задания, учебно-тренировочные занятия;
- на этапе проверки полученных знаний – композиционно-постановочные занятия, на которых строятся танцевальные композиции, отрабатываются элементы актерского мастерства и сценические движения.

Основные образовательные процессы: решение учебных задач на базе современного оборудования, формирующих способы продуктивного взаимодействия с действительностью и разрешения проблемных ситуаций; познавательные игры; соревнования и конкурсы.

Формы проведения занятий:

- групповое занятие;
- беседа;
- наблюдение;
- репетиция;
- концерт;
- мастер-класс;
- открытое занятие;
- поход в театр (на концерт).

Форма обучения:

- Очная.
- Групповая.

Типы учебных занятий:

- первичного ознакомления с материалом;
- усвоение новых знаний;

- комбинированный;
- практические занятия;
- закрепление, повторение;
- итоговое.

Диагностика эффективности образовательного процесса осуществляется в течение всего срока реализации программы. Это помогает своевременно выявлять пробелы в знаниях, умениях обучающихся, планировать коррекционную работу, отслеживать динамику развития детей.

Педагогические технологии.

В процессе обучения по программе используются разнообразные педагогические технологии:

- игровые технологии, которые обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта. Понятие «игровые педагогические технологии» включает достаточно обширную группу методов и приемов организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр.
- Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение. Данная технология позволяет организовать обучение воспитанников в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу.
- Информационные технологии. В своей работе данные технологии мною используются для обеспечения материально-технического оснащения. Деятельность танцевального коллектива предполагает

постановку танцев и проведение концертных выступлений воспитанников.

- Технология здоровье сберегающего обучения. Формирование правильной техники исполнения движений создает и совершенную, в смысле «скульптурности», форму тела. В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Воспитанники учатся использовать полученные знания в повседневной жизни. И это способствует общему оздоровлению ребенка.
- Технология проблемного обучения. В целях повышения эффективности воспитательной работы важно использовать проблемную методику. Особенностью данного подхода является реализация идеи «обучение через открытие»: ребенок должен сам открыть явление, закон, закономерность, свойства, способ решения задачи, найти ответ на неизвестный ему вопрос.
- Технология проектной деятельности. Введение в образовательную деятельность **метода проекта** дает возможность преподавателю целенаправленно и эффективно осуществлять эстетическое воспитание обучающихся. На уроках хореографии можно дать глубокие всесторонние знания по народному, классическому, современному танцу, расширить кругозор детей через постижение народных традиций, дошедших к нам из глубины веков и сохранивших богатство этнического самосознания и высокую духовность.

Внедрение этих инноваций в программу позволяет:

- 1.Повысить качество обучения
- 2.Расширить рамки образовательных результатов
- 3.Исполнение хореографических номеров сделать более качественны
- 4.Улучшить процесс самостоятельное творческой деятельности ребенка

В результате, учебная программа в последующие годы обучения становится богаче и насыщеннее по содержанию. Это отражается и в учебном процессе,

и в концертном репертуаре коллектива, что способствует достижению высоких творческих результатов. Хочется надеяться, что совместными усилиями представителей всех уровней дополнительного образования в сфере образования инновационный опыт, накопленный педагогами, будет успешно изучен, обобщен, эффективно внедрен в образовательную

3.4 Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы

Данная программа не предусмотрена реализовываться в дистанционном формате.

3.5 Информационное обеспечение

Список рекомендованной литературы

Для педагога

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – М.: Айрис, 2001.
2. Баскаков В. Свободное тело. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
3. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
4. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
5. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru>
6. Гренлонд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.
7. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
8. Данилова Н.И. Функциональные состояния: Механизмы и диагностика. – М.: МГУ, 1985.
9. Добровольская Г.Н. Танец. Пантомима. Балет. – Л.: Искусство, 1975.
10. Добротворская К.А. Айседора Дункан и театральная культура эпохи модерна. – Л.: ЛГИТМ и К, 1992.
11. Запора Р. Импровизация присутствия // Танцевальная импровизация. – М., 1999.
12. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1989.
13. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки. – М.: Советский спорт, 1990.
14. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. – М.: Физкультура и спорт. – 1985.

15. Ивлева Л.Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом: учебное пособие. – Челябинск: ЧГАКИ, 2004.
16. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. – Челябинск: ЧГАКИ. – 1997. 29
17. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – М.: Гном-Пресс, 2000.
18. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение. – М.: Искусство, 2001.
19. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
20. Никитин В.Н. Энциклопедия тела (психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент) /В. Н. Никитин. – М.: Алетейя 2000.
21. Панферов В.И. Пластика современного танца. – Челябинск: ЧГИИК, 1996.
22. Педагогика дополнительного образования: мониторинг качества образовательного процесса в учреждении дополнительного образования детей: методические рекомендации/сост. А.М. Тарасова, М.М. Лобода; под общ. ред. Н.Н. Рыбаковой. – Омск: БОУ ДПО «ИРООО», 2009.
23. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.:Феникс, 2009.
24. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.– М.: Владос, 2003.
25. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.
26. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. - М.: Линка – Пресс, 2016.
27. Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. – Екатеринбург: Издво госуниверситета, 2004.
28. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей. – М.: Новая школа, 1994.

Для обучающегося

1. Ерохина О.В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн). – Ростов н/Д.: Феникс, 2003.

2. Коркин В. П., Аракчеев В. И. Акробатика. – М.: Физкультура и спорт, 1989.
3. Пасютинская В. Путешествие в мир танца. – М.: Просвещение, 2006.

Для родителей

1. Мессерер А.М. Танец. Мысль. Время. – М.: Искусство, 1990.
2. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Академия. – 2000.

Электронные образовательные ресурсы и интернет-ресурсы

1. <https://vk.com/dancerussia>
2. <https://vk.com/dancederevnya>