



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ НАРОДНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА  
КАФЕДРА ХОРЕОГРАФИИ

**«Построение и проведение уроков ритмики и танца с детьми младшего  
школьного возраста»**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.03.01 Педагогическое образование**

**Направленность программы бакалавриата  
«Дополнительное образование (в области хореографии)»**

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

74,83 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована

« 02 » 08 2021 г.

зав. кафедрой хореографии

Чурашов А.Г.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-507-115-5-1

Паскидова Дарья Сергеевна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент кафедры хореографии

Юнусова Елена Борисовна

Челябинск  
2021

## Оглавление

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ НА УРОКАХ РИТМИКИ И ТАНЦА.....	8
1.1 Цели и задачи музыкально-ритмического воспитания и обучения на современном этапе.....	8
1.2 Возрастные особенности развития младших школьников.....	15
1.3 Методические приемы и принципы обучения младших школьников на уроках ритмики и танца.....	18
ГЛАВА 2. ПОСТРОЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ УРОКОВ РИТМИКИ И ТАНЦА С МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ В ХОРЕОГРАФИЧЕСКОМ ОБЪЕДИНЕНИИ «НОН-СТОП» МКУ ДО ДЮЦ Г. АШИ.....	25
2.1 Уроки ритмики и танца в дополнительной общеразвивающей программе «Мир танца».....	25
2.2 Мониторинг развития детей младшего школьного возраста по программе «Мир танца».....	48
2.3 Методические рекомендации по проведению уроков ритмики и танца в дополнительном образовании .....	52
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	60
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	63
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Опросник для родителей.....	67

## ВВЕДЕНИЕ

Во все времена необходима целенаправленная работа с подрастающим поколением, отвечающая настоящему времени. В наш стремительно меняющийся мир важно воспитать людей с активной позицией, гибким мышлением, нацеленных на эффективное достижение целей в учебе и работе в постоянно меняющихся условиях. И начинать нужно с детства.

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, ориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей. Это подтверждается в законодательных актах и нормативных документах Правительства России: Законе «Об образовании в Российской Федерации», Национальной доктрине образования, Концепции развития дополнительного образования, Федеральном проекте «Успех каждого ребенка».

Решая вопросы формирования духовной растущей личности, погружение ребенка в общую сущность общечеловеческих ценностей, их порождение, восприятие, оценку и уже позднее освоение – следует создать определенную эстетическую базу мироощущения и мировосприятия ребенка, а потом создать базу узкопрофессиональных навыков. Эта идея, как нельзя лучше, проецируется и реализуется в дополнительном образовании, где создается пространство детского благополучия, где ощущение счастья дается ребенку через возможности делиться своим талантом и мастерством.

Сегодня крайне важна ориентация дополнительного образования на развитие тех задатков и способностей детей, которые обеспечат их

устойчивое саморазвитие, самостоятельность, конкурентоспособность и мобильность. К тому же сегодня существует необходимость духовного возрождения нашей страны. Это подтверждается в законодательных актах и нормативных документах Правительства России в виде социального заказа государства, что привело к созданию образовательных программ по изучению народного творчества, искусства, истории.

Хореография – отличное средство для эстетического воспитания разностороннего физического развития детей. Танец – одно из самых древних видов искусства, он всегда отражал традиции, нравы, жизненный уклад народа. С эволюцией общества менялось и танцевальное искусство. XX век принёс с собой новое отношение к хореографическому искусству. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. Он помогал раскрыть духовно-нравственный потенциал человека, способность ценить красоту, совершенство мира природы. Танец – многогранное искусство, включающее музыкально-ритмическую основу, художественный образ, литературную составляющую.

Впервые обосновал ритмику как метод музыкального воспитания швейцарский педагог и композитор Эмиль Жак-Далькроз (1865-1950). Перед ритмикой он ставил задачу развития музыкальных способностей, а также пластичности и выразительности движений. Композитор был глубоко убежден, что обучать ритмике необходимо всех детей без исключения. Он развивал в них глубокое «чувствование», проникновение в музыку, творческое воображение, формировал умение выражать себя в движениях.

Э. Жак-Далькроз создал систему ритмических упражнений, которой обучал своих учеников на протяжении десятков лет. О своей системе он говорил так: «Цель ритмики – подвести ее последователей к тому, чтобы они могли сказать к концу своих занятий – не столько «Я знаю», сколько «Я ощущаю», и, прежде всего, создавать у них неопределимое желание выражать себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения.

Музыкально-ритмическое воспитание детей и юношества в СССР было построено на основе ведущих положений системы Э. Жак-Далькроза. Отечественные специалисты по ритмике Н.Г. Александрова, В.А. Гринер, М.А. Румер, Е.В. Конорова и др. особое внимание уделили подбору высокохудожественного репертуара для занятий по ритмике: наряду с классической музыкой они широко использовали народные песни и мелодии, произведения современных композиторов, яркие и динамичные по своим образам.

В 20-е годы в СССР начали разрабатываться системы ритмического воспитания, специфичные для детских садов, музыкальных школ, театральных училищ и институтов, консерваторий, а также лечебных заведений и т. д.

Сегодня наше государство уделяет особую роль эстетическому, духовному и культурному воспитанию детей. Государственная политика ставит перед образованием введение новых технологий и методик обучения, обеспечивающих формирования заинтересованного отношения к собственному здоровью и здоровому образу жизни школьников. Одним из средств развития и формирования здоровьесберегающих навыков у детей являются занятия ритмикой и танцами.

Проблема построения и проведения уроков ритмики и танца исследована достаточно широко. Современные разработки в области ритмики и танца представлены различными аспектами. В педагогической литературе данная проблема нашла отражение в работах Э.Жак- Далькроза, Т. Барышниковой, И.Э. Бриске и других.

Но, значительной трудностью в данной проблемы является отсутствие современной целостной системы преподавания ритмики и танца на уроках в хореографическом коллективе. Таким образом, актуальность нашего исследования обусловлена наличием противоречия между потребностью общества в качественном хореографическом образовании и необходимостью введения в образовательный и воспитательный процесс

образовательной программы, включающей художественно-эстетическое, духовно-нравственное и физическое развитие детей.

Тема настоящей выпускной квалификационной работы «Построение и проведение уроков ритмики и танца с детьми младшего школьного возраста».

Изучением вопросов, касающихся ритмики занимались такие ученые, как Э.Жак-Далькроз, Ж. Демени, Г.А. Дюпперон и др. развивали систему музыкально-ритмического обучения в нашей стране в начале XX века С.М. Волконский, В.А. Гринер, Н.В. Романова, Н.Г. Александрова и др. В 60-е годы – Е.В. Конорова, И.В. Заводина, И.В. Лифиц, Е.Л. Кузьминова. В наше время это Т.П. Мануйлова, С.Б. Шарманова, Н.В. Денисенко, Ю.П. Денисенко и многие другие.

Данную работу автор составил на основе методических пособий И.В. Лифиц, И.Э. Бриске, Н.И. Шаровой, применяемых на практике при проведении уроков ритмики и танца в МКУ ДО ДЮЦ г. Аши. А также на основе научных работ преподавателей кафедры хореографии ЮУрГГПУ Клыковой Л.А., Чурашова А.Г., Юнусовой Е.Б.

Целью данной выпускной квалификационной работы является разработка и реализация дополнительной общеразвивающей образовательной программы по ритмике и танцу.

В соответствии с целью, поставлены задачи.

1. Изучение исторического аспекта развития ритмики и танца;
2. Описание психофизических особенностей младших школьников;
3. Описание профессиональных требований к педагогу-хореографу;
4. Описание методики преподавания уроков ритмики и танца;
5. Разработка и реализация дополнительной общеразвивающей образовательной «Мир танца».

Для решения поставленных задач использовался метод анализа литературы по данной теме, обобщение методик педагогов-хореографов.

Объект исследования – учебно-воспитательный процесс в детском хореографическом коллективе.

Предмет исследования – проектирование и способы реализации уроков ритмики и танца с детьми младшего школьного возраста.

В гипотезе данной выпускной квалификационной работы мы предполагаем, что разработка и реализация ДООП «Мир танца», включающей методику построения и проведения уроков ритмики и танца, будет способствовать всестороннему развитию детей младшего школьного возраста.

База исследования: хореографическое объединение «НОН-СТОП» МКУ ДО ДЮЦ г. Аши, возраст детей 6–9 лет. Количество испытуемых – 20 человек.

Методы исследования: теоретические методы включают в себя анализ психолого-педагогической, хореографической литературы, изучение педагогического и хореографического опыта. Эмпирические методы связаны с анкетированием, наблюдением, индивидуальными и групповыми беседами с детьми, мониторингом реализации образовательной программы «Мир танца».

Теоретическая значимость – уточнен понятийный аппарат проблемы исследования, включающий такие понятия, как «ритмика», «танец», «занятие», разработана образовательная программа «Мир танца».

Практическая значимость исследования заключается в составлении рекомендаций по совершенствованию условий обучения и воспитания младших школьников на уроках ритмики и танца в дополнительном образовании. Данные рекомендации могут быть полезны для педагогов общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, приложения.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ НА УРОКАХ РИТМИКИ И ТАНЦА

1.1. Цели и задачи музыкально-ритмического воспитания и обучения на современном этапе

Искусство – прекрасный инструмент, дарующий человеку свободу мысленного передвижения во времени и пространстве. Оно объединяют людей прошлого, настоящего и будущего в единую планетарную семью – человечество. Творчество способствует осознанию себя носителем сил добра и созидания.

Немаловажную роль в системе духовного и физического развития детей играет искусство хореографии. Занятия танцами дарят ребенку радость движения, общения, обогащают его внутренний мир, помогают познать себя. Танец воспитывает способности, которые управляют взаимодействием духа и тела, и помогают проявить во вне то, что находится внутри человека.

Обратимся к понятийному аппарату. Ритмическая гимнастика (ритмика) – система музыкально-ритмического воспитания, созданная Эмилем Жак-Далькрозом. Метод заключается в развитии чувства ритма – чувства времени, иными словами, развитии координации между нервной и мускульной деятельностью человека, что помогает достичь автоматизма в самых сложных движениях. Система Далькроза способствует развитию и упражнению внимания и памяти [17, с. 87].

«Ритмика – исполнительский вид музыкальной деятельности. Это процесс активного вовлечения детей в мир танца, в движение, в творчество. Через движение ребенок ярче и эмоциональней воспринимает музыку, закрепляет знания о средствах музыкальной выразительности. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придают движениям детей эмоциональную окраску, влияя на разнообразие и выразительность жестов.

Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению» [15, с. 24].

Игроритмика является основой для развития чувства ритма и двигательных материала способностей детей. На занятиях я использую разнообразную музыку. Для большего проникновения и развития эстетического вкуса у детей я подбираю музыку доступную и понятную по содержанию и форме.

Игротанцы служат основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при разучивании танцевальных движений: на укрепление осанки; на расслабление мышц; акробатические этюды; мимические упражнения.

Игротанцы направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Усвоение детьми навыков движений, овладение правильными способами их выполнения обогащает двигательный опыт, необходимый в разнообразных жизненных ситуациях.

Сказкотерапия – это не просто направление, а синтез многих достижений психологии, педагогики, психотерапии и философии разных культур. Сказкотерапия – это живой, творческий процесс, который обогащается детскими находками и озарениями, что помогает им приобщиться в дальнейшем к изучению балетной хореографии. Слово сказки живет в детском сознании. В процессе разнообразных сказкотерапевтических занятий и танцедвигательных движений воспитанники черпают множество познаний: первые представления о времени и пространстве, о связи с предметным миром; благодаря сказке ребенок познает мир не только умом, но и телом с помощью элементов хореографии и выражает своё знание в танцевальных движениях. Таким образом, происходит коррекция личности, расширение эмоционально –

поведенческих реакций. Процесс сказкотерапии даёт ребёнку альтернативную концепцию, которую он может либо принять, либо отвергнуть.

Ритмика – один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Основными задачами ритмики являются:

- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- формирование правильной осанки;
- развитие творческих способностей;
- развитие темпо-ритмической памяти учащихся.

К занятиям ритмикой рекомендуется приступать с самого раннего возраста. Дети подвижны, они ярче и эмоциональнее воспринимают музыку через движение, она пробуждает у них светлые и радостные чувства. Ребенок получает огромное удовлетворение от свободных и легких движений, от сочетания музыки с пластикой тела, у него повышается жизненный тонус.

Вот как об этом писала основоположница советской ритмики Н.Г. Александрова: «Откуда берется это чувство красоты, не оставляющее ребенка во время его занятий по ритмике? Очевидно, от музыки, от внутреннего чувства гармонии, возбуждаемым этим уроком. Кто знает, быть может, занятия ритмикой, полные бодрости, радости, чувства гармонии, излучаемого музыкой, наложат отпечаток на развитие личности

этих детей и возродят в них чувство гармонического согласия со всеми функциями их организма?» [5, с. 23].

Занятия ритмикой помогают усвоить основные музыкально-теоретические понятия, развивают музыкальный слух и память, чувство ритма, активизируют восприятие музыки. В процессе работы над движениями, связанными с музыкой, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности, чувство прекрасного. Вместе с тем, ритмические упражнения служат и задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки, вырабатывают умение владеть своим телом, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

Музыкально-ритмические занятия имеют также педагогическое значение. Выполнение учащимися групповых упражнений под музыку требует единых усилий, сознательности и активности, творческого отношения к делу, способствует формированию коллективных качеств личности. Занятия ритмикой повышает настроение учащихся. Положительные эмоции вызывают стремление выполнять движения энергичнее, что усиливает их воздействие на организм, способствует повышению работоспособности, а также оздоровлению и активному отдыху.

Велика роль хореографии в эстетическом развитии детей, так как она приобщает их к богатству танцевального и музыкального творчества. Начиная заниматься танцами в детском возрасте, можно предотвратить возникновение негативных установок, изменить образ мыслей, улучшить отношение ребенка к окружающим.

А.В. Луначарский полагал, что помимо художественного воспитания «почти нет никаких других способов воспитать человеческие эмоции и, следовательно, человеческую волю». Очень важно, чтобы занятия хореографией активизировали у обучающихся мышление и познавательный интерес, пробудили фантазию и воображение, научили сочувствию и

сопереживанию. Сначала необходимо достигнуть раскрепощения, снятие зажатости, заторможенности, развить быстроту мышления, чувствование танца и художественное воображение – это путь через игру, фантазирование, рисование.

Важнейшей целью в занятиях хореографией младших школьников является развитие танцевальных, музыкальных, двигательных, художественных, творческих способностей детей посредством хореографического искусства. Важно развить интерес детей к хореографическому и музыкальному творчеству, сформировать у них комплекс знаний, умений и навыков, позволяющих исполнять хореографические композиции, а также способствовать приобретению обучающимися опыта творческой деятельности – все это и есть главные задачи, которые ставит педагог на уроках хореографии.

К.С. Станиславский, русский театральный режиссёр, актёр и педагог, сказал что «Основа всей жизни человека – ритм, данный каждому его природным дыханием» [12, с. 57].

Природа живет по законам ритма: ритмично движение планет, ритмично дыхание, ритмично бьется наше сердце. Можно сказать, что ритм – это пульс, жизнь формы. Он воспринимается как многомерное, но закономерное чередование акцентов и пауз.

Учиться ритмике – значит понять соотношение длительности звуков, развить чувство ритма. Научиться двигаться в ритм с музыкой процесс долгий, но, воспитав, научив чувству ритма - человеку открывает огромный мир возможностей, ни только в области музыки, но и области хореографии.

Ритмика – это начало, база, толчок для будущей гармонической формы ребенка, для будущего стиля и ритма его жизни. Это очень важно – как ребенок будет двигаться по жизни и насколько будет здоров и богат внутренне.

Какова бы не была форма развития ритмических навыков важно, чтобы была последовательность, постепенное усложнение и повторяемость материала.

Жизнь не стоит на месте и в музыкально-ритмические движения и композиции вплетаются игры, пальчиковая гимнастика, используется логоритмика, тексты, элементы актерского мастерства, применяются различные виды инновационных педагогических технологий. Все служит для всестороннего развития детей, посредством раскрытия творческих способностей и осмысленного восприятия музыкального произведения.

На современном этапе существует множество литературы, с описанием различного вида игр, носящих различный характер воздействия, упражнений для раскрепощения и координации в пространстве. Педагоги изучают, применяют, что-то оставляют в учебной копилке для последующего применения, а что-то отсеивают. Только с помощью проб и ошибок, находясь постоянно в творческом поиске, общаясь с педагогами других учебных учреждений, руководителями коллективов – можно не только творчески расти, но и интеллектуально, расширять горизонты личного познания. А если преподаватель что-то открывает для себя, он всегда откроет страничку нового и для своих учеников. Нет предела совершенства, как нет и пределов знаний. Как сказал древний философ Сократ: «Я знаю, что я ничего не знаю». Задачей учителя является преодоление единообразия, перенос акцента с коллектива учащихся на личность каждого из них с её индивидуальными возможностями и интересами, создание условий для развития познавательной активности и самостоятельности.

Выполняются главные задачи:

- развитие способности воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер;
- понимание содержания музыкальных произведений;
- развитие двигательных качеств и умений координировать движения;

- развитие способностей фантазии и импровизации;
- развитие и тренировка психических процессов (эмоциональной сферы) и умения выражать свои эмоции в мимике и пантомиме;
- развитие координации между нервной и мускульной деятельностью человека.

Чем раньше ребенок получает дополнительные занятия по ритмике, тем легче усваивается учебный материал, эмоциональнее воспринимается музыкальное произведение. Развитию музыкальности, способствует проведение в первые годы обучения различных музыкально-танцевальных игр на занятиях. Зачастую игры сопровождаются пением или стихами. Это развивает в ребенке не только музыкальность, но и расширяет их кругозор, память, воображение. Использование на уроках ритмики различных образов, копируя и подражая им, приближает детей к жизни (повадки животных, отличительные особенности мультяшных персонажей и сказочных героев).

Трудно переоценить значение регулярных занятий ритмикой для укрепления здоровья, повышения работоспособности, коррекции двигательных нарушений и недостатков, возможность познать мир. Через музыку и движение у ребенка развивается не только художественный вкус и творческое воображение, но и любовь к жизни, человеку, природе, формируется внутренний духовный мир ребенка.

Основная цель на занятиях ритмики с детьми - всестороннее развитие ребенка, развитие музыкальности и ритма на занятиях, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребенка, средствами музыки и ритмических движений.

Чем раньше ребенок начнет слышать приятную ему музыку и сопровождать ее ритмичными движениями, тем активнее начнется развитие всех сенсорных каналов, необходимых в жизни.

Ритмика не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств.

Красивые движения, разученные на уроке, ребёнок с радостью и интересом будет выполнять дома. Сколько приятных волнений для маленького человека и его родных доставляют его показательные выступления на праздничном концерте.

Ритмика закладывает надёжный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребёнка. Профессор Крестовников в «Очерках о физиологии физических упражнений» писал, что движения, совершаемые под музыку, выполняются легче, дыхательный аппарат работает более энергично, увеличивается глубина дыхания, повышается поглощение кислорода.

Тем самым, ритмичные упражнения содействуют физическому воспитанию и укреплению детского организма. В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности. Таким образом, занятия ритмикой оказывают разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности.

Ритмика создаёт ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, сообщает более светлое восприятие жизни.

## 1.2. Возрастные особенности развития младших школьников

К младшему школьному возрасту в возрастной психологии относят период психического развития ребенка от 6–7 лет до 10–11 лет (1–4 классы общеобразовательной школы). Границы этого возрастного диапазона весьма условны и зависят в первую очередь от готовности ребенка к школьному обучению.

Деятельность, которая в этом возрасте становится ведущей – учебная. Благодаря ней происходят важнейшие изменения в развитии детской психики. Другие виды деятельности не исчезают, они существуют параллельно, но учебная деятельность выходит на первый план. Игровая деятельность, которая была ведущей в дошкольном возрасте, имеет место

быть. Поступление ребенка в школу резко меняет жизнь ребенка. Меняется его уклад жизни, распорядок дня, социальное положение, положение в семье. Его главной обязанностью становится учеба, требующая дисциплины и организованности.

Лев Выготский писал: «Ребенок младшего школьного возраста переходит к систематическому школьному обучению. Происходит интенсивное формирование основных компонентов учебной деятельности: ребенок учится приобретать знания, овладевает приемами и навыками учебной работы, умением учиться. В ходе усвоения основ научных знаний происходит становление нового уровня познавательных потребностей детей. Этот возраст является периодом интенсивного развития и качественного преобразования познавательных процессов: они приобретают опосредствованный характер, становятся осознанными и произвольными. С началом школьного обучения мышление выдвигается в центр сознательной деятельности ребенка» [3, с. 52].

К возрасту семи лет ребенок обладает всеми необходимыми физическими и психическими предпосылками для того, чтобы стать школьником и овладеть новой для него учебной деятельностью. Школьное обучение не тождественно любому другому обучению. До этого учение для ребенка было включено в игру и не было обязательным. Теперь у него появляется целый ряд обязанностей и выполнение их оценивается учителем, другими людьми. Важным для детей становится не только овладение системой начальных научных знаний, но и овладение умением учиться. В процессе овладения учебной деятельностью психические процессы у младшего школьника становятся все более произвольными, совершенствуются рефлексивные способности. В этом возрасте существенным достижением в развитии личности ребенка становится преобладание мотива «Я должен» над мотивом «Я хочу».

Постепенно пробуждается активный интерес и к своему внутреннему миру, собственным мыслям и переживаниям. Рефлексия является

необходимым условием для самосовершенствования личности путем самовоспитания. Да и сама учебная деятельность требует рефлексии, оценки собственных изменений. Именно поэтому всякая учебная деятельность начинается с того, что ребенка оценивают.

В основе психологической характеристики данного возраста ведущий тип деятельности – учение. Это период впитывания, усвоения, накопления знаний. У детей происходит формирование и развитие основных психических процессов. Младшие школьники имеют свои предпосылки для освоения специфики творческой деятельности. Зона реального развития восприятия искусства и творчества включает в себя: игровую деятельность, эмоциональную отзывчивость, восприятие художественного образа на невербальном уровне. В этом возрасте появляются притязания детей на определённые положения в системе деловых и личностных взаимоотношений в группе, так как в этой системе формируется устойчивый статус обучающегося. Коллективную деятельность необходимо строить на основе свободного товарищеского общения обучающихся. Непринужденная атмосфера дает возможность максимальной раскованности в необычной деятельности ребенка.

Основной целью современного начального образования является воспитание и развитие личности ребенка. У младших школьников в отличие от других возрастных периодов личностная ориентация определяется направленностью на внешний предметный мир, у них преобладает наглядно – образное мышление и эмоционально – чувственное восприятие действительности [7, с. 29].

На этом возрастном этапе дети отличаются достаточно высоким уровнем умственного развития, включающем расчлененное восприятие, обобщенные нормы мышления, смысловое запоминание. У ребенка формируется определенный объем знаний и навыков, интенсивно развивается произвольная форма памяти, мышления, воображения, опираясь на которые можно побуждать ребенка слушать, рассматривать,

запоминать, анализировать. Ребенок младшего школьного возраста умеет согласовывать свои действия со сверстниками, участниками продуктивной деятельности, регулируя свои действия на основе усвоения общественных норм поведения. Его поведение характеризуется наличием сформированной сферы мотивов и интересов, внутреннего плана действий, способностью к достаточно адекватной оценке результатов собственной деятельности и своих возможностей.

### 1.3. Методические приемы и принципы обучения младших школьников на уроках ритмики и танца

Занятия ритмикой призваны привить любому ребенку интерес к движению под музыку. Урок ритмики должен приносить детям радость общения с музыкой, товарищами, учителем. Поддержать этот интерес можно только в атмосфере доброжелательности и хорошего настроения. Разглядеть в ребенке его природные данные, подобрать к нему «свой» ключик, чтобы добиться наибольшей точности при выполнении движений – вот к чему должен стремиться педагог на занятии ритмикой.

Развитие ритма на уроках проходит с различной степенью усвояемости, так как дети рождаются с разными возможностями. У каждого ребёнка свой индивидуальный сплав способностей, темперамента, характера, воли и мотивации. Поэтому нельзя ждать результата сразу от всех, выделяя кого-то более успешного ребенка, мы разрушим тонкую нить развития. Не могут же до сих пор понять педагоги – как научить детей, чтобы они хотели учиться, хотели искать и открывать, быть творцами, искать свои пути. Как часто дети учатся только для того, чтобы получить хорошую оценку, или не быть наказанным родителями, или потому что родители хотят, чтобы они были лучшими. Сложный педагогический вопрос... Важно понять:

- чтобы получить развитие не нужно ставить границы этого развития;
- дать ребенку время, пусть кому-то нужно больше, чем другим;

– вне зависимости от успехов всех поощрять; у каждого есть своя исключительность и свои достижения.

У детей в раннем возрасте недостаточно развита зрительная, слуховая, мышечная и вестибулярная чувствительность. Несовершенно восприятие: дети не могут на долгое время сосредоточить внимание на музыке, неточно воспринимают движение, плохо ориентируются в пространстве и времени. Поэтому задача педагога – развивать органы чувств и сенсорные умения.

Во время выполнения танцевального движения необходимо считать, помогая уточнить темп и ритм, а закрепление ранее разученных движений может осуществляться сразу под музыку.

Систематичность, постепенность и последовательность раннего развития – основные педагогические принципы.

Осуществляя главные задачи обучения по ритмике, мы получим гармонично развитую личность.

Развивая у ребенка музыкальность, педагог помогает ему воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер, выражать свои эмоции под музыку, то есть ритмика развивает в малыше способность к самовыражению, понимать содержание, легче усваивать учебный материал.

Развитие музыкального слуха, памяти и ритма обогатит не только его музыкальный кругозор, разовьет психические познавательные процессы – память, внимание, мышление, воображение, но и позволит более увлеченно открывать для себя познавательный мир музыки.

Развитие двигательных качеств позволяет координировать движения, обогащает разнообразными видами танцевальной лексики, фантазией и импровизацией. Тренировка психических процессов (эмоциональной сферы) дает умения выражать свои эмоции в мимике и пантомиме.

Применение на уроках ритмики элементов инновационных технологий позволяет снять эмоциональное и мышечное напряжение, позволяет сохранять позитивный настрой и заинтересованность в усвоении учебного материала. Творческий подход к проведению уроков,

использование ритмических упражнений в сочетании с игровой тематикой повышает творческий потенциал ребенка и позволяют проявить свои возможности ни только в области музыки, но и в других видах искусства.

Родители, преподаватели открывают мир ребенку, закладывают основу полноценной развитой личности, формируют мотивацию к обучению, к творчеству, познанию мира звуков, красок, ритмов, оттенков цвета и музыки.

Искусство танца близко детям и любимо ими, и обычно дети стабильно посещают занятия в течение длительного времени, проявляя настойчивость и усердие в приобретении танцевальных навыков и знаний. Хореография как вид искусства аккумулирует в себе физическое и эстетическое развитие, комплексно воздействует на ребёнка, формируя правильную осанку, координацию, выносливость, воспитывает эстетический вкус. Народно-сценический танец является одним из профилирующих предметов хореографического образования. В процессе его изучения дети знакомятся с различными танцевальными культурами, с бытом и историей народов. Систематические занятия дают возможность развить у ребёнка восприятие национального своеобразия танцев, манеры и характера исполнения. В процессе занятий у детей формируются не только представления о хореографии, но и элементы общечеловеческой культуры: корректное поведение, ответственность, трудолюбие, самоконтроль. Они являются базой для дальнейшего развития творческой жизни детей.

Успешное педагогическое общение является основой эффективной профессиональной деятельности педагога. Общение с детьми в педагогических целях играет важную роль в социализации обучающегося, в его личностном развитии.

Энтузиазм педагога является главным элементом, который обеспечивает проведение удачного урока, и обычно вызывает не менее восторженный отклик у детей.

План урока – необходимое руководство к действию каждого педагога. Отказ от работы по планам, составленным в письменном виде, может в результате привести к повторению содержания уроков.

Наиболее часто применяют планы уроков, в которых используют метод обучения, предоставляя детям право выбора способа для демонстрации своих навыков, или метод косвенного обучения. Педагог дает определение сущности движения и ставит задачу нахождения способов для выполнения соответствующих действий. Преподавание на основе этого метода создает широкий диапазон разнообразных результатов, пополняющий репертуар не только учеников, но и педагога.

К методике обучения танцам предъявляются три основных требования: планирование, выступление и анализ. Два фактора – фактор исполнения и фактор обучения вовлекают учеников в длительный взаимосвязанный процесс.

Планирование способствует формированию навыков сфокусированного и сосредоточенного мышления, необходимого для четкого выступления.

К моменту изучения предмета «Современный танец» обучающиеся занимаются ритмикой, введением в хореографию, классическим танцем и гимнастикой, в задачи, которых на раннем этапе входили развитие чувства ритма, опорно-двигательного аппарата, мышц рук, спины, живота, навыков микро-координации и ориентации в сценическом пространстве (макро-координации). Кроме того, на занятиях введения в хореографию и гимнастики закладывался фундамент для изучения основ современного танца. Тем более, к моменту его изучения обучающиеся приобрели значительный опыт выступлений на сцене. Получив возможность осваивать импровизации, ученик избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

Кроме прикладных знаний, в программе учтены воспитательные мероприятия, культура личности, в виде тематических бесед, диспутов, посещения спектаклей и концертов по данному профилю, конкурсных поездок, проведения традиционных досуговых мероприятий, направленных на осознание детьми и подростками значения современного искусства и их личного творчества, развитие индивидуальных творческих способностей, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Выступление – самый важный момент. Наглядная природа физического воспитания позволяет без труда наблюдать и оценивать достижения детей.

Педагогу необходимо владеть ИКТ-технологиями и применять их в своей деятельности. Регулярное применение ИКТ на занятиях не только облегчает усвоение учебного материала, но и предоставляет новые возможности для развития творческих способностей детей: повышает мотивацию обучающихся к изучению нового материала, активизирует познавательную деятельность, развивает мышление и творческие способности ребёнка, формирует активную жизненную позицию в современном обществе.

Умение пользоваться интернетом позволяет быть в курсе событий, происходящих в педагогических сообществах, отслеживать анонсы событий (проведение конкурсов, семинаров), получать консультации по актуальным проблемам, размещать свои работы в медиатеках, там же знакомиться с разработками мероприятий своих коллег – педагогов, хранить свои файлы.

Педагог систематически использует средства ИКТ и возможности сети Интернет во время образовательного процесса. Педагог умеет оценивать основные педагогические свойства электронных образовательных ресурсов, определять педагогическую целесообразность их использования. Новые информационные технологии, являющиеся важным фактором обогащения интеллектуального и эмоционального

развития ребенка, катализатором развития его творческих способностей, используются в работе наравне с традиционными средствами развития и воспитания детей через техническую деятельность.

Педагог может использовать информационно-коммуникативные технологии в учебно-воспитательном процессе при подготовке и проведении занятий (подборе аудио и видеоматериала к учебным занятиям, подборе дополнительного познавательного материала к воспитательным мероприятиям), для обобщения педагогического опыта, ведения документации. Используя информационно-коммуникационные технологии, педагог не забывает о здоровьесберегающих технологиях, использование технических средств ограничивает временными рамками.

Использование средств ИКТ в целях воспитания и развития творческих способностей обучающихся, формирования их личности, обогащения интеллектуальной сферы расширяет возможности педагога. Дети с удовольствием участвуют в образовательной деятельности, активно включаются в выполнение заданий, так как технические средства позволяют включать в процесс воспитания и видео, и звук, и действие, что повышает интерес и внимание детей к различным видам деятельности.

Выводы по первой главе:

В теоретической части исследования мы изучили исторические аспекты развития ритмики и танца, рассмотрели психофизических особенностей младших школьников, остановились на профессиональных требованиях к педагогу-хореографу и описали методики уроков ритмики и танца.

В современное время существует множество методик по обучению детей хореографии. Важно в этом многообразии найти то, что подойдет педагогу и его обучающимся. Ведь успех детей в хореографическом коллективе зависит от преподавателя, который обладает

профессиональными знаниями и умело применяет их в учебно-тренировочной работе.

Выбирая стиль общения с детьми, педагог-хореограф должен учитывать возрастные особенности детей младшего школьного возраста.

Хореографическое образование, опирающееся на новое содержание и методику, комплексный и многожанровый характер воспитания пластической культуры подрастающего поколения – это огромный творческий потенциал в развитии художественно-эстетической культуры общества в целом.

## **ГЛАВА 2. ПОСТРОЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ УРОКОВ РИТМИКИ И ТАНЦА С МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ В ХОРЕОГРАФИЧЕСКОМ ОБЪЕДИНЕНИИ «НОН-СТОП» МКУ ДО ДЮЦ Г. АШИ**

### **2.1 Уроки ритмики и танца в дополнительной общеразвивающей программе «Мир танца»**

Во все времена требовалась активная целенаправленная работа с подрастающим поколением, современные формы и методы воспитания и обучения. Сегодня как никогда необходимо духовное и нравственно-эстетическое возрождение общества через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения. Это вдохновило меня на создание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Мир танца», ориентированной на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей, и всестороннее их развитие, где учтены современные тенденции в области хореографического искусства и мой многолетний опыт работы.

В основе программы «Мир танца» заложена идея единства различных танцевальных жанров (классический танец, народный танец, русский танец, современный танец). Программа разработана с учетом здоровьесберегающих технологий, возрастных особенностей детей и выстроена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и также целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные особенности, что позволяет создать в коллективе атмосферу сотрудничества.

В процессе освоения программы дети овладевают знаниями, умениями и навыками в области хореографии. Танец расширяет их представление об окружающем мире, учит их сохранять целостность восприятия, развивает грациозность движений, оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры. Занятия танцем органически связаны с усвоением норм этикета немислимы без выработки культуры общения.

Регулярные выступления перед родителями, зрителями с концертными номерами или программами являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувства ответственности, дружбы, товарищества. Важную ценность у обучающихся имеет мнение ровесников, одноклассников. После концертов необходимо проводить рефлексию, где каждый обучающийся может высказать свое мнение, что у него получилось, а где необходимо доработать. Будет полезна видеосъемка выступлений и сбор мнений зрителей. Во время просмотра видеосъемки необходим подробный анализ положительных моментов и недочетов, при этом подчеркиваются позитивные стороны каждой ситуации.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Мир танца» разработана с учётом современных требований и основных законодательных и нормативных актов.

Актуальность предлагаемой программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития детей младшего школьного возраста.

Отличительной особенностью данной программы является синтез программ: «Ритмика и танец» И.Э. Бриске, «Мир эстрадной хореографии» М.А. Мамадалиева, «Дэнс-Тим» Н.Е. Татаринковой, «Программы воспитания творческой личности средствами хореографии» Т.Б. Нарской,

Л.Д. Ивлевой, примерных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Института развития образования в сфере культуры и искусства г. Москва (по учебным предметам «Классический танец» и «Джазовый танец»). Также учтены современные тенденции в области хореографического искусства и многолетний опыт работы составителя программы. Это позволяет подбирать и использовать в работе разножанровый материал. За счёт этого расширяется хореографический репертуар, позволяющий учитывать интересы, потребности, возможности, природные задатки всех учащихся.

Контроль разученных движений осуществляется в танцевальных постановках, композициях и этюдах. Движение, исполненное многократно, становится простым и доступным. Объяснения и поправки, сделанные педагогом, подкрепляют правильное выполнение движения и заставляют ребенка осознать свои ошибки, исправить их. Логика построения программы предполагает возвращение к одним и тем же темам, но с разной степенью глубины и сложности. Содержание программы выстроено по годам обучения, взаимосвязанным между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего года обучения. На занятиях используются различные виды деятельности: ритмика, элементы музыкальной грамоты, элементы художественной гимнастики, танцевальные этюды, игры и хореографические постановки.

Новизна программы основана на идее единства и уникальности различных танцевальных жанров (классический танец, народный танец, русский танец, современный танец).

Программа «Мир танца» включает следующие разделы: ритмика, азбука музыкального движения, гимнастические упражнения с предметами; музыкально-ритмический игры, сюжетные игры. Основы классического танца. Основы стилизации народного танца: русский танец, народный танец.

Основы современной хореографии: джаз, модерн, контемпорари, свободная пластика, demi классика. Элементы импровизации. Постановочная работа. Репетиционная работа. Сценическая практика.

Современная хореография – это исследование, основанное на смешивании разных стилей и направлений хореографического искусства. Занятия современной хореографией увеличивают работоспособность, воспитывают морально-волевые и эстетические качества, помогают раскрыть творческие способности и индивидуальность учащихся.

Стилизация – это обогащение танца новыми средствами и формами хореографической выразительности.

Стилизация народного танца – это танец, основанный на сочетании элементов народных, фольклорных танцев, гимнастики, современной хореографии. В основе стилизованного танца лежит, прежде всего, изучение народно - этнографического материала, владение законами композиции, чувство стиля и все то, что в совокупности создает нужный образ или ощущение образа, своеобразного национального характера народа, его образ ощущение образа, своеобразного национального характера народа, его образ жизни и особенности мышления.

Программа «Мир танца» рассчитана на 4 года обучения и адресована детям возраста 6–10 лет.

При реализации программы учитываются психологические особенности младшего школьного возраста.

Старший дошкольный возраст – период познания окружающего мира, человеческих отношений, осознанного общения со сверстниками, активного развития физических, творческих и познавательных способностей. Идет подготовка к следующему, совершенно новому этапу в жизни ребенка – обучению в школе.

Зачисление в детское объединение осуществляется по желанию обучающегося и его родителей (законных представителей). Требования к

поступающим: справка от врача, с разрешением заниматься данными видом творческой деятельности. Специального отбора нет.

Основания для отчисления: систематические пропуски занятий без уважительных причин, отсутствие заинтересованности, по состоянию здоровья.

Режим занятий:

– первый год обучения – 144 часа в год, два раза в неделю по два часа с переменной между занятиями 15 минут;

– второй год обучения – 216 часов в год, три раза в неделю по два часа, перерыв между занятиями 15 минут;

– третий год обучения – 216 часов в год, три раза в неделю по два часа, перерыв между занятиями 15 минут;

– четвертый год обучения – 216 часов в год, три раза в неделю по два часа, перерыв между занятиями 15 минут.

Общее количество часов по программе составляет 792 часа.

Язык преподавания – русский. Форма обучения по программе – очная.

Формы проведения занятий: аудиторные, внеаудиторные (посещение: концертов, театров, музеев, выставок, конкурсов, экскурсий).

Формы занятий: всем составом объединения, в группах или подгруппах.

Группы формируются по возрасту и году обучения.

Формы проведения занятий: комплексное занятие, практическое занятие, зачётное занятие, занятие – соревнование, занятие – игра, занятие – сводная репетиция, контрольное занятие, занятие – путешествие, занятие – сказка, занятие – импровизация, праздник, занятие – концерт; конкурс, беседа, открытое занятие, экскурсия.

Алгоритм учебного занятия:

– вводная часть: организованный вход детей под музыкальное произведение в танцевальный зал. Поклон. Сообщение темы и задач занятия, настрой учащихся на работу, упражнения для разогрева;

– основная часть: разминка, повторение пройденного материала, динамическая заминка, изучение новой темы, закрепление изученного, постановочная работа, репетиционная работа;

– заключительная часть: рефлексия, анализ занятия; поклон, организованный выход из зала.

Алгоритм учебного занятия может изменяться в зависимости от поставленных дидактических задач.

Цель программы: развитие личности ребёнка, способного к творческому самовыражению через овладение хореографическим искусством.

Задачи:

Образовательные:

– формирование специальных знаний, умений, навыков;  
– привитие учащимся умения слышать и слушать музыку, передавать ее содержание в движении;

– обучение ребенка владению своим телом и совершенствование двигательных навыков;

– обучение приёмам разминки у станка и на середине зала;

– обучение элементам классического, народно стилизованного, современного танца, соединение их в связки и комбинации, применение их в разных последовательностях.

– развивающие:

– развитие природных способностей ребёнка (слуха, чувства ритма, пластичности);

– активизация творческих способностей;

– развитие умения наблюдать за собой;

– развитие внимания, мышечной памяти, фантазии, творческого

воображения и образного мышления;

– развитие танцевальных способностей;

- снятие зажатости в общении со сверстниками и преодоление сценического волнения;
- развитие самостоятельности, готовности прийти на помощь.
- воспитательные:
- воспитание в детях чувства ответственности за коллектив и самого себя.
- воспитание художественного вкуса;
- привитие культуры исполнения классического, народно стилизованного, современного танца;
- формирование этики поведения на занятиях и вне занятий;
- воспитание трудолюбия и самодисциплины;
- воспитание самостоятельной творческой личности;
- воспитание нравственных и моральных идеалов;
- подготовка личности ребенка к социализации в обществе;
- воспитание духовно – нравственных качеств личности ребенка.
- оздоровительные:
- укрепление здоровья учащихся;
- формирование правильной осанки;
- укрепление костно-мышечного аппарата;
- развитие двигательных навыков и координации движений;
- развитие силы, ловкости, гибкости, выносливости.

Учебный план 1-го года обучения «Ритмика и танец»

Задачи 1 года обучения (стартовый уровень):

- формирование интереса к хореографическому искусству;
- обучение ребенка владению своим телом;
- обучение приёмам разминки у станка и на середине зала;
- развитие природных способностей ребёнка (слух, чувство ритма, координацию, пластичность);
- укрепление костно-мышечного аппарата учащихся;

- развитие силы, выносливости, координации движений;
- развитие внимания, памяти, фантазии;
- снятие зажатости в общении со сверстниками и преодоления сценического волнения;
- подготовка личности ребенка к социализации в обществе;
- формирование этики поведения на занятиях и вне занятий;
- воспитание трудолюбия и самодисциплины;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

Таблица 1 – Учебный план 1 год обучения

№ П/п	Перечень разделов и тем	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	1	1	Опрос
2.	Азбука музыкального движения	14	2	12	Практический тест
3.	Основы гимнастики	12	5	7	Контрольный срез
4.	Основы классического танца	9	1	8	Занятие - конкурс
5.	Основы стилизации народного танца	10	2	8	Открытое занятие
6.	Постановочная работа	34	10	24	Индивидуальные мониторинговые карты
7.	Репетиционная работа	27	3	24	Зачётное занятие
8.	Сценическая практика	18	3	15	Занятие - соревнование
9.	Итоговое занятие	2	-	2	Концерт для родителей
10.	Воспитательная работа	16	4	12	Экскурсии, бесе-ды, посещение театров, выступления
Итого:		144	31	113	

Содержание учебного плана 1-го год обучения (стартовый уровень).

Вводное занятие (2 часа).

Теория: ознакомить детей с работой детского объединения.

Инструктаж по технике безопасности, ознакомить с правилами поведения и внутреннего распорядка в МКУ ДО ДЮЦ г. Аши.

Практика: стартовая диагностика, опрос.

2. Азбука музыкального движения (14 часов).

3. Основы гимнастики (12 часов).

Теория: Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных движений; последовательность; темп и ритм.

Практика: Упражнения для развития гибкости тела. Упражнения на полу («бабочка», «лодочка», «жираф», «березка»). Упражнения с предметами (мячом, лентами, цветами, листья). Музыкальные игры («Ручеек», «Найди свое место»). Упражнения на матах (стойки, простые повороты, «лодочка»).

4. Основы классического танца (9 часов).

Теория: Пояснение понятия «Классический танец», законы правильной постановки корпуса, позиции рук и ног. Demi plie, Battement tendus, Port de bras.

Практика: Постановка корпуса. Позиции рук. Позиции ног в классическом танце. Экзерсис у станка (Releve, Demi plie, Bt.tendus). Port de bras. Прыжки.

5. Основы стилизации народного танца (10 часов).

Теория: особенности русских народных движений, настроение и характер русского танца. Костюм и национальный характер танца.

Практика: Позиции рук в русском народном танце. Притопы. Выстукивания. Простейшие элементы русского народного танца: «ковырялочка», «гармошка».

6. Постановочная работа (34 часов).

Теория: Разъяснения по правильному перестроению, рисунки танца.  
Характер и сюжет танца.

Практика: Изучение этюдов («Во саду ли, в огороде», «Лапочка»).  
Изучение рисунка хореографической постановки (круг, несколько кругов, линия, параллельные линии, колонна). Изучение хореографических постановок «Горошенки», «Ягодка малинка».

#### 7. Репетиционная работа (27 часов).

Теория: Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных движений; последовательность; соблюдение темпа и ритма.

Практика: Отработка отдельных элементов. Работа с этюдами. Работа над хореографическими постановками.

#### 8. Сценическая практика (18 часов).

Теория: Законы поведения на сценической площадке. Строение сцены (расположение кулис, авансцены). Секреты актерского мастерства.

Практика: Работа на сценической площадке. Работа перед зеркалами.

#### 9. Итоговое занятие (2 часа).

Практика: Демонстрация знаний, умений и навыков. (Концерт для родителей).

Планируемые результаты 1 год обучения (стартовый уровень).

Знать: основные позиции рук и ног классического танца; правила постановки ног у станка (при выворотной основе); основные понятия и названия движений в классическом танце, музыкальные размеры.

Уметь: ритмически грамотно пройти под музыку, прохлопать ритмические задания, исполнить движения экзерсиса классического танца у станка, грамотно работать по диагоналям, ориентироваться в пространстве, уметь работать в парах, тройках, владеть своим телом.

Структура учебного плана представлена в таблице 2.

Таблица 2 – Учебный план 2 года обучения.

П/п	Перечень разделов и тем	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное заня-тие. Инструктаж по технике безопасности	2	1	1	Опрос
2.	Ритмика	16	1	15	Зачётное занятие
3.	Основы гимнастики	18	2	16	Контрольный срез
4.	Основы классического танца	30	3	27	Практический тест
5.	Основы стилизации народного танца	28	4	24	Открытое занятие
6.	Постановочная работа	38	2	36	Индивидуальные мониторинговые карты
7.	Репетиционная работа	30	2	28	Зачётное занятие
8.	Сценическая практика	28	-	28	Занятие - соревнование
9.	Итоговое занятие	2	-	2	Концерт для родителей
10.	Воспитательная работа	24	10	14	Экскурсии, бесе-ды, посещение театров, выступления
	Итого:	216	25	191	

Содержание учебного плана 2 года обучения (базовый уровень).

1. Вводное занятие (2 часа).

Теория: Ознакомление учащихся с планом работы на учебный год. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в общественных местах, на дорогах.

Практика: Диагностика хореографических навыков. Повторение основных элементов танца.

2. Ритмика (16 часов).

Теория: Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы. Музыкальный размер. Сильная доля. Музыкальное прослушивание для создания ритмического и танцевального образа. Подбор выразительных движений

для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

Практика: Упражнения, развивающие музыкальное чувство: элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу); упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног. Шаг польки. Галоп.

### 3. Основы гимнастики (18 часов).

Теория: методика выполнения музыкально-двигательных упражнений партерной гимнастики. Методика выполнения акробатического колеса. Полное соотношение с музыкальным сопровождением.

Практика: Игры под музыку («Мои руки хороши», «Теперь друзья», «Делай как я»). Импровизация под музыку. Партерная гимнастика («неваляшка», «жираф», «бабочка», мостик, «дельфин»). Ритмические упражнения. Изучение рисунков танца («воротца», «дощечка», «книжечка», «звездочка»). Постановка корпуса. Гимнастические упражнения с предметами (мячом, лентой, корзиной, ложками). Упражнения на ориентирование. Упражнения для развития гибкости тела. Работа над стопами и подъемом ног. Изучение упражнений для укрепления мышц ног, рук, спины. Акробатические элементы (колесо, перевороты).

### 4. Основы классического танца (30 часов).

Теория: Методика правильного исполнения классических элементов танца. Позиции ног, Demi plie, Battements tendus, Rond de jambe par terre. Passe par terre, en dehors et en dedans, Battements tendus jetes, sur le cou-pied, Battements frappes, Grand plie, Battements fondu.

Практика: Упражнения правильной постановки корпуса. Позиции рук и ног. Экзерсис у станка (Releve, Demi plie, Battements tendus, Rond de jambe par terre. Relevelent, Passe par terre, en dehors et en dedans, Battement tendus jetes, sur le cou-pied, Battements frappes, Grand plie, Battements fondu).

Экзерсис на середине зала: изученные у станка элементы выносятся на середину зала и исполняются в том же порядке. Pas польки. Temps lie par terre вперед, назад. Allegro: Temps soute по I; II; V позициям. Changements de pieds. Pas echarpena II позиции. Pas balance. Pas de basgue вперед. 1, 2-форма Por de bras. Вращения (циркуль, Tour chanes). Прыжки по позициям.

#### 5. Основы стилизации народного танца (28 часов).

Теория: Знакомство с особенностями исполнения танца. Характер исполнения русского, народного, фольклорного танцев. Костюм, его строение отличительные особенности.

Практика: Позиции ног – I, II, III, IV, V открытые (выворотные) и прямые (параллельные), свободные позиции (полувыворотные), закрытые позиции (носки повернуты внутрь, пятки разведены наружу). Позиции и положения рук – I, II, III классические позиции, II позиция с повернутыми вверх ладонями; положение рук на талии всей кистью, в «кулачках»; руки скрещены перед грудью; положение рук за спиной, за головой. Экзерсис у станка: полуприседание и полное приседание по выворотным позициям плавное и отрывистое. Отведение и приведение ноги:

а) с работой пятки опорной ноги (пятка поднимается в момент закрывания ноги в позицию);

б) с переходом работающей ноги с носка на каблук;

в) с переходом работающей ноги с носка на каблук и полуприседанием в момент перехода на каблук;

г) то же с ударом работающей ногой всей стопой в III позиции.

Маленькие броски (жете):

а) с акцентом на воздух;

б) с подъемом пятки опорной ноги;

в) с полуприседанием на опорной ноге в момент броска работающей ноги на воздух.

Круговые движения ногой по полу носком вытянутой ноги и каблуком. Подготовка к «веревочке» и упражнения для бедра:

а) с переводом ноги спереди назад и сзади вперед (пассе на 90) в V позицию;

б) с разворотом бедра из выворотного в не выворотное положение и опусканием ноги в прямую III позицию и обратно;

в) с разворотом бедра из выворотного положения в не выворотное и обратно и опусканием ноги в выворотную III позицию;

г) с разворотом стопы.

Упражнения для свободной стопы (флик-фляк):

а) во всех направлениях;

б) с поворотом стопы во внутрь и обратно.

Упражнения на выстукивания:

а) удары всей стопой в пол;

б) чередование ударов всей стопой и полупальцами;

в) чередование ударов каблуком и полупальцами;

г) с переносом работающей ноги в выворотное и не выворотное положение.

Большие броски: на всей стопе.

Элементы русского народного танца («гармошечка», «ковырялочка», «веревочка», «подбивочка», «молоточки», «маятник»). Дробные комбинации. Ключи. Вращения. Танцевальные комбинации.

6. Постановочная работа (38 часов).

Теория: Знакомство с музыкальным материалом постановки. Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных движений; последовательность; темп и ритм. Театральные образы.

Практика: Изучение комбинаций. Изучение этюдов («Сакура», «Маленький мышонок»). Изучение основных рисунков хореографической постановки. Поэтапное изучение хореографических композиций «Маленькие феи», «Забияки».

7. Репетиционная работа (30 часов).

Практика: Работа над отдельными элементами танца или этюда. Отработка сложных элементов. Работа над синхронностью. Эмоциональная окраска танца (сценический образ, культура и манера исполнения). Работа над хореографическими постановками.

#### 8. Сценическая практика (28 часов).

Теория: Законы сцены. Культу поведения.

Практика: Работа на сценической площадке. Работа перед зеркалами.

#### 9. Итоговое занятие (2 часа).

Практика: демонстрация знаний, умений и навыков. Итоговое занятие  
Ожидаемый результат 2 года обучения (базовый уровень).

Знать: основные положения рук и ног в классическом и русском танце, а также знать, чем отличаются положения рук в классическом танце и русском, термины, используемые на занятиях, знать основные рисунки танца.

Уметь: правильно дышать при исполнении комбинаций и упражнений различной сложности, грамотно исполнять комбинации на середине и у станка, держать линии, работать по рисункам танца.

Владеть: собственным телом, навыками эмоционального выражения в танце.

Задачи 3 года обучения (базовый уровень):

- обучение ребенка владению своим телом;
- продолжение обучению приёмам разминки у станка и на середине зала;
- обучение элементам современного танца, соединение их в связки и комбинации, и умение исполнять их в разных последовательностях.
- развитие природных способностей ребёнка (слух, чувство ритма, координацию, пластичность);
- укрепление костно-мышечного аппарата учащихся;
- совершенствование выразительности исполнения, развитие силы, выносливости, координации движений;

- активизация творческих способностей, учащихся;
- совершенствование и углубление знаний и навыков;
- расширение общего и культурного кругозора, эстетического восприятия окружающего мира;
- развитие художественного вкуса;
- развитие умения наблюдать за собой;
- развитие внимания, памяти, фантазии, творческого воображения и образного мышления, и желания импровизировать;
- снятие зажатости в общении со сверстниками и преодоления сценического волнения;
- развитие самостоятельности, готовности прийти на помощь.
- воспитание эмоционально-волевой сферы;
- приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

Таблица 3 – Учебный план 3 года обучения (216 часов).

п/п	Перечень разделов и тем	Общее кол-во часов	теория	практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	1	1	Опрос
2.	Основы гимнастики	10	2	8	Контрольный срез
3.	Основы классического танца	42	6	36	Занятие-конкурс
4.	Основы стилизации народного танца	38	4	34	Открытое занятие
5.	Постановочная работа	40	2	38	Индивидуальные мониторинговые карты
6.	Репетиционная работа	28	2	26	Занятие-соревнование
7.	Сценическая практика	28	-	28	Занятие - соревнование
8.	Итоговое занятие	4	-	4	Отчетный концерт

## Окончание таблицы 3

п/п	Перечень разделов и тем	Общее кол-во часов	теория	практика	Формы контроля
9.	Воспитательная работа	24	20	4	Экскурсии, бесе-ды, посещение театров, выступления
Итого:		216	37	179	

Содержание учебного плана 3 года обучения (базовый уровень).

#### 1. Вводное занятие (2 часа).

Теория: Ознакомление с планом работы детского объединения на учебный год. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на дорогах. Повторение пройденного теоретического материала. Сведения о характере музыкальных произведений в сочетании с танцевальными движениями, этике поведения и сценической культуре.

Практика: Повторение пройденного материала. Диагностика.

#### 2. Основы гимнастики (10 часов).

Теория: Изучение основных терминов гимнастики («колесо», «переворот», «рондад», «свечка»). Ознакомление с методикой исполнения гимнастического тренажа. Упражнения партерной гимнастики, направленные для развитие и растяжки определенных групп мышц, связок.

Практика: Комплекс упражнений партерной гимнастики для развития мышц живота и спины, выворотности ног. Гимнастические элементы («колесо», «переворот», «свечка», стойки на руках и на плече, перелеты). Навыки равновесия для выполнения сложных элементов. Выполнение перекатов, переворотов, кувырков. Группировка тела.

#### 3. Основы классического танца (42 часа).

Теория: позиции ног, объяснение терминов и понятий. История происхождения классического танца.

Практика: Экзерсис у станка.

#### 4. Основы стилизации народного танца (38 часов).

Теория: Особенности исполнения белорусских танцев («Лявониха», «Юрочка», «Бульба», «Крыжачок»). Разъяснение методики исполнения элементов танца. Понятие «Стилизация». Методика постановки рук и ног в белорусских танцах.

Практика: Белорусские танцы: «Лявониха», «Юрочка», «Бульба», «Крыжачок». Изучение положений рук и ног. Изучение основных движений белорусского танца.

5. Постановочная работа (40 часов).

6. Репетиционная работа (28 часов).

Теория: характер исполнения танцевальной композиции, основные законы имиджа. Яркость образов.

Практика: поэтапная работа над отдельными элементами танца, этюдов. Соединения в сложные фигуры. Отработка четкости и чистоты рисунков. Работа над синхронностью. Работа над хореографической постановками «Параня», «Мамочка».

7. Сценическая практика (28 часов).

Практика: работа на сценической площадке, работа с различным реквизитом, работа перед зеркалом, работа на зрителя.

8. Итоговое занятие (4 часа).

Практика: Демонстрация знаний, умений и навыков (Итоговое занятие).

Планируемый результат 3 года обучения (базовый уровень).

Знать: позиции рук и ног классического, русского и народного танцев, знать отличительные особенности и разновидности позиций, знать особенности исполнения экзерсиса у станка и на середине зала.

Уметь: правильно исполнять движения различной сложность, быстро запоминать комбинации, импровизировать на простые темы, уметь работать в группах, соблюдая синхронность.

Владеть: эмоциональными навыками, культурой исполнения движения.

Задачи 4 года обучения (продвинутый уровень):

- обучение ребенка владению своим телом;
- продолжение обучению приёмам разминки у станка и на середине зала;
- обучение элементам современного танца, соединение их в связки и комбинации, и умение исполнять их в различных последовательностях.
- развитие природных способностей ребёнка (слух, чувство ритма, координацию, пластичность);
- укрепление костно-мышечного аппарата учащихся;
- совершенствование выразительности исполнения, развитие силы, выносливости, координации движений;
- активизация творческих способностей учащихся;
- совершенствование и углубление знаний и навыков;
- расширение общего и культурного кругозора, эстетического восприятия окружающего мира;
- развитие художественного вкуса;
- развитие умения наблюдать за собой;
- развитие внимания, памяти, фантазии, творческого воображения и образного мышления, и желания импровизировать;
- снятие зажатости в общении со сверстниками и преодоления сценического волнения;
- развитие самостоятельности, готовности прийти на помощь.
- воспитание эмоционально-волевой сферы;
- приобщение ребенка к здоровому образу жизни;
- привитие культуры исполнения современного танца;
- снятие зажатости в общении со сверстниками и преодоления сценического волнения;
- укрепление костно-мышечного аппарата учащихся;
- воспитание самостоятельной творческой личности.

Таблица 4 – Учебный план 4 года обучения (216 часов).

№ П/п	Перечень разделов и тем	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	1	1	Опрос
2.	Основы классического танца	36	4	32	Практический тест
3.	Основы стилизации народного танца	28	4	24	Открытое занятие
4.	Основы современного танца	26	6	20	Занятие-концерт
5.	Постановочная работа	42	2	40	Индивидуальные мониторинговые карты
6.	Репетиционная работа	30	2	28	Зачетное занятие
7.	Сценическая практика	26	-	26	Занятие-конкурс
8.	Итоговое занятие	2	-	2	Отчетный концерт
9.	Воспитательная работа	24	20	4	Экскурсии, бесе-ды, посещение театров, выступления
Итого:		216	39	177	

4 год обучения (продвинутый уровень).

1. Вводное занятие (2 часа).

Теория: ознакомление с планом работы на учебный год. Краткое ознакомление с основными темами. Инструктаж по технике безопасности. Напоминание о правилах поведения в МКУ ДО ДЮЦ г. Аши, а также в общественных местах, на дорогах.

Практика: диагностика знаний, умений и навыков.

2. Основы классического танца (36 часов).

Теория: Методический и теоретический материал. Знакомство с новой терминологией классического танца.

Просмотры видео материала.

3. Основы стилизации народного танца (28 часов).

Теория: Особенности манеры исполнения русского танца (Орловская, Белгородская, Курская области). Основные правила постановки корпуса, позиций рук и ног в танцах прибалтийских народов.

Практика: Изучение основных движений танцев Прибалтики (Эстонский, Литовский): положения рук; положения рук в парном танце; основные ходы и движения. Перечень танцев, предлагаемых к изучению: «лабаяла-вальс», «хийю-вальс», «мельница», «йоксу-полька». Экзерсис на станке и на середине зала. Упражнения по диагоналям. Вращения. Дробные комбинации, постановка рук, основные характерные упражнения.

#### 4. Основы современного танца (26 часов).

Теория: Понятия джаз, модерн. Отличия между этими направлениями танца. История развития направлений. Терминология и техника выполнения *isolation* на различных *levels*. Правильное дыхание. Философия танца. Основные положения рук и ног. Отличия между классическим танцем и джаз – модерном. Понятие изоляции. Поза коллапса. Уровни в танце (используются в импровизации).

Практика: Положения рук и ног. Комплексы изоляций. Упражнения на дыхание. Поза коллапса. Упражнения для позвоночника. Активное передвижение в пространстве, как по горизонтали, так и по вертикали. Изолированные движения различных частей тела. Использование ритмически сложных и синкопированных движений. Индивидуальные импровизации в общем танце. Полиритмия. Мультипликация. Координация. *Contraction* и *release*.

#### 5. Постановочная работа (42 часа).

#### 6. Репетиционная работа (30 часов).

Теория: Уточнение образов. Театральные секреты раскрытия образов.

Практика: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении; работа над техникой танца; отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений; выразительность и эмоциональность исполнения. Отработка движений под

счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счёт; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций. Оработка номеров для выступления на зачётных мероприятиях, концертах.

#### 7. Сценическая практика (26 часов).

Практика: работа на сценических площадках. Участие в концертах, спектаклях, соревнованиях, чемпионатах. Работа перед зрителем, перед зеркалами.

Практика: работа на сценических площадках. Участие в концертах, спектаклях, соревнованиях, чемпионатах. Работа перед зрителем, перед зеркалами.

#### 8. Итоговое занятие (2 часа).

Практика: Демонстрация знаний, умений и навыков. (Отчётный концерт).

Планируемый результат 4 года обучения (продвинутый уровень).

Знать: основные положения корпуса в народной, классической и современной хореографии, знать различия постановки корпуса в различных направлениях хореографии, знать положения рук и ног, основные упражнения экзерсиса у станка и на середине зала.

Уметь: грамотно исполнять движения, расслабляться, изолировать отдельные части тела, импровизировать по музыку на заданную тему, составлять простейшие комбинации.

Владеть: своим телом, эмоциональными навыками.

Базой реализации программы является МКУ ДО «Ашинский городской детско-юношеский центр».

Для успешного образовательного процесса и проведения занятий кабинет оснащен необходимым оборудованием в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14 (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41) и требованиям пожарной безопасности.

Учебное оборудование кабинета включает: танцевальный станок, зеркальную стену, коврики, стол учительский, стул, пуфики для обучающихся.

Технические средства обучения: музыкальный центр; ноутбук, колонки, телевизор с подключением к интернету, подборка аудиовизуальных средств обучения (диски с музыкальными произведениями, подборкой танцевального репертуара, концертных выступлений).

Материальное обеспечение: репетиционная форма, танцевальная обувь, костюм, танцевальные головные уборы, сценическая бутафория и реквизит.

Рядом с учебным кабинетом находится раздевалка для переодевания обучающихся. Имеется костюмерная для хранения и пошива костюмов.

В процессе обучения, обучающиеся не получают прямых оценок своих знаний, учений и навыков. Промежуточные итоги оцениваются на занятиях через наблюдение, показ композиций, номеров, сдачу устных тестов по пройденному материалу.

В деятельности объединения немаловажную роль играет воспитательная работа с обучающимися. Сложились традиции, которые способствуют сплочению детского коллектива, развитию личностных качеств обучающихся, необходимых для совместной деятельности. Сформирован детский актив, орган детского самоуправления в объединении.

В различных формах воспитательной деятельности обучающиеся получают ориентацию в истинно человеческих ценностях, общественно и лично значимых. При выборе той или иной формы работы педагог учитывает принципы организации воспитательного процесса, возможности, подготовленность, интересы и потребность обучающихся.

Главная задача педагога – воспитать человека не только обладающего определенной суммой знаний, умений и навыков, но и умеющего применять

эти знания в практической деятельности; организовать не только собственную жизнь, но сделать достойной жизнь окружающих людей, способного к самоорганизации. Этому способствуют традиционные мероприятия, проводимые в объединении:

- Дом, в котором мы живём», экскурсия-знакомство с ДЮЦ.
- Посвящение в начинающие хореографы.
- Экскурсия «Я город свой люблю».
- «В кругу друзей», вечер знакомства с коллективами ДЮЦ.
- Вечер встречи литературных героев.
- «Чудеса новогодней ёлки». Праздничный вечер отдыха.
- «Зимние забавы. Взятие снежного городка».
- «Этикетомания».
- Поход в бассейн «В гостях у Нептуна».
- Поход на каток «Танцы на льду».
- Тематический вечер «Моя Россия».
- Тематический вечер «Что в имени тебе моем?»
- Вечер-игра «История происхождения хороших манер».
- Школа вежливых наук.
- Психологический практикум-игра: «Познай самого себя».
- Вечер «Мир наших увлечений».
- Игра-соревнование «Дело мастера боится».
- Беседа «Сказания русского народа».
- Конкурс «Танцы народов мира».
- Конкурс эрудитов.
- Выпускной вечер для кружковцев «В кругу друзей».

## 2.2 Мониторинг развития детей младшего школьного возраста по программе «Мир танца»

Результаты обучения обучающихся первого года обучения по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы «Мир Танца» оформляются по критериям в сводных таблицах мониторинга личностного развития.

Таблица 5 – Мониторинг освоения образовательной программы «Мир танца» (2020–2021 учебный год)

	Ф.И. Обучающегося	Итог освоения тем (теория, практика)				Уровень освоения (высокий, средний, низкий)	Уровень представления результатов: институциональный, муниципальный, региональный, федеральный, международный	Результат
		1	2	3	4			
1.	А. Алиса	в	в	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
2.	Б. Дарья	в	в	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
3.	Б.Александр	с	с	с	с	с	институциональный муниципальный	Призер, победитель
4.	Б. Полина	в	в	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
5.	Г.Полина	с	с	с	с	с	институциональный муниципальный	Призер, победитель
6.	Д. Арсений	в	в	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
7.	Е. Анастасия	в	в	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
8.	З.Полина	н	н	н	н	н	институциональный муниципальный	Призер, победитель
9.	К.Егор	с	с	с	с	с	институциональный муниципальный	Призер, победитель
10.	Л.Ульяна	в	в	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
11.	М.Лилия	в	в	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
12.	М. Анна	н	н	н	н	н	институциональный муниципальный	Призер, победитель
13.	П.Виктория	в	в	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
14.	Р. Юстина	с	с	с	с	с	институциональный муниципальный	Призер, победитель
15.	У. Варвара	с	с	с	с	с	институциональный муниципальный	Призер, победитель
16.	Х. Тимур	в	в	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
17.	Ч. Виктория	с	с	в	в	в	институциональный муниципальный	Призер, победитель
18.	Ш.Кира	с	с	с	с	с	институциональный муниципальный	Призер, победитель

Для обучения в творческое объединение зачислено 20 человек с различным уровнем подготовки и способностей. В течение учебного года обучающиеся получали новые знания, которые закреплялись на практических занятиях. При подведении итогов обучения и проведения диагностики в конце учебного года выявлены следующие результаты:

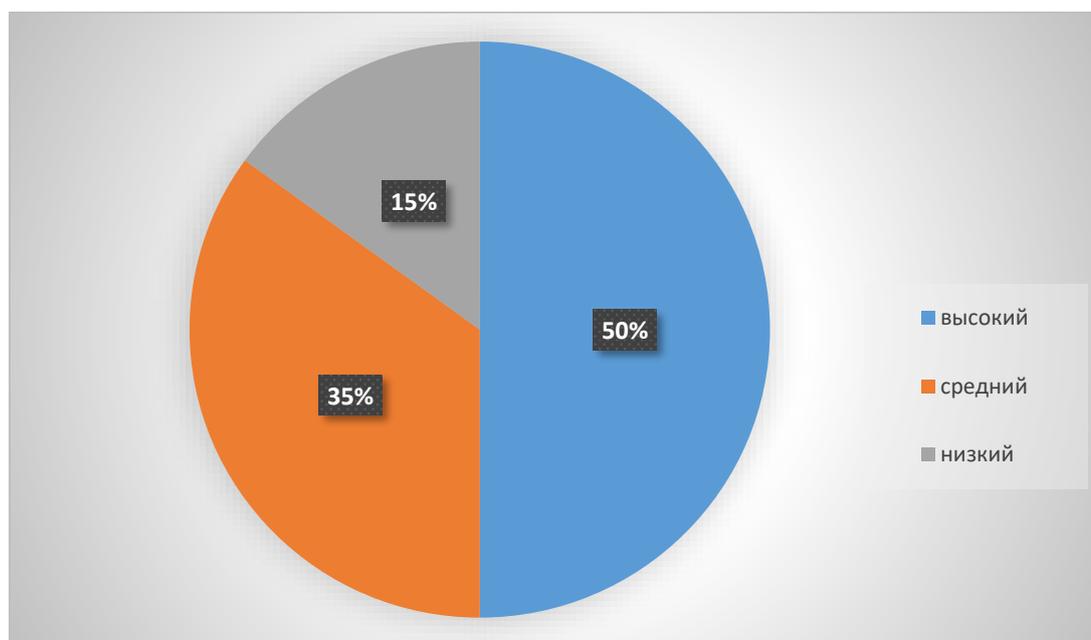


Рисунок 1 – Уровень освоения программы

Уровень освоения программы:

- высокий (\*) – 10 чел. – 50%;
- средний (+) – 7 чел. – 35 %;
- низкий (–) – 3 чел. – 15%.

Таким образом, теоретический материал, закрепляемый практическими занятиями, обучающимися, в целом, освоен.

По итогам освоения образовательной программы среди родителей, обучающихся объединения «НОН-СТОП» проводится изучения результатов удовлетворенности по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Мир танца».

Цель опроса: удовлетворённость родителей образовательной услуги по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Мир танца».

Задачи:

- изучить отношение родителей обучающихся к организации учебного процесса;
- изучить мотивацию родителей обучающихся к обучению в объединении «НОН-СТОП».

Опрошено: 20 человек, родителей (группы 1 года обучения).

Опросник разработан педагогом дополнительного образования МКУ ДО ДЮЦ г. Аши Соболевой О.Ф. (приложение).

Дата: май 2021 г. Опрос проводился в форме тестирования.

Результат опроса:

100 % – обучающиеся применяют полученные знания, умения и навыки в школе и дома;

86 % – получение ребёнком определённых знаний и умений (коммуникабельность, общение, раскрепощение, умение владеть собою во время публичных выступлений, формирование лидерских качеств);

76% – мне хотелось бы, чтобы ребёнок участвовал в конкурсах и занимал призовые места;

95 % – общее развитие ребёнка;

100 % – общая занятость ребёнка, содержательный досуг.

2.Отношение родителей обучающихся к организации образовательного процесса:

– Удовлетворённость условиями обучения – 100%

– Удовлетворённость качеством обучения – 100% – полностью удовлетворены.

– Удовлетворённость профессиональными качествами педагога – 100%.

### 2.3 Методические рекомендации по проведению уроков ритмики и танца в дополнительном образовании

Хореография – искусство, любимое детьми. Глядя, с какой легкостью и мастерством танцуют дети на сцене, мы забываем, то за этим стоит каждодневный труд их самих и их педагогов. Работая над исполнительскими качествами детей, не следует забывать об общем развитии ребенка. Не только приобщать к системе специальных знаний, умений и навыков, позволяющих активно обогащать и расширять опыт хореографической деятельности детей, но и способствовать воспитанию самостоятельной творческой личности.

Занятия ритмикой призваны привить ребенку интерес к движению под музыку. Танцевальные упражнения учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Также ритмика благоприятно влияет на психическое здоровье ребенка. Он становится уверенным в себе, дружелюбным, коммуникабельным.

Занятия должны быть построены таким образом, чтобы активные движения чередовались с упражнениями, успокаивающими дыхание. Чрезмерные прыжки и бег могут привести к психоэмоциональным и сердечно-сосудистым перегрузкам.

Если у ребенка что-то не получается, педагогу не следует акцентировать на этом внимание и указывать на его недостатки.

Существует множество методов по работе с детьми. Определим наиболее важные для нашей работы.

Метод показа. Педагог показывает движения и выполняет вместе с детьми.

Словесный метод. Педагогу важно говорить образно. Здесь имеют значение не только краткость и конкретность, но и интонация, сила звучания голоса.

Прослушивание музыки. Детям необходимо научиться слышать и понимать музыку.

Игровой метод. Играя, дети легче воспринимают материал.

На первом году обучения хореографии младших школьников проводятся уроки ритмики и танца. В основном это комбинированные занятия.

Каждый урок включает следующие разделы:

«Ориентация в пространстве»;

«Ритмико-гимнастические упражнения»;

«Игры под музыку»;

«Танцевальные упражнения».

В зависимости от задач урока педагог отводит нужное количество времени на каждый фрагмент.

Игры и упражнения, способствующие эмоциональному развитию детей (по Н. Л. Кряжевой).

«Тренируем эмоции». Попросите ребенка:

... нахмуриться, как:

– осенняя туча;

– злая волшебница.

...улыбнуться, как:

– кот на солнце;

– добрая фея;

– как Буратино;

– как хитрая лиса;

– как будто он увидел чудо.

...рассердиться, как:

– два барана на мосту;

...испугаться, как:

– заяц, увидевший волка;

– котенок, на которого лает собака.

...устать, как:

- папа после работы;
- муравей, притащивший большую муху.

«Танец пяти движений» (по Габриэле Рот). Для выполнения упражнения необходима запись с музыкой разных темпов, продолжительностью 1 минута каждого темпа.

1. «Течение воды». Плавная музыка, текучие, округлые, мягкие, переходящие одно в другое движения. Выполняются в течение одной минуты.

2. «Переход через чашу». Импульсивная музыка, резкие, сильные, четкие, рубящие движения, бой барабанов. Выполняются в течение одной минуты.

3. «Сломанная кукла». Неструктурированная музыка, хаотичный набор звуков, вытряхивающие, незаконченные движения (как «сломанная кукла»). Выполняются в течение одной минуты.

4. « Полет бабочек ». Лирическая, плавная музыка, тонкие, изящные, нежные движения. Выполняются в течение одной минуты.

5. «Покой». Спокойная, тихая музыка или набор звуков, имитирующих шум воды, морской прибой, звуки леса – стояние без движений, «слушая свое тело». Выполняются в течение одной минуты.

Замечание: после окончания упражнения поговорите с детьми, какие движения им больше всего понравились, что легко получалось, а что с трудом.

«Джаз тела» (по Габриэле Рот).

Танцующие встают в круг. Звучит ритмичная музыка. Ведущий показывает порядок выполнения движений. Сначала нужно совершать движения только головой и шеей в разные стороны, вперед и назад, в разном ритме. Затем двигаются только плечи, то вместе, то попеременно, то вперед, то назад, то вверх, то вниз. Далее движения рук в локтях, потом – в кистях. Следующие движения – бедрами, затем коленями, далее – ступнями.

А теперь надо постепенно прибавлять каждое отработанное движение по порядку: голова + плечи + локти + кисти + бедра + колени + ступни. В конце упражнения надо стараться двигаться всеми этими частями тела одновременно.

Походка и настроение. Ведущий показывает движения и просит изобразить настроение: «Идем по узенькому мостику. Летим, как воробей, а теперь – как орел. Ходим, как ласковый котик, котик увидел собачку, котик осторожно подкрадывается к птичке. Пощупаем кочки на болоте, попрыгаем как лягушка».

«Зеркальный танец» Участники разбиваются на пары. Звучит любая музыка. Один из пары – зеркало, он с наибольшей точностью старается повторить танцевальные движения другого. Затем дети в паре меняются ролями.

«Танец морских волн». Участники выстраиваются в одну линию и разбиваются на «первый и второй». Ведущий – «ветер» – включает спокойную музыку и «дирижирует» волнами. При поднятии руки приседают первые номера, при опускании руки – вторые. Море может быть спокойным – рука на уровне груди. Волны могут быть мелкими, могут быть большими – когда ведущий плавно рукой показывает, кому присесть, кому встать, еще сложнее, когда волны перекатываются: поочередно поднимаются выше и опускаются ниже. Замечание: красота «танца морских волн» во многом зависит от «дирижера-ветра».

«Лес». Ведущий: «В нашем лесу растут березка, елочка, дуб, сосна, травинка, цветок, гриб, ягода, кустики. Выберите сами себе растение, которое вам нравится. По моей команде мы с вами превратимся в лес. Покажите, как ваше растение реагирует на:

- тихий, нежный ветерок;
- сильный, холодный ветер;
- ураган;
- мелкий грибной дождик;

- ливень;
- сильную жару;
- ласковое солнце;
- ночь;
- град;
- заморозки».

Этюды на расслабление мышц (по М.И. Чистяковой).

«Спящий котенок» Ребенок исполняет роль котенка, который ложится на коврик и засыпает. У котенка мерно поднимается и опускается животик. Этот этюд желательно проводить под музыку Р. Паулса «День растает, ночь настанет» (колыбельная).

В отечественной психологии принята концепция игры, построенная Д. Б. Элькониным. Ребенок в играх (по Эльконину) отражает действительность и моделирует окружающий его мир.

Упражнения на полу для развития выворотности танцевального шага, стоп («птички» – подъема), силы ног, гибкости (par terre).

#### 1. Работа над стопами:

– «Птичка» (вытягивание и сокращение стопы по 6 позиции, по 1 позиции). «Рисуем кружочки острыми наточенными карандашиками» (работа стопами по кругу друг к другу и друг от друга – вытянуты, разведены, сокращены, собраны и обратно)

#### 2. Работа над коленными связками:

– «Цыплята клюют зернышки», семечки, червячков, гусеничек, хлебушек, пшено и т.д. (наклон корпуса, сидя на полу к вытянутым коленям, стараясь носиком – «клювиком» достать до коленей, руки чередуем согнутые в локтях перед собой, кисти в кулачках – цыпленок, руки на поясе – курочка, руки за спиной – петушок) – перед упражнением можно поговорить с детьми о цыплятах, что они любят кушать.

– «Разводные мосты» (наклон корпуса с руками, вытянутыми перед собой, к вытянутым коленям, пытаюсь положить корпус на ноги – при этом

говорим «машины едут по мосту, автобусы, затем выпрямиться в корпусе, поставить руки назад на пол и, не сгибая коленей поднять тазобедренную часть вверх (чем выше, тем лучше), опираясь на руки, голову запрокидываем назад, при этом говоря «поезда едут, корабли плывут под мостом) (этюд).

### 3. Работа над растягиванием связок бедра и выворотностью:

– «Бабочка» (сесть так чтобы ноги были согнуты в коленях, а стопы прилегали друг к другу, руки поставить на пояс, коленями и руками исполняются движения, изображающие полет крыльев бабочки, затем руками нажимая на колени, «расправляем красивые расписные крылышки», стараемся достать ими до пола, если колени достают до пола, то стопы нужно отодвинуть дальше от себя).

### 4. Работа над связками спины и живота, над гибкостью:

\* «Ежик» (сидя на коленях «ежик пугается», чувствуя опасность, он собирается в клубок, выпускает свои иголки, тем временем таз садится на стопы, корпус отпускается вниз, спина становится круглая, затем он оглядывается, понимая, что опасности нет прячет иголки и разворачивается, тем самым снова встает на колени, корпус выпрямляется и перегибается назад, голова запрокидывается назад, руки на поясе, стараемся опуститься назад как можно ниже, затем в последующие разы, руки достают до пола, упражнение повторяется несколько раз) (этюд).

\*«Колечко» (лежа на животе и опираясь на ладони, которые должны находиться спереди корпуса, ноги сгибаются в коленях и направляются к голове, передняя часть корпуса поднимается, опираясь на вытянутые в локтях руке, голова запрокидывается назад и направляется к коленям, нужно соединить стопу с головой, впоследствии можно дальше, стопа ставится на плечи и т.д.).

### 5. Прыжковые упражнения:

– «Зайчики» (прыжки с вытянутыми стопами по шестой позиции на месте и по кругу).

– «Мячики» (прыжки с вытянутыми стопами по шестой позиции вперед и назад).

– «Скакалки» (прыжки с вытянутыми стопами по шестой позиции в стороны).

Игры на развитие воображения.

«Повтори за мной». Педагог простукивает определённый ритм ладонями (фраза чёткая и короткая) дети поочередно повторяют фразу.

«Быстрые превращения». Под быструю музыку дети свободно двигаются. Когда музыка остановится, дети превращаются в того, в кого скажет ведущий. Баба-Яга, роботы, грустный клоун весёлый танцор, утомленный бегун, вежливый манекен. Музыка на 30 сек.-1 мин.

Игры для поднятия настроения, снятия психологического барьера.

«Липучка». Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников приговаривая: «Я – липучка – приставучка, я хочу тебя поймать». Каждый пойманный присоединяется.

«Кенгуру». 1-й кенгуру, 2-й кенгурёнок сначала встаёт спереди спиной к нему, а затем приседает. Оба берутся за руки. Задача: в таком положении пройти как можно дальше.

Выводы по второй главе:

Практическая значимость исследования заключается в составлении программы по предмету «Ритмика и танец» и рекомендаций по совершенствованию условий обучения и воспитания младших школьников на уроках ритмики и танца в дополнительном образовании.

Овладение детьми основами хореографического искусства – тонкое дело. Продуманный, целенаправленный психолого-педагогический подход позволит гармонично и продуктивно развивать личность ребенка, раскрыть его творческий потенциал, реализовывать его способности и талант.

Системное использование педагогом разнообразных технологий соответствует тенденциям развития современной системы

дополнительного образования непременно будет способствовать формированию и развитию познавательных, личностных и коммуникативных компетенций обучающихся.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Государственная политика в нашей стране ставит перед образовательными учреждениями задачу введения новых технологий и методик обучения, обеспечивающих формирования заинтересованного отношения к собственному здоровью и здоровому образу жизни школьников. Одним из средств развития и формирования этих навыков у детей выступает занятия ритмикой и танцами.

Занятия хореографией благотворно влияют на детей, формирует их эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (мышечную) память, учат благородным манерам; воспитывает трудолюбие, коммуникабельность, умение добиваться цели, развивает ассоциативное мышление, формирует эмоциональную культуру общения, побуждает к творчеству. Органическое соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребенка, делают его поведение естественным и привлекательным. Поэтому, чем раньше родители приведут ребенка на ритмику, тем лучше.

Формирование у детей творческих способностей является чрезвычайно важной составляющей развития гармоничной и всесторонне развитой личности, что является конечной целью процесса обучения.

Особое место в системе образования занимает начальная ступень обучения. В ней закладывается фундамент для будущих знаний, умений и навыков, а также для развития личности в целом. В нашем случае эта ступень – ритмика. Она является важной дисциплиной в общем цикле предметов хореографической подготовки. От того как педагоги-хореографы подготовят детей к физическим и психологическим нагрузкам, во многом зависит дальнейшее обучение детей. И то, насколько успешной будет их подготовка к учебной и трудовой деятельности.

Сегодня жизнь людей как никогда стала оцениваться мерой успеха, достижений, признания. Всестороннее развитие ребенка средствами музыки и ритмических движений играет немаловажную роль в развитии творческой и гармонично-успешной личности.

В гипотезе данной выпускной квалификационной работы мы предположили, что разработка и реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Мир танца», включающей методику построения и проведения уроков ритмики и танца, будет способствовать всестороннему развитию детей младшего школьного возраста. Итогом нашей работы стала разработка и реализация дополнительной общеразвивающей образовательной «Мир танца» в соответствии с современными требованиями. Учебный план программы, в основу который лег раздел «Ритмика и танец» был реализован в 2020–2021 учебном году в хореографическом объединении «НОН-СТОП» на базе МКУ ДО ДЮЦ г. Аши. Возраст обучающихся 6-лет. Количество обучающихся 20 человек. По итогам реализации учебного плана был проведен мониторинг освоения учебной программы, уровня воспитанности обучающихся.

Результаты мониторинга показали, что целенаправленная работа по программе «Мир танца», включающей методику построения и проведения уроков ритмики и танца, будет способствовать всестороннему развитию детей младшего школьного возраста, что является подтверждением нашей гипотезы. Конечно, сложно отследить результат развития определенных качеств за один год обучения, но все же результаты наблюдения и зачетной работы в конце учебного года дают свои результаты. В первую очередь систематические занятия без пропусков, четкая структура урока, вырабатывают в первую очередь дисциплину. А это основа основ в нашей работе. Без дисциплины не будет хорошего результата.

Системное использование педагогом разнообразных технологий соответствует тенденциям развития современной системы

дополнительного образования, способствует формированию и развитию познавательных, личностных и коммуникативных компетенций обучающихся.

Мониторинг также выявил, что необходимо больше времени уделять игровым технологиям, арттерапии, сказкотерапии. Дети младшего школьного возраста, недавно окончившие детский сад еще привержены игровой деятельности. Учебная нагрузка в школе, плюс в дополнительном образовании могут вызвать отторжение. Поэтому нужно продолжать использовать игровые технологии. Они также способствуют развитию фантазии, памяти, коммуникабельности, сплочению коллектива.

Полученные результаты помогают отследить недочеты, провести работу над ошибками, скорректировать образовательную программу и составить перспективный план развития коллектива.

В ходе исследования мы нашли подтверждения гипотезы о том, что применение современных методик проведения занятий по ритмике и танцу положительно влияет на формирование общей культуры учащихся, а также способствует физическому развитию детей младшего школьного возраста.

Таким образом, мы можем утверждать, что базовые, начальные занятия ритмикой и танцем играют значительную роль в становлении художественно-творческих способностей учащихся, что выражается как общими закономерностями психической деятельности человека, так и закономерностями художественного творчества, способствующего реализации индивидуальных способностей.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андрусенко Л.С. Детское хореографическое творчество в художественной культуре России XX – начала XXI в.: автореф. дис. канд. искусствоведения / Л.С. Андрусенко. – СПб.: Гуманитар. Ун-т профсоюзов, 2008. – 30 с.
2. Боголюбская М.С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания: учеб. метод. пособие для клубных работников / М.С. Боголюбская. – М., 1986.
3. Борышников Т. Азбука хореографии / Т. Борышников. – М.: Рольф, 2001. – 256 с.
4. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учеб. Пособие / И.Э. Бриске; Челяб. гос. акад. культуры и искусств. – Изд. 2-е перераб., доп. – Челябинск, 2013.
5. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Г.А. Волкова. – М: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. – 272 с.
6. Волконский С.М. Ритмическая гимнастика. Листки курсов ритмической гимнастики / С.М. Волконский. – 1913. – №1.
7. Выготский Л.С. История развития высших психических функций / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1983. – С.5-380.
8. Ефименко Н.Н. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста / Н.Н. Ефименко. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1999. – 256с., ил.
9. Казакевич Н.В., Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика: Методическое пособие. / Казакевич Н.В., Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. – СПб.: Изд-во «Познание», 2001, - 104 с.
10. Костина Э.П. «Камертон» программа музыкального образования детей раннего и дошкольного возраста . – 2-е изд. / Э.П. Костина. – М.: Просвещение, 2006.

11. Кудрявцев В.Т. Развитие детства и развивающее образование /В.Т. Кудрявцев. – Дубна, 1997.
12. Леонтьев А.Н. Деятельностный подход в психологии: проблемы и перспективы /Под ред. В. В. Давыдова и др. – М., 1990.
13. Лифиц И.В. Ритмика / И.В. Лифиц. – М., Академия, 1999.
14. Нарская Т.Б. Историко-бытовой танец: учеб.-метод. Пособие / Т.Б. Нарская; Челяб. Гос. Акад. Культуры и искусств. – Челябинск, 2009. – 179 с.
15. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. завед. – М.: Академия, 2000, – 184с.
16. Психология детства: Практикум. / Под ред. А.А. Реана - М.: ОЛМА - ПРЕСС, 2004.
17. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001.
18. Пуртурова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: учеб. пособие для студентов учреждений сред. проф. Образования / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная. – М.: Век информации, 2009. – 284 с., ил.
19. Радынова О.П. Музыкальные шедевры. Авторская программа и методические рекомендации / О.П. Рыданова. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2000.
20. Руднева С.Д. Музыкальное движение: метод.пособие / С.Д. Руднева, Э.М. Фиш. 2-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Гуманитарная академия, 2000. – 320 с.
21. Селиванов В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания: Учебное пособие / В.С. Селиванов - М.: Академия, 2004.
22. Сластенин В.А. Педагогика: учеб. Пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; под ред. В. А. Сластенина. – М.: Академия, 2002. – 576 с.

23. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика: хореография в детском саду / С. Л. Слуцкая – Москва : Линка-Пресс, 2006. - 269, [1] с., [4] л. цв. ил. : ил., ноты; 21 см.; ISBN 5-8252-0049-5.
24. Спинжар Н.Ф., Рябинкина Е.Л. Педагогика в профессиональной подготовке хореографа. Учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств - М., 2011.
25. Сухомлинский В.А. Избранные педагогические сочинения / В.А. Сухомлинский. – М, 1981.
26. Тенитилова С.В. Формирование стиля педагогической деятельности преподавателя вуза// Международный сборник научных трудов «Психология и жизнь». М., 2002, №3.
27. Ушакова Ю.В. Педагогические особенности занятий образной хореографией с детьми младшего возраста. Дисс. на соискание уч. ст. канд. пед. наук. М., 2001.
28. Халфина С. Воспоминания мастеров московского балета. – М.: Искусств, 1990.
29. Хореографическое искусство. Справочник. – М.: Искусство, 2005.
30. Хорошилова Т. Развиваем у детей чувство ритма / Т. Хорошилова. – М., Дошк. восп. 1991– № 1.
31. Чибрикова А.Е. Ритмика / А.Е. Чибрикова. – М.: Издательский дом «Дрофа», 1998.
32. Чурашов А.Г. Педагогическая модель художественно-эстетического развития детей дошкольного возраста средствами хореографии. Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2012. № 8. с. 184–195.
33. Шарова Н.И. Детский танец / Н.И. Шарова. – СПб.: Изд-во «Планета музыки», 2011.
34. Юнусова Е.Б. Становление хореографических умений у детей старшего дошкольного возраста в дополнительном образовании. дис. к.п.н.

28.10.2011 / Юнусова Елена Борисовна; науч. рук. Е.Ю. Никитина:  
Челябинск, 2011. – 26 с.

35. Янкелевич Е.И. Осанка красивая, походка – легкая. Профилактика и коррекция нарушений осанки и плоскостопия у детей и подростков / Е.И. Янкелевич. - М.: Физкультура и Спорт, 2001. – 96 с.

36. Янковская О.Н. Учить ребенка танцам необходимо // Начальная школа. – 2000. №2.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Опросник для родителей

Опросник для родителей, обучающихся МКУ ДО ДЮЦ г. Аши по изучению удовлетворённости образовательной услуги по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой.

1. Наименование объединения, в котором занимается Ваш ребёнок

2. Сколько лет занимается ребёнок в данном объединении?

3. Применяет ли ребёнок, полученные знания и навыки / дома, в быту, в школе/     ДА     /     НЕТ    

4. Выберите 3 утверждения, которые наиболее точно описывают причины, по которым Вы записали или рекомендовали своему ребёнку заниматься в объединении:

- главное, что ребёнок занят и находится под присмотром педагога;
- ребёнок сам пожелал заниматься в объединении, я не препятствую ему, но и не заставляю;
- считаю, что занятия в объединение влияют на общее развитие ребёнка, развивается память, мышление и т.д.;
- важно, что ребёнок учится общаться;
- хочу, чтобы ребёнок приобрёл знания, умения, навыки (коммуникабельность, общение, раскрепощение, умение владеть собой во время публичных выступлений, формирование лидерских качеств), которые пригодились бы ему в жизни;
- думаю, что мой ребёнок может добиться больших успехов в работе выбранного объединения;
- мне хотелось бы, чтобы ребёнок участвовал в конкурсах и занимал призовые места;
- мой ребёнок талантлив, я хочу развить.