


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная школа №15 города Ельца»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Дошколята. Танцевальная деятельность»
для дошкольной группы
на 2023/2024 учебный год

Программа разработана на основе ФГОС ООО
Направление: духовно-нравственное
Срок реализации: 1 год

РАССМОТРЕНО
На заседании ШМО
Протокол от « 30 » августа 2023 г. № 01
Руководитель МО 

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «ОШ №15 г. Ельца»
 И.А. Роддугина
приказ от « 01 » сентября 2023 г. № 110



ПРИНЯТО на заседании педагогического совета
« 30 » августа 2023 г. (протокол № 01)

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного, духовного и физического развития.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Программа «Фитнес» предназначена для преподавания основ хореографического искусства с первого по четвертый класс во внеурочное время. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего, физического и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу включены упражнения и движения классического, народного и бального танцев, доступные детям 7-10 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Фитнес – это синтез элементов физических упражнений, танца, музыки.

Цель данной программы – **обучение детей различным видам танцевальной культуры в доступной для них форме.**

Данная программа направлена на решение следующих задач:

- сохранение и укрепление здоровья, развитие двигательных способностей и физических качеств, таких как ловкость, гибкость, быстрота реакции и координация движений, выносливость;
- воспитание музыкальности и чувства ритма, выработка культуры движений;
- развитие творческих способностей детей, духовное, эстетическое, нравственное и физическое совершенствование.

Структура фитнеса состоит из двух взаимосвязанных компонентов: ***ритмических упражнений***, выполняемых под определенную музыку, и ***танцевальных движений*** современных спортивных молодежных, классических, народных танцев.

Ритмические упражнения – это темп, интенсивность движений, работа всех мышц и суставов. Они направлены на воспитание у детей чувства ритма движений, способствуют развитию у них музыкальности и пластичной выразительности.

Слушая музыку, занимающиеся воспроизводят ее ритм, темп и характер движениями различных частей тела по заранее установленной форме, применяя различные по длительности и амплитуде движения, сочетая их во времени и пространстве. Для детей разного школьного возраста эти движения являются прекрасным средством формирования правильной осанки и спортивной походки. В их поведении исчезают напряженность и скованность, движения становятся красивыми, ловкими, экономичными.

Использование музыки при выполнении физических упражнений содействует формированию у детей правильных представлений о характере движений, вырабатывает у них точность и выразительность при выполнении упражнений, положительно сказывается на эстетическом, нравственном и физическом развитии детей.

Танцевальные движения – это определенные хореографические элементы современных танцев. Они способствуют эстетическому воспитанию детей, развивают у них культуру движений. Кроме того, современная ритмичная музыка, танцевальные движения создают положительные эмоции, доставляют радость, вырабатывается уверенность в себе.

Таким образом, фитнес – это не только возможность улучшить свою физическую форму, здоровье, фигуру, но и возможность научиться танцевать, освоить основные движения спортивных современных, народных, балльных танцев, двигаться раскрепощенно, уверенно.

Оценка эффективности реализации программного материала:

1. Развитие музыкальности:

- ✓ развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- ✓ развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- ✓ развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- ✓ развитие музыкальной памяти.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- ✓ развитие ловкости, точности, координации движений;
- ✓ развитие гибкости и пластичности;
- ✓ воспитание выносливости, развитие силы;
- ✓ формирование правильной осанки, красивой походки;
- ✓ развитие умения ориентироваться в пространстве;
- ✓ обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- ✓ развитие творческого воображения и фантазии;
- ✓ развитие способности к импровизации в движении.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

- ✓ развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции;
- ✓ тренировка подвижности нервных процессов;
- ✓ развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- ✓ воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Занятия проводятся в специально отведенном для данного вида занятий помещении – кабинете ритмики и хореографии, танцзале, со специальным оборудованием (зеркала, музыкальная аппаратура, аудиокассеты, диски и т.д.). Обучающиеся на занятиях должны быть в специальной одежде.

Занятия должны отвечать определенным требованиям:

- требования к подбору музыки;
- требования к подбору движений;
- доступности музыкально-ритмических упражнений;
- контролю за самочувствием обучающихся в период занятий;
- определенному уровню общения педагога с детьми.

Программа детского фитнеса включает в себя танцевальные упражнения, аэробику, гимнастику, игры, разучивание различных танцев, выступления на концертах и т.п..

Занятия по программе «Фитнес» включают в себя теоретическую и практическую часть. Теоретическая часть занятий включает в себя информацию о технике безопасности во время занятий фитнесом, основах здорового образа жизни, о различных видах гимнастики, аэробики, танцах, играх, истории фитнеса, танцев.

Практическая часть занятий предполагает обучение двигательным действиям аэробики, танца, ритмической гимнастики с предметами, акробатики, подвижных игр; организацию обучающимися игровых программ, составление комплексов упражнений.

Направленность программы спортивно-оздоровительная (согласно Приказу Министерства образования и науки РФ от «29» августа 2013 г. № 1008 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”, пункт 9).

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы

внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения здоровья обучающихся.

Педагогическая значимость введения занятий по фитнесу направлено на удовлетворение естественной потребности в двигательной активности, танцы способствуют гармоническому развитию личности. Углубленный анализ медицинского осмотра показывает как одну из наиболее частых патологий патологию опорно-двигательного аппарата, нарушение осанки и плоскостопие. Занятия ритмикой способствуют профилактике нарушений, формированию ценностного отношения к своему здоровью, воспитанию культуры здорового образа жизни. В процессе освоения танцевальных композиций у них развивается эмоциональная восприимчивость к музыке, совершенствуются музыкальные способности, прививается вкус.

Цель программы - приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыв перед ними его многообразие и красоту, воспитать эмоциональную отзывчивость, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Задачи программы.

1. Образовательные:

- развитие физических данных;
- учить понимать язык музыки и выражать его в танце;
- формирование навыков самостоятельной работы.

2. Воспитательные:

- формирование общей культуры личности ребенка, способностей адаптироваться в современном обществе;
- формирование уверенности в своих силах;
- воспитание культуры движения.

3. Развивающие:

- формирование навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
- развитие творческих способностей, выдумки, фантазии;
- развитие образного мышления;
- улучшение психического состояния, повышение работоспособности и двигательной активности;
- воспитание умений работать в коллективе;
- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

Все эти задачи взаимосвязаны и решаются в комплексе.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы

Возраст обучающихся 7-10 лет. Группы формируются по классам.

Семилетний возраст является переломным этапом в развитии ребенка.

Интенсивные и неравномерные темпы роста тела детей, характерные для предыдущих лет, замедляются. Увеличение роста и веса идет более пропорционально.

Интенсивно протекают морфологические изменения в тканях, органах, происходит их функциональное совершенствование.

К началу младшего школьного возраста двигательная функция организма проходит значительный путь развития. Существенные изменения наблюдаются и в строении мышц. Если раньше мышца росла в основном в длину, то теперь она начинает расти и в толщину. Особенно интенсивно развиваются мышцы туловища и конечностей.

В этот период увеличение силы на 1 кг веса тела по сравнению с другими возрастными периодами достигает наибольшего прогресса. Ребенок становится более стройным, с заметными контурами мускулатуры. Корковые отделы двигательного анализатора приближаются по степени зрелости к мозгу взрослых людей.

Дети 7—10 лет могут успешно овладевать тонкими и координационно-сложными движениями, если они умеренны по амплитуде и не требуют большой силы.

В этом возрасте они относительно быстро осваивают основы современной техники спортивных способов плавания, чему способствует высокая подвижность в суставах и естественность движений.

Детям этого возраста свойственна также высокая возбудимость нервных центров и слабость процессов внутреннего торможения. Отсюда у них менее устойчиво внимание и большая утомляемость.

Быстрыми темпами совершенствуется нервная регуляция произвольной мышечной деятельности, повышается функциональная активность каждой мышечной единицы. Происходит освоение центральной нервной системой развивающихся возможностей мышечной массы.

У детей 7—10 лет мышца сердца по своему развитию намного отстает от мышцы взрослого человека. Небольшой объем сердца и незначительная величина выброса крови в единицу времени не позволяют достичь больших величин максимального потребления кислорода, развить и поддержать высокую мощности мышечной деятельности. Усиление сердечной деятельности происходит главным образом за счет увеличения частоты сердечных сокращений. Частота сердечных сокращений у детей в покое также повышена.

Мышца сердца ребенка благодаря широкому просвету коронарных сосудов и быстрому кровообращению обильно снабжается кровью. Значительная эластичность стенок кровеносных сосудов, невысокий уровень артериального давления расширяют функциональные возможности сердца. Поэтому сердце у детей младшего школьного возраста сравнительно выносливо.

Костно-мышечный аппарат отличается большой гибкостью. Развитие крупных мышц опережает развитие мелких, и поэтому дети лучше выполняют сравнительно сильные и размашистые движения, чем те которые требуют точности. В этот период происходит активное созревание

Активность высокая утомляемость. Их работоспособность падает через 25-30 минут занятия. Неумение концентрировать на чем-то одном. (постоянные случаи, когда они не справляются с поставленными заданиями, поскольку не смогли усвоить их сути и поэтому быстро утратили к ним свой первоначальный интерес или просто забыли выполнить их в срок.) Повешенная эмоциональность и восприимчивость. Непосредственность. Высокий авторитет учителя. Ведущая деятельность – игра. организма, что существенно повышает физическую выносливость ребенка.

Срок реализации программы

Программа «Фитнес» для дошкольной группы рассчитана на 1 год обучения (68 часов).

Форма и режим занятий

Форма занятий групповая, индивидуальная.

Программа предполагает проведение занятий со школьниками 2 часа в неделю. Продолжительность занятий 30 минут.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Личностные результаты:

1. сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
2. любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей, навыков творческой установки.

Познавательные:

1. понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
2. организованно строиться (быстро, точно);
3. сохранять правильную дистанцию в колонне, в парах;
4. самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
5. соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять музыкально-ритмические упражнения в определенном ритме и темпе;
6. правильно выполнять упражнения: танцевальный шаг, шаг-марш, шаг-подскок, шаг с синкопой.

Коммуникативные результаты:

1. учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
2. формулировать собственное мнение и позицию;
3. договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
4. умение координировать свои усилия с усилиями других.

Образовательные результаты - знания и умения, опыт творческой деятельности.

Выпускник научится:

- Различать простейшие музыкальные понятия;
- Выполнять простейшие шаги, бег, прыжки;
- Исполнять массовые танцы;
- Принимать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы;
- Исполнять танцы-импровизации (изображение предметов, животных растений, явления природы);
- Исполнять музыкально-танцевальные игры, тренировать внимание, быстроту реакции и воображение;
- Ориентироваться в пространстве (шеренга, колонна, круг, врассыпную);
- Передавать в пластике движений разнообразный характер музыки;
- Исполнять танцевальные элементы в паре и группе;
- Выразительно исполнять танец на праздниках и концертах;
- Импровизировать под незнакомую музыку;
- Выразительно выполнять элементы народных, бальных и детских танцев;
- Узнавать основные шаги и фигуры танцев.

Способы определения результативности

-Участие в концертах, творческих отчетах.

Мониторинг

Структура мониторинга:

1. Диагностика уровня развития музыкально-ритмических способностей обучающегося (тестирование, наблюдение) по следующим критериям:

- Музыкально - ритмические движения;
- Пластичность, гибкость;
- Координация движений.

Музыкально- ритмическая деятельность— способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке.

Гибкость, пластичность — мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения.

- а) Умеет выполнять все упражнения партерной гимнастики самостоятельно – 3 балла
- б) Умеет выполнять все упражнения партерной гимнастики с помощью учителя – 2 балла
- в) Не умеет выполнять или выполняет частично упражнения партерной гимнастики сам – 1 балла

Координация движений — точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений).

Творческие проявления — умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные "па". Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку.

Степень выразительности, оригинальности также оценивается в процессе наблюдения. Оценки выставляются следующим образом: умение импровизировать движения под музыку с применением изученного материала (3 балла); умение импровизировать движения под музыку попадание в такт (2 балла), не умеет импровизировать под музыку, движения не попадают в такт, однообразны— (1балл).

Виды контроля

- Начальный (или входной контроль) проводится с целью определения уровня развития детей.
- Текущий контроль – с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала.
- Промежуточный контроль – с целью определения результатов обучения.
- Итоговый контроль – с целью определения изменения уровня развития детей, их творческих способностей.

I. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ раздела	Тема занятия				
1. Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты»		10			
	Элементы музыкальной грамоты.				
	Музыкально-ритмические упражнения, гимнастика.				
	Построения и перестроения.				
	Слушание музыки.				
	Гимнастика.				
2. Раздел «Танцевальная азбука»		14			
	Элементы Классического танца.				
	Элементы Народно-сценического танца.				
3. Раздел «Танец»		16			
	Детские бальные и народные танцы.				
	Образные танцы (игровые).				
	Постановка танцевальной композиции.				
4. Раздел «Беседы по хореографическому искусству»		8			
	История балета.				
	Танцы народов РФ.				
5. «Творческая деятельность»		20			
	Игровые этюды.				
	Постановка танцев.				
Итого:		68			

III. СОДЕРЖАНИЕ

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Материал программы включает следующие разделы:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
2. Танцевальная азбука (тренаж).
3. Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный).
4. Беседы по хореографическому искусству.
5. Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты».

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры, слушание и разбор танцевальной музыки для дошкольников. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Раздел «Танцевальная азбука».

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел «Танец».

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

В начале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- партерная гимнастика;
- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

Раздел «Беседы по хореографическому искусству».

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства.

Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.

Раздел «Творческая деятельность».

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например: «Я — учитель танцев», «Я- художник по костюмам».

Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмо-пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений. Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или проводятся отдельными уроками по темам.

IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В курсе обучения хореографии применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот *метод целостного освоения* упражнений, метод обучения (путём) *ступенчатый и игровой метод*.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Материально-техническое обеспечение

Занятия проходят в специально оборудованном кабинете. Из специального оборудования имеются: гимнастические коврики, мячи фитболы, скакалки, обручи, степ-площадки.

V. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. А.Е. Чибрикова-Луговская. Ритмика.-С-П.,2003 г.
2. Т.В. Пуртова. Учите детей танцевать.-М.,2003 г.
3. М.А. Михайлова. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. М., 2001г.
4. Г. Франио. Методическое пособие по ритмике.- М., 1995 г.
5. Е.В. Горшкова. От жеста к танцу. М., 2002 г.
6. И. Бурмистрова. Школа танцев для юных.- М., 2003 г.
7. Г.П. Гусев. Методика преподавания народного танца.- М., 2004

VI. ПРИЛОЖЕНИЕ

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Дошколята.
Танцевальная деятельность» для дошкольной группы**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
1	Введение. Что такое ритмика.	1
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1
4	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1
5	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	1
6	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	1
7	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	1
8	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1
9	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	1
10	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1
11	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1
12	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1
13	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1
14	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
15-16	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	2
17-18	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	2
19	Упражнения на расслабление мышц.	1
20	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1
21	Музыкальные, танцевальные темы.	1
22	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	1
23	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1
24	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1
25	Правила танцевального этикета.	1
26-27	Аэробика.	2
28	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1
29	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1
30	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1
31	Ритмические упражнения.	1
32-33	Гимнастика Parter.	2
34	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1
35	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1
36	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	1
37	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	1
38-39	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	2
40	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1

41	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	1
42	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1
43	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1
44	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1
45	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1
46	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
47-48	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	2
49-50	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	2
51	Упражнения на расслабление мышц.	1
52	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1
53	Музыкальные, танцевальные темы.	1
54	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	1
55	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1
56	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1
57	Правила танцевального этикета.	1
58-59	Аэробика.	2
60	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1
61	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1
62	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1
63	Ритмические упражнения.	1
64-65	Гимнастика Partner.	2
66-68	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	3