



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ 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)»

Проверка на объем заимствований:
6,5, 14 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована
« 29 » 12 2017 г.
зав. кафедрой хореографии
Чурашов А.Г. Чурашов А.Г.

Выполнил(а):
Студент(ка) группы ЗФ-407-118-3-1
Корякина Анна Владимировна

Научный руководитель:
к.п.н., доцент
Клык Клыкова Л.А.

Челябинск
2017

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ НА УРОКАХ «РИТМИКА И ТАНЕЦ»....	8
1.1. Предмет «Ритмика и танец»: цели и задачи.....	8
1.2. Характеристика профессиональных требований к педагогу-хореографу в работе с детьми младшего школьного возраста.....	17
1.3. Методика преподавания предмета «Ритмика и танец».....	26
ГЛАВА 2. ПОСТРОЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ УРОКОВ «РИТМИКА И ТАНЕЦ» В НАЧАЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ЗВЕНЕ МАОУ «СОШ №24 Г. ЧЕЛЯБИНСКА».....	41
2.1. Структура и содержание уроков «Ритмика и танец» на примере работы с 1–4 классами МАОУ «СОШ №24 г. Челябинска».....	41
2.2. Методические особенности проведения уроков «Ритмика и танец» в общеобразовательной школе и предложения по их решению.....	49
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	51
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	54
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	58

ВВЕДЕНИЕ

Еще в самые древние времена танец был одним из первых способов общения, своеобразным «языком» с помощью которого люди могли выразить свои чувства. Танец хранит в себе потенциал для успешного художественного и нравственного воспитания: раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Танец находится в неразрывной связи с музыкальным сопровождением, поэтому основой любого танца является умение слышать музыку, исполнять танцевальные движения в соответствии с характером, темпом, ритмом музыкальной композиции.

Танцевальное искусство, безусловно, активно развивается по всему миру и в нашей стране. Повсеместно образуются танцевальные коллективы, как профессиональные так и любительские. Отдельного внимания заслуживают детские танцевальные коллективы, поскольку большая часть действующих танцевальных коллективов состоит именно из детей.

В связи с этим актуально исследование методов работы с детьми. Особенно, на наш взгляд, с детьми младшего школьного возраста, это связано с тем, что младшие школьники подвижны и энергичны от природы, а потому особенно нуждаются в занятиях ритмикой и танцем. Однако в силу своих возрастных особенностей, они менее трудолюбивы, чем дети среднего и старшего возраста, менее собраны, менее сосредоточены и настойчивы, невнимательны и легко отвлекаются. Это приводит к тому, что воспитательный процесс теряет свою результативность, и обучение занимает более длительный период времени. Поэтому важно знать и учитывать специфику работы с детьми, чтобы не только получать максимальный результат от занятий, но и меньше утомлять учеников, способствовать укреплению их здоровья. Педагог, учитывающий специфику младшего школьного возраста, поможет детям, занимающимся танцем, познать красоту и силу своего тела, развиваться физически.

Детям младшего школьного возраста необходимы именно занятия ритмикой, поскольку она развивает музыкальный слух, художественный вкус, творческие способности в области танцев и актерского мастерства. Необходимо обратиться к понятию ритмика. Ритмика - специальный предмет, музыкально - педагогическая дисциплина, которая имеет целью активизировать музыкальное восприятие детей через движение. Движение как реакция на прослушанное, как творческое отображение музыки в действии свойственно детям любого возраста. Занимаясь ритмикой, дети активно участвуют в передаче характера музыки, её темпа, динамики, ритма, формы. Они подвижны, эмоциональны, восприимчивы к музыке и многие понятия по музыкальной грамоте ими легче усваиваются через движение.

В современной России государство уделяет особую роль эстетическому, духовному и культурному воспитанию детей. В соответствии с указом Президента РФ был утвержден национальный проект «Наша новая школа», в одном из ключевых направлений – развитие системы поддержки талантливых детей, указано на требование развития практики дополнительного образования в системе общего образования. В другом направлении – сохранение и укрепление здоровья школьников, отмечается увеличение часов для проведения уроков физкультуры с учетом индивидуальных способностей образовательной организации (например, в МАОУ «СОШ № 24 г. Челябинска», третий час физкультуры в «Мариинских» классах отводится для занятий хореографией).

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, поэтому тема настоящей дипломной работы «Построение и проведение уроков «Ритмики и танца» у детей младшего

школьного возраста» - выбрана не случайно. Так как предмет «Ритмика и танец» способствует не только развитию творческих способностей, но и позволяет формировать навыки здорового образа жизни ребенка. Учитывая положения вышеназванной реформы системы общего образования, необходимо в педагогической практике активнее использовать воспитательные резервы танцевального искусства для эстетического и физического развития детей.

Вопросами, касающимися ритмики (ритмической гимнастикой), занимались такие ученые как Жорж Демени, Жан-Жак Далькроз, Г.А. Дюпперон и др. Развивали систему музыкально-ритмического обучения в нашей стране в начале XX века С.В. 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 др.

Данную дипломную 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 МАОУ «СОШ № 24 г. Челябинска».

Целью настоящей дипломной работы является исследование методик проведения занятий по ритмике и танцу, способствующих формированию общей культуры, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитие двигательного аппарата, мышления и фантазии у обучающихся детей младшего школьного возраста. А также творческое раскрепощение и оздоровление учащихся, формирование у них духовно-нравственных ценностей.

Задачи дипломной работы:

1. описание психофизических особенности младших школьников;

2. описание профессиональных требований к педагогу-хореографу в работе с младшими школьниками;
3. изучение исторического аспекта развития ритмики;
4. описание методики преподавания предмета «Ритмика и танец»;
5. анализ структуры и содержания урока по ритмике и танцу в общеобразовательной школе;
6. формулирование практических рекомендаций по организации и проведению уроков ритмики и танца в системе общеобразовательной школы.

Для решения поставленных задач использовались методы анализ профессиональной литературы, обобщение различных методик педагогов-хореографов.

Объектом исследования настоящей дипломной работы является урок ритмики и танца, как курс внеурочной деятельности в средней общеобразовательной школе.

Предмет исследования дипломной работы - методика подготовки и проведения урока ритмики и танца.

В гипотезе данной дипломной работы мы предположили, 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.

Теоретическая значимость исследований, проведенных в рамках данной дипломной работы - заключается в обобщении теоретических знаний по методике проведения урока ритмики и танца для обучающихся начальной школы.

Практическая значимость исследования заключается в составлении рекомендаций по улучшению условий обучения и воспитания младших школьников по средствам ритмики и танца в системе общеобразовательной

школы. Эти рекомендации помогут в работе педагогам дополнительного образования системы общеобразовательных школ.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, основной части, состоящей из двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

База исследования дипломной работы это обучающиеся начальной школы МАОУ «СОШ № 24 г. Челябинска».

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ НА УРОКАХ «РИТМИКА И ТАНЕЦ»

1.1. Предмет «Ритмика и танец»: цели и задачи.

Предмет «Ритмика и танец» - органическое соединение движений и музыки, с применением элементов игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребенка. Танец учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, смелость. Работа в группе воспитывает чувство ответственности, создает ощущение важности для коллектива и умения работать в нем. На наш взгляд ритмика является первостепенной в этом предмете, а танец неотъемлемым элементом.

Ритмика – это музыкально-педагогическая дисциплина, в основе которой лежат идеи выдающегося швейцарского музыканта-педагога, композитора, пианиста и дирижера, профессора Женевской консерватории Эмиля Жака-Далькроза (1865-1950), получившие широкое распространение в начале XX века. Назначение своей системы Далькроз сформулировал 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 выразить себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения. (42)

Жак-Далькроз создал систему приобщения учеников к музыке путем передачи ее динамики, эмоционального характера и образного содержания посредством пластических движений под музыку, а также разработал систему тренировок, содействующих выработке абсолютного слуха, способности к музыкальной импровизации. Жак-Далькроз стремился развить и усовершенствовать нервную систему и мускульный аппарат своих

учеников для приобретения ими чувства музыкально-пластического ритма. Согласно его теории, музыкальный ритм должен быть не объяснен и усвоен, а «телесно пережит», претворён в движении. (29)

Преподавая в Женевской консерватории по классу теории музыки, сольфеджио и гармонии, Далькроз наблюдал, что некоторые ученики, обладая хорошим музыкальным слухом, страдают неритмичностью. Он стал искать новые пути в музыкальной педагогике, чтобы эффективнее развивать чувство ритма, «культивировать ритмическое чувство само по себе».

Понимая, что ритм музыки теснейшим образом связан с моторикой, мышечной реактивностью человека, Далькроз попытался перевести музыкальный ритм в движение человеческого тела.

Работа над созданием и оформлением метода ритмического воспитания относится к 1900 – 1912 гг.; складывающаяся система быстро приобрела популярность во всем мире.

Основатель нового учебного метода Эмиль Жак-Далькроз (настоящая фамилия Жак, Далькроз-псевдоним) родился в Вене в 1865 г. Его дед прекрасно играл на скрипке, дядя был пианистом, поэтому с самого детства Далькроз был окружен музыкой.. С 6 лет начинается его обучение музыке и уже через год он сочиняет свое первое произведение – марш. В 1875 г. вся семья переезжает в Женеву. С 12 лет одаренный ребенок становится учеником Женевской консерватории, а в 16 лет его принимают в члены Общества любителей художественной литературы, он пишет стихи, начинает сочинять песни, являясь автором не только текстов, но и музыки. Жак-Далькроз увлекался и театром, посещал театральные курсы и даже один сезон в качестве актера Лозаннского театра совершал турне по Франции.

В 1888 году молодой музыкант был приглашен в Алжир вторым дирижером оркестра на один сезон. Там он знакомится со своеобразной африканской музыкой, с ее сложными ритмическими комбинациями.

Закончив Парижскую и Венскую консерватории и получив музыкальное образование, с 1892 года Жак-Далькроз становится

профессором Женевской консерватории. В процессе своей преподавательской деятельности, он обнаруживает, что многие ученики затрудняются в передаче временных делений – то есть ритма при написании музыкальных диктантов или использовании произведений. Тогда Далькроз предложил своим воспитанникам выполнить несложные движения (использовать дирижерский жест, отбить рукой или прохлопать ритмический рисунок, пройти его шагами или проделать простые движения всем телом и т.д.), чтобы физически прочувствовать ритм. Эффект превзошел все ожидания: даже самые неспособные ученики быстро продвинулись в развитии чувства ритма. Именно сольфеджио навело Далькроза на мысль о воплощении музыкальных впечатлений в движении. Это и было началом системы, названной впоследствии ритмической гимнастикой, позднее – ритмикой.

Далькрозу понадобилось приложить огромные усилия, чтобы доказать правоту своего метода, отстаивать его и добиваться признания. Он снимает помещение, в котором начинает проводить специальный курс ритмической гимнастики, и только в 1905 г. ему разрешают официально заниматься ритмикой в стенах Женевской консерватории.

Далькроз считает необходимым раннее музыкальное развитие детей и их общее эстетическое воспитание. Он особенно подчеркивал значение ритмики для детей, так как движение является биологической потребностью их организма.

В 1907-1908 гг. Далькроз проводит широкую демонстрацию своего метода в Швейцарии, затем Австрии, Германии, Голландии, Англии, Франции и других стран и всюду ему сопутствует огромный успех. В 1912 г. он побывал со своими учениками и в России.

В 1909 году в Германии состоялась встреча Далькроза с Вольфом Дорном – умелым предпринимателем и поклонником разных видов искусств, который обязался изыскать средства для строительства Института музыки и ритма в маленьком рабочем поселке Хеллерау под Дрезденом. Уже в апреле

1911 года в великолепно выстроенном здании состоялось открытие института, где начали свое обучение студенты из многих стран.

В Институте музыки и ритма занимались не только взрослые, но и дети местных мастеров – деревообделочников. Музыкальное развитие учащихся продвигалось быстрыми темпами, они не испытывали утомления: сложные ритмические задания сменялись ритмизированными играми с мячами, лентами, серсо. В старших группах стали вводиться пластические этюды, предназначенные для передачи в движении эмоционально-образного содержания музыки. Взрослым преподавалась ритмика, художественная гимнастика (пластика), танец, сольфеджио, гармония, обучение игре на фортепиано, импровизация, хоровое пение, анатомия и физиология.

Из-за начала Первой мировой войны в 1914 году институт музыки и ритма закрывают и Далькроз был вынужден уехать из Германии в Женеву (Швейцария была нейтральной страной) и через год Далькроз открывает новый институт музыки и ритма «Институт Жак-Далькроза», которым он руководил до последних дней своей жизни, даже будучи тяжело больным (умер в Женеве в 1950 году).

Институт в Хеллерау посетила целая плеяда русских музыкальных деятелей: Н. Г. Александровна, В. А. Гринер, Н. В. Романова, Н. С. Самойленко, М. А. Руммер, А. Н. Александров, Н. Н. Баженов и, конечно, С. М. Волконский, большой поклонник ритмики, энергичный и деятельный человек, которого связывали с Далькрозом и общее увлечение, и большая дружба. Русские выпускники Института, получившие дипломы с правом преподавания ритмики по методу Далькроза, основали затем свои коллективы и студии в России. (17)

Далькроз высоко ценил своих русских учеников, возлагая особые надежды на курсы ритмики, открытые в Петербурге и Москве. Он писал: «Мы знаем, что среди всех, вне Хеллерау учрежденных курсов метода Жака-Далькроза, никогда не было проявлено большего увлечения и высказано более глубоко понимания внутренней стороны ритмической гимнастики, чем

у вас. Вот почему, полные ожидания, взираем мы на вас, на то новое, что вы внесете в ритмическое воспитание». (10)

В Петербурге до 1914 года С.М. Волконский основал и проводил курсы по ритмике, в 1916 году была создана частая школа, на основе которой в 1919 году открыли Институт Ритма. В Москве на базе школы Н.Г. Александровой в 1919 году был создан Ритмический Институт, в котором состоялось три выпуска педагогов-ритмистов. Однако, в скором времени учебные заведения закрывают (в Петербурге в 1922 году, а в Москве в 1924 году) и систематическая подготовка педагогов-ритмистов прекратилась.

В 1925 году последователями Далькроза была основана Московская Ассоциация Ритмистов (МАР), члены которой стали преподавать ритмику в различных учебных заведениях и этот предмет стал развиваться в различных направлениях. Таким образом, метод Далькроза не только передавался, но и развивался в России.

Последователи системы Далькроза в нашей стране опубликовали методические пособия по ритмике с подбором музыки, упражнений, танцев и комплексов ритмической гимнастики. Эти пособия являются золотым запасом педагогов-ритмистов России. Со времени ликвидации Институтов Ритмики и Ассоциации Ритмистов до настоящего времени у нас нет специального учебного учреждения по подготовке ритмистов. Этот предмет передается как бы из рук в руки благодаря усилиям учеников тех великих учителей, которые учились непосредственно у Эмиля-Жака Далькроза. (17)

И действительно, надежды Далькроза оправдались, в нашей стране была создана отечественная система музыкально-ритмического воспитания, основоположниками которой стали Н.Г. Александрова, В.А. Гринер, М.А. Румер, Е.В. Конорова, Н.П. Збруева, В.Е. Яновская, В.А. Шукшина, их ученики и последователи. Рассматривая Ритмику как часть общего эстетического воспитания, российские ритмисты придали ей определенную целенаправленность, разработали специализированную методику преподавания в различных учебных заведениях.

Каждое направление ритмики имеет свою специфику и в то же время их объединяет единая цель – активизация музыкального восприятия через движение. Двигаться, как подсказывает музыка, идти от музыки к движению, творчески отображая музыкальные впечатления, – вот основной девиз любого ритмического занятия.

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 основоположник 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?» (51)

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.

Музыка, как самое эмоциональное из искусств, близка впечатлительной натуре ребенка, и в этом заключается сила ее воспитательного воздействия. Под влиянием музыки развивается художественное восприятие ребенка, богаче становятся переживания. Нет детей абсолютно равнодушных к музыке. С раннего детства ребенок движениями выражает свои чувства, рожденные музыкой (ритмично прихлопывает, приплясывает). Играя, танцуя, ребенок упражняется в движении, осваивает его.

Движение помогает полнее воспринимать музыкальное произведение, которое в свою очередь придает движению особую выразительность. Следовательно, творческая активность детей развивается постепенно путем

целенаправленного обучения, расширения музыкального опыта, активизации чувств воображения и мышления.

Доказано учеными, что занятия движениями под музыку тренирует мозг, подвижность нервных процессов. В то же время движения под музыку являются для ребенка одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить свои эмоции, проявить свою энергию.

Музыкально-ритмическая деятельность детей имеет три взаимосвязанных направления.

Первое обеспечивает музыкальное развитие и включает развитие музыкального слуха, формирование умений подчинять движения музыке, усвоение музыкальных знаний.

Второе дает правильные двигательные навыки: ходьбы (маршевая, бодрая, спортивная, торжественная, спокойная, плавная, пружинистая); шага (высокий, на носках, мягкий, широкий, острый, пружинистый, переменный, дробный, хороводный); поскоков (легкие, энергичные); кружения на носках, сочетания поскока с пружинящим шагом; движения рук (мягкие, энергичные); хлопков (в ладоши — тихо, громко, с размаха, держа руки близко одна от другой, скользящие «тарелками»); построения и перестроения; движения с предметами (с мячом, ленточками, флажками); элементов танца (русского — хороводный, дробный, переменный шаг, шаг с притопом, полуприсядка, припадание, «ковырялочка»; украинского - «голубец», припадание боковое, кружение; белорусского — основной ход танцев «Лявониха», «Крыжачок», движение польки в танцах «Бульба» и «Янка»; бального — боковой галоп, шаг польки, вальсообразные движения, элементы характерного современного детского бального танца).

Третье направление обеспечивает формирование умения управлять движениями тела: быстро и точно останавливаться, менять движение и т.д.

Ритмика решает важные задачи:

– укрепляет психическое и физическое здоровье в условиях школьного обучения (формирование правильной осанки, походки, снижение

психологического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения и т.д.);

- поддерживает и развивает увлечение занятиями хореографией;
- развивает художественно-творческие способности.

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.

Таким образом, ритмика и танец — это синтетический предмет, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ.

Швейцарский музыкант-педагог Эмиль Жак-Далькроз создал систему ритмического воспитания, которая основывается на активизации музыкального воспитания через движение, т.е. движения помогают в понимании музыки. Метод Далькроза имел большой успех и много последователей, в том числе и в России. Систему ритмического воспитания в нашей стране практиковали ученики Эмиля Жака-Далькроза: С.М. Волконский, Н.Г. Александрова, В.А. Гринер и многие другие. С 20-х годов XX века начали создаваться частные школы по ритмике, а затем институты и ассоциации, постоянно проводились различные курсы по обучению ритмическому воспитанию, издавались методические пособия. Проводилось обширное внедрение предмета ритмики в различные области жизни. К сожалению, учебные заведения проводившие подготовку профессиональных педагогов-ритмистов были закрыты еще в советское время.

Занятия ритмикой очень полезны для детей, они развивают их творческие способности, формируют художественный вкус детей,

способствуют физическому воспитанию и формированию коллективных качеств личности.

1.2. Характеристика профессиональных требований к педагогу-хореографу в работе с детьми младшего школьного возраста

Для эффективной работы с детьми требуются определенные профессиональные качества педагога. Наличие профессионально-значимых качеств позволяет педагогу эффективно управлять педагогическим процессом, в нужное время вносить необходимые коррективы, направленные на его совершенствование.

Хореография как форма обучения имеет достаточно сложную специфику - педагог-хореограф должен совместить задачи эстетического обучения и нравственного воспитания детей с балетмейстерской работой.

От общей культуры и знаний педагога во многом зависит мировоззрение, моральный и эстетический принципы его учеников: все хорошее, как и все плохое, что есть в преподавателе, переходит к ним. Педагог танца, как и всякий другой воспитатель, обязан служить примером для своих учеников. Он должен понимать, что одна из главных задач в работе с детьми состоит в воспитании достойных граждан нашей страны, для которых устойчивый моральный облик является основой их жизни и деятельности.

Отметим профессиональные черты педагога-хореографа:

1. Специальные профессиональные знания в области хореографии. Знание танцевальных и методических основ хореографического искусства. Хореограф должен владеть профессиональными компетенциями в следующих видах деятельности постановочной и репетиционной, исполнительской, педагогической организационно-руководящей и исследовательской.

2. Знание психологии людей всех возрастов, т.к. общаться приходится с различными возрастными группами людей
3. Знание педагогической науки, различных методов организации учебно-образовательного процесса
4. Владение музыкальной грамотой
5. Умение делать постановки связанные с реальностью, воплощать в них добро и мир
6. Умение составлять рабочий план занятий, репетиций
7. Общая эрудированность и широкие познания во многих областях. Необходимый уровень общей культуры, моральные и эстетические принципы
8. Самообразование и самосовершенствование. Совершенствование знаний и педагогического мастерства.

Помимо профессиональных качеств большую роль на эффективность педагогической деятельности учителя влияют качества его личности. Перечислим личностные качества, необходимые педагогу-хореографу:

1. Доброта в сочетании с требовательностью
2. Любовь к детям
3. Коммуникабельность
4. Стрессоустойчивость
5. Терпимость
6. Умение заинтересовать, заразить любовью к делу
7. Внимательность

В настоящее время можно очень часто встретить выражения профессиональная компетентность - совокупность профессиональных и личностных качеств, необходимых для успешной педагогической деятельности.

Компетентность современного специалиста-хореографа предполагает наличие у него знаний о закономерностях психических процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления и т. д.), возрастных особенностях физического развития. Для правильного регулирования эмоционально-физических нагрузок, становления двигательных навыков необходимы знания о строении и функциях моторного аппарата, сердечно-сосудистой системы. Иными словами: процесс воспитания детей средствами хореографии предполагает как специальные знания и умения, так и знания возрастной педагогики, психологии, анатомии, физиологии.

Ю. К. Бабанский, В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев и другие исследователи учебного и воспитательного процесса отмечают важность учета закономерности соответствия содержания, форм и методов педагогического процесса возрастным особенностям и возможностям воспитанников. (43)

Всестороннее гармоническое развитие личности является одной из целей воспитания, поэтому педагогу в своей работе необходимо учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей и использовать соответствующие формы, методы и средства воспитания.

В педагогическом процессе необходимо учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей и использовать соответствующие формы, методы и средства воспитания.

Рассмотрим подробно особенности психического и физиологического развития детей младшего школьного возраста. Этот возраст является чрезвычайно важным для психического и социального развития ребенка.

Начало младшего школьного возраста определяется моментом поступления ребенка в школу. В последние годы в связи с переходом к обучению с 6 лет и введением четырехлетней начальной школы нижняя граница данного возрастного этапа переместилась, и многие дети становятся школьниками, начиная не с 7 лет, как прежде, а с 6 лет. Соответственно границы младшего

школьного возраста, совпадающие с периодом обучения в начальной школе, устанавливаются в настоящее время с 6-7 до 9-10 лет. (4)

В этот период происходит дальнейшее физическое и психофизиологическое развитие ребенка, обеспечивающее возможность систематического обучения в школе. Прежде всего, совершенствуется работа головного мозга и нервной системы. По данным физиологов, к 7 годам кора больших полушарий является уже в значительной степени зрелой. Однако наиболее важные, специфически человеческие отделы головного мозга, отвечающие за программирование, регуляцию и контроль сложных форм психической деятельности, у детей этого возраста еще не завершили своего формирования (развитие лобных отделов мозга заканчивается лишь к 12 годам), вследствие чего регулирующее и тормозящее влияние коры на подкорковые структуры оказывается недостаточным. Несовершенство регулирующей функции коры проявляется в свойственных детям данного возраста особенностях поведения, организации деятельности и эмоциональной сферы: младшие школьники легко отвлекаются, не способны к длительному сосредоточению, возбудимы, эмоциональны. (13,15)

Начало школьного обучения практически совпадает с периодом второго физиологического криза, приходящегося на возраст 7 лет (в организме ребенка происходит резкий эндокринный сдвиг, сопровождаемый бурным ростом тела, увеличением внутренних органов, вегетативной перестройкой). Это означает, что кардинальное изменение в системе социальных отношений и деятельности ребенка совпадает с периодом перестройки всех систем и функций организма, что требует большого напряжения и мобилизации его резервов.

На протяжении младшего школьного возраста происходят существенные изменения и в психическом развитии ребенка: качественно преобразуется познавательная сфера, формируется личность, складывается сложная система отношений со сверстниками и взрослыми.

Способность ребенка успешно включиться в процесс школьного обучения во многом зависит от уровня развития его восприятия, или сенсорного развития.

Восприятие является основой познавательной деятельности, поэтому нормальное умственное развитие ребенка невозможно без опоры на полноценное восприятие.

Психологические исследования показывают, что к началу младшего школьного возраста восприятие детей, несмотря на его большие возможности, еще очень несовершенно. Это связано с тем, что примерно до 7 лет восприятие ребенка носит глобальный характер: в сложной фигуре ребенок воспринимает только впечатление целого, без анализа частей, без синтеза их отношений. По словам Ж.Пиаже, ребенок хочет увидеть сразу все. (33)

Слабая дифференцированность восприятия в начале младшего школьного возраста проявляется и в том, что дети, так же как и в дошкольном возрасте, выделяют при рассматривании предметов наиболее яркие, бросающиеся в глаза свойства.

Внимание. Отмечается слабость произвольного внимания, поэтому требуется короткая мотивация (поощрение, похвала). Но непроизвольное внимание развивается интенсивно. Устойчивость внимания небольшая (слабость тормозного процесса), отсюда теряется темп работы.

Память. Склонность к механическому запоминанию развита хорошо. Развитие идет по двум направлениям: усиливаются роль и удельный вес словесно-логической памяти, смыслового запоминания; развивается умение управлять своей памятью. (33)

Н.Н. Палагина и М.И. Рыбакова, А. Орлова, Г.Т. Овсепян отмечают, что в младшем школьном возрасте наблюдается активное развитие воображения.

Педагогическая эффективность воспитания и обучения находится в тесной зависимости от того, в какой мере учитываются анатомо-физиологические особенности детей, периоды развития, для которых характерна наибольшая восприимчивость к воздействию тех или иных факторов, а также периоды повышенной чувствительности и пониженной сопротивляемости организма.

Знание возрастных физиологических особенностей необходимо для определения эффективных методов обучения двигательным действиям, для разработки двигательных навыков, развития двигательных качеств, для определения содержания кружковой работы.

Младший школьный возраст характеризуется относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата, но интенсивность роста отдельных размерных признаков его различна. Так, длина тела увеличивается в этот период в большей мере, чем его масса.

Суставы детей этого возраста очень подвижны, связочный аппарат эластичен, скелет содержит большое количество хрящевой ткани. Позвоночный столб сохраняет большую подвижность до 8 – 9 лет. Исследования показывают, что младший школьный возраст является наиболее благоприятным для направленного роста подвижности во всех основных суставах.

Мышцы детей младшего школьного возраста имеют тонкие волокна, содержат в своем составе лишь небольшое количество белка и жира. При этом крупные мышцы конечностей развиты больше, чем мелкие.

Для детей младшего школьного возраста естественной является потребность в высокой двигательной активности.

По сравнению с весенним и осенним периодами года зимой двигательная активность детей падает на 30 – 45 %.

В период учебных занятий двигательная активность школьников не только не увеличивается при переходе из класса в класс, а наоборот, все более уменьшается. Поэтому крайне важно обеспечить детям в соответствии

с их возрастом и состоянием здоровья достаточный объем суточной двигательной деятельности.

Скелет. Опорно-двигательная система человека включает скелет и мышцы, которые в ходе индивидуального развития существенно изменяются. Наиболее сильные изменения претерпевает позвоночный столб.

Примерно к 12 годам форма грудной клетки приближается к взрослым. Окостенение кисти завершается к 11 - 12 годам. Этот факт необходимо учитывать в педагогической практике, так как кисть у детей утомляется значительно быстрее. Сращение тазовых костей начинается с 5 - 6 лет.

Для черепа детей характерно преобладание мозгового отдела над лицевым. В целом, костная система детей характеризуется более высокой эластичностью, подвижностью и ростом, что предполагает более высокую податливость при воздействии внешних факторов, в том числе - физических нагрузок.

Мышечная система. В ходе индивидуального развития (онтогенеза) различные мышечные группы развиваются не одновременно (гетерохронно). Наиболее интенсивно мышечная масса нарастает с началом прямохождения, в 15 лет она составляет примерно 33%, в 18 лет соответствует уровню взрослого.

Прежде всего, развиваются мышечные группы, наиболее необходимые ребенку на данном периоде жизни. Формирование двигательных навыков прямо зависит от развития двигательных качеств. Между этими параметрами существуют сложные прямые и обратные, положительные и отрицательные взаимоотношения.

Формирование двигательных качеств, как и других органов и систем, в онтогенезе происходит неравномерно и гетерохронно. Например, установление выносливости в значительной мере определяется слаженной работой дыхательной, сердечно - сосудистой, двигательной и нервной систем, а развитие силы мышц наиболее тесно связано с ростом костной и мышечной систем, а также с двигательными центрами. Каждому возрасту

свойственен определенный уровень развития двигательных качеств. Наивысшие достижения в силе, быстроте и выносливости достигаются в разные сроки.

Наиболее высокий темп развития относительной силы наблюдается от 6 до 11 лет.

Наибольшая эффективность развития скорости одиночных движений установлена в 9 - 13 лет. Значительное увеличение продолжительности работы характерно для возраста от 10 до 14 лет.

Способность к пространственной дифференцировке движений заметно возрастает у детей 5 - 6 лет. Наибольший рост этого двигательного качества наблюдается в 7 - 10 лет, в 10 - 12 лет она стабилизируется.

Под влиянием физических нагрузок все показатели двигательных качеств значительно улучшаются, развиваются раньше и превышают соответствующие показатели в своих возрастных группах.

В упражнениях на выносливость у детей несколько раньше стабилизируются некоторые показатели работоспособности, показатели дыхательной и сердечно - сосудистой систем.

От возраста также зависит утомление. В период утомления двигательные качества у детей угнетаются в большей степени, чем у взрослых. Дети вынуждены прекращать физическую работу при меньших сдвигах гомеостаза. При умеренной аэробной работе в период развивающегося утомления у детей и подростков более выражена дискоординация вегетативных функций.

Возраст влияет и на характер восстановительных процессов после физической нагрузки. После непродолжительных физических нагрузок восстановление работоспособности и вегетативных функций у детей происходит в более короткие сроки. Но при продолжительных, утомительных и продолжающихся нагрузках восстановительные процессы у детей протекают медленнее.

В ходе физической активности у детей физиологические сдвиги, как правило, более выражены. Таким образом, в зависимости от конкретных условий среды процесс развития может быть ускорен или замедлен, а его возрастные периоды наступать раньше или позже и иметь разную продолжительность.

Младший школьный возраст – это период позитивных изменений и преобразований. Поэтому так важен уровень достижений, осуществленных каждым ребенком на данном возрастном этапе. Если в этом возрасте ребенок не почувствует радость познания, не приобретет умения учиться, не научится дружить, не обретет уверенность в себе, своих способностях и возможностях, сделать это в дальнейшем будет значительно труднее и потребует неизмеримо более высоких душевных и физических затрат.

Большинство этих позитивных достижений, в первую очередь тех, которые с особенной заботой культивируются взрослыми в детях этого возраста: организованность, самоконтроль, заинтересованное отношение к учению, внешне могут быть утеряны ребенком на пике глобальной перестройки подросткового возраста. Но без них сама эта перестройка носила бы качественно иной характер, поскольку не имела бы необходимых оснований. Чем больше позитивных приобретений будет у младшего школьника, тем легче он справится с предстоящими сложностями подросткового возраста.

Таким образом, педагог-хореограф должен обладать совокупностью профессиональных и личностных качеств, которые формируют его профессиональную компетентность. Важным фактором в педагогической работе является учет возрастных особенностей психики и физического развития, а также индивидуальных особенностей детей.

Физиологические и психологические особенности детей младшего школьного возраста: любознательность, быстрая утомляемость, высокая двигательная активность, восприятие образа в целом, неустойчивость

внимания, активное воображение. В своей работе педагог-хореограф должен учитывать эти особенности, т.е. должен заинтересовать, увлечь, сосредоточить, дисциплинировать и развить своих учеников.

1.3. Методика преподавания предмета «Ритмика и танец»

Педагогическая деятельность – это многоплановый, специальным образом организованный процесс, направленный на определенный результат, который достигается различными путями и способами. Совокупность этих путей и способов называется методикой, а сам способ (путь) достижения цели – методом. Педагогическим методом является способ взаимодействия учителя и ученика по достижению учебно-педагогических целей.

Методика преподавания ритмики и танца представляет совокупность общепедагогических (словесный, наглядно-иллюстративный методы) и специфических для обучения хореографии методов (наглядный метод практического показа).

Перейдем к описанию методов обучения на занятиях ритмикой и танца. Основным методом обучения детей танцу является наглядный метод практического показа. В нем можно выделить два уровня: наглядно-зрительный и наглядно-слуховой. (9)

Наглядно-зрительный метод – это показ педагогом нужного движения, при этом он показывает не только что нужно исполнить, но и как. Успех восприятия детьми наглядной информации от учителя, напрямую зависит от его способности, ярко и выразительно представить материал.

На занятиях исполнение движений осуществляется под музыку, это способствует лучшему усвоению материала, но в тоже время создает определенные трудности. Ученику приходится не только сделать движение, а исполнить его под музыку, т.е. «услышать» движение.

Восприятие музыки осуществляется наглядно-слуховым путем. Одновременно участвуют зрительная и слуховая деятельность. Именно по

этой причине к подбору музыкального материала педагог и концертмейстер (если таковой имеется) должны относиться очень ответственно. Характер, темп, динамика музыки должны соответствовать исполняемым движениям. Не менее важным является исполнение, звучание музыкального материала, любая фальшь может помешать правильному усвоению учебного материала.

Словесный метод является универсальным в педагогике. В работе с детьми необходимо использовать образную речь. Педагогу важно владеть культурной, грамотной речью, одновременно профессиональной и доступной. Эмоционально-образное содержание музыки передаётся словами, прилагательными. На уроках дети узнают, что музыка может передать любое настроение и с ее помощью «словарь эмоций» ребенка обогащается.

Немаловажное значение в педагогическом процессе имеет тон речи и манера общения с учениками. Применяя эмоциональную окраску своей речи, педагог может вызвать интерес или заострить внимание на нужном элементе (движению, музыке) или же привлечь внимание к себе. Урок должен проходить в доброжелательной, уважительной обстановке, при этом в обращении с детьми не следует применять командных интонаций, а самое главное – быть искренними с ними.

Перечислим общие методические рекомендации для уроков «Ритмика и танец».

1. Главная цель в работе – раскрытие и развитие индивидуальности каждого ребенка, создание у него атмосферы положительных эмоций на основе навыков, полученных на уроках по ритмике и танцу. Не нужно ставить достижение высоких исполнительских навыков самоцелью работы.
2. Принципами планирования, организации и проведения занятий являются: систематичность, последовательность, перспективность, повторяемость, заинтересованность, доступность.
3. Начинать работу с детьми следует с постановки корпуса, головы, ног, рук.

4. Развитие двигательной культуры ребенка основывать на простых, знакомых ему движениях. При этом следует учитывать возрастные особенности.
5. Необходимо поощрять любые старания ребенка и не сильно заострять внимание на неудачах.
6. На занятиях использовать понятный для детей язык. Использование образных выражений поможет усвоить учебный материал.
7. Не следует долго говорить, объяснять задание нужно лаконично и доступно. Разговаривая, при звучании музыкального фона, можно помешать ученикам воспринимать музыку. Счет под музыку приветствуется.
8. Обращать внимание на каждого ребенка необходимо. Не замеченный ребенок – не увлеченный ребенок.

Обучение предмету «Ритмика и танец» осуществляется на основе специально разработанной программы. Учебные программы в основном включают в себя следующие темы:

1. Характер музыки, темп, динамика.
2. Строение музыкального произведения (форма).
3. Метроритм.
4. Гимнастические упражнения .
5. Танцевальные элементы и танцы.
6. Образные упражнения и музыкальные игры.

Раскроем содержание тем. Тема 1: Характер музыки, темп, динамика.

В соответствии с характером музыки - то весёлым, живым, бодрым, решительным, волевым, то грустным, задумчивым, нежным, спокойным – выбирается и характер движений. В одних случаях движения являются сильными, энергичными, в других - мягкими, плавными, сдержанными, непринуждёнными. Изменение характера музыки влечёт за собой и изменение характера движения.

Преподавателю ритмики следует подбирать такие музыкальные произведения, которые рисуют яркие образы, близкие и понятные детям и легко поддаются отражению в движении.

Характер музыки создаётся целым комплексом музыкально-выразительных средств. Во многом он зависит от темпа, то есть скорости музыкального движения. Для учащихся первого года обучения удобны для движения следующие темпы: быстро, довольно быстро, умеренно, не торопливо. На конкретных примерах преподаватель может показать детям что в быстром темпе легче и удобно двигаться, выполняя лёгкие и мелкие движения, а в более медленном темпе – более крупные, широкие, плавные.

Это в первую очередь пьесы, имеющие различный темп, которые дети учатся передавать в различных по характеру и темпу движениях.

Весьма существенно при этом научиться и удерживать найденный темп. Так с прекращением звучания дети должны продолжать движение в заданном темпе. Или: музыку можно на время прервать, затем возобновить, чтобы сверить с ней темп не прекращавшихся движений.

Предполагаются также упражнения на переход из одного темпа в другой. Переход может быть внезапным или постепенным, когда пьеса исполняется с некоторым ускорением или замедлением.

С эмоционально – художественным содержанием музыкального произведения неразрывно связана и динамика- сила, или громкость звучания. Детям нетрудно уяснить, что например, торжественный марш исполняется громко, а колыбельная песня - тихо и т.д. Поначалу учащимся предлагаются музыкальные произведения, имеющие яркие динамические контрасты в частях или отдельных музыкальных фразах. Затем, дети учатся реагировать на постепенное усиление или ослабление звучания, появления ярких акцентов.

Двигательной основой темы «Характер музыки, темп, динамика» являются главным образом основные движения. Одним из самых доступных видов движения является ходьба. Поэтому на уроке много используется

маршевой музыки. Дети учатся ходить бодрым шагом, спокойным, торжественным, высоким шагом (с высоким подъёмом ног), пружинящим шагом, шагом на носках.

Дети осваивают разные виды бега: лёгкий бег, пружинящий, широкий бег, бег с высоким подъёмом ног. Характер исполнения бега, как и ходьбы находится в прямой зависимости от музыки, её характера, темпа, динамики.

Все перечисленные движения ходьба, бег. Подскоки, относящиеся к основным движениям, - начинают осваиваться в теме 1, в других же темах они закрепляются и совершенствуются.

Тема 2: Строение музыкального произведения (форма)

В процессе освоения данной темы у детей вырабатывается умение правильно воспринимать форму музыкальных произведений. На первом году обучения закрепляются представления о следующих элементах музыкальной формы: вступлении, частях, фразах.

Структура музыкального произведения рассматривается с детьми в тесной связи с развитием и сменой художественных музыкальных образов. Ещё в теме « Характер музыки, темп, динамика» внимание учащихся сразу же привлекалось к музыкальному вступлению. Педагог объясняет, что тема звучит не сразу, что вступление подготавливает наш слух к восприятию произведения, служит сигналом к началу движения. Постепенно дети приучаются начинать движение точно после вступления. Одновременно происходит знакомство и со строением произведения в целом, делением его на части, музыкальные фразы. При прослушивании музыки к тому или иному движению педагог старается вместе с учащимися проследить, везде ли музыка звучит одинаково или она меняется. Повторяется ли музыкальная мысль или происходит её смена, развитие. Дети легче различают более крупные элементы музыкальной формы (части, разделы пьесы), чем более мелкие (музыкальные фразы).

При разборе музыкального произведения дети быстро устанавливают количество частей, их повторение или чередование, определяют характер музыки, темп, динамику.

При закреплении, у учащихся представления о музыкальной фразе следует подбирать музыкальные произведения с простой и ясной фразировкой. Вначале даются упражнения, включающие музыкальные фразы, одинаковые по длине, далее - упражнения с чередованием длинных и коротких музыкальных фраз. Дети приучаются начинать и заканчивать движение точно в соответствии с музыкальной фразой.

Осваивая тему «Строение музыкального произведения», преподаватель использует разнообразные методические приёмы. Так, детям предлагается хлопнуть в ладоши на конец музыкальной фразы или на начало новой. Наглядным оказывается так же изображение музыкальных фраз дугообразным движением руки. Учащиеся поднимают правую руку перед левым плечом и как бы описывают дугу слева направо, отмечая тем самым первую фразу. К концу фразы рука приостанавливается перед правым плечом. На следующую музыкальную фразу дуга описывается в воздухе справа налево. В зависимости от длины музыкальных фраз дуги, напоминающие лиги, будут длиннее или короче.

Тема 3: Метроритм

Метр – непрерывное чередование опорных (акцентируемых) и не опорных (без акцентных) звуков. Подобно главным жизненным процессам - дыханию, сердцебиению,- музыка как бы равномерно пульсирует, в ней сменяются моменты напряжения и разрядки. Акцентируемые доли принято называть сильными, а не акцентируемые - слабыми.

Ритм - последовательность звуков различной длительности, образующая тот или иной рисунок. Вне ритма мелодия не может существовать, её звуки организованы ритмически. Ритм обладает большой выразительной силой. Он настолько ярко характеризует мелодию, что её можно узнать по прохлопыванию ритмического рисунка.

Метр и ритм неразрывно взаимосвязаны. Единство метра и ритма подчёркивается в теории музыки понятием метроритм.

Методика работы над элементами музыкального ритма разнообразная. В первое время дети исполняют длительности, ритмические рисунки по слуху. Преподаватель предлагает детям прохлопать, а затем пройти шагами простейшие ритмические рисунки. Иногда это делается в игровой форме. Музыкальный материал для подобных заданий следует подбирать так, чтобы ритмический рисунок пьес создавал удобный и естественный рисунок движения. Поэтому для начала используются такие музыкальные примеры, в которых имеется ряд однообразных ритмических фигур.

С большим удовольствием дети исполняют хороводные игры, танцы, в движения которых включены разнообразные ритмические хлопки, соответствующие ритмическому рисунку мелодии.

Определение размеров $2/4$, $3/4$ не представляет для детей особого труда. Можно, раскрыв перед детьми ноты, показать, в каком размере написано данное произведение. Но возможен и другой путь: определение размера по слуху, не заглядывая в ноты. Для этого необходимо очень внимательно вслушиваться в музыку, прислушиваться к сильной доли - равномерно повторяющемуся метрическому акценту.

При знакомстве с размером $4/4$ надо научиться слышать относительно сильную долю такта, и это представляет для детей определённую трудность. Учащимся предлагается на первую, сильную долю хлопнуть в ладоши, а на относительно сильную – ударить пальцем о палец.

Когда дети овладеют дирижёрским жестом, ритмические рисунки воспроизводятся в движении одновременно с дирижированием. В работе над дирижёрским жестом на уроках ритмики уделяется серьёзное внимание. Необходимо знакомить детей с различной манерой дирижирования в зависимости от характера, темпа, динамики музыки.

Необходимо, чтобы движения рук при дирижировании было акцентированным на сильную долю, поскольку она совпадает с метрическим ударением.

При индивидуальном и коллективном определении размера возможны различные варианты.

1. Дети стоят по кругу, спиной к центру. Самостоятельно начинают дирижировать и поворачиваются лицом к центру круга, когда правильно определяют размер.

2. Двое учеников, повернувшись спиной друг к другу определяют размер. Все остальные держат руки за спиной и начинают дирижировать только тогда, когда будут уверены что оба вызванных дирижируют верно.

Работа над освоением длительностей, ритмического рисунка, размеров необходима для успешного овладения детьми основами музыкальной грамоты.

Тема 4: Гимнастические упражнения

Гимнастические упражнения включаются почти во все уроки ритмики. Двигательные задачи ставятся те же, что и на уроках физкультуры, но музыкальные задачи значительно шире. На занятиях по ритмике более серьёзное значение придаётся связи музыки и движения. Музыка здесь не является лишь сопровождением, фоном для того или иного упражнения, она органически включается в содержание каждого урока, как необходимая составная его часть. Связь движения с музыкой предусматривает не только соответствие с метрической пульсацией музыки, но и отображение в движении характера музыки, средств музыкальной выразительности – темпа, динамических оттенков, регистровых изменений.

Разучивая с детьми гимнастические упражнения, преподаватель должен добиваться от них осознанного отношения к своим действиям и тесной связи движения с музыкой. С самого начала следует приучать детей к правильной оценке качества выполнения движений.

Комплексы гимнастических упражнений включают в работу основные группы мышц: мышцы верхнего плечевого пояса, брюшного пресса, косые мышцы спины, мышцы ног. Систематическое повторение комплексов помогает закреплению навыков точного выполнения движений, укрепляет организм ребёнка, улучшает работу кровообращения, дыхания, способствует выработке должной осанки. Необходимо включать в каждое занятие упражнения на расслабление различных групп мышц, особенно мышц верхнего плечевого пояса, рук и пальцев. Гимнастические комплексы могут проводиться без предметов и с предметами. Эти комплексы разучиваются и повторяются в начале почти каждого урока ритмики. Упражнения же с предметами - мячами, бубнами, скакалками, как правило, проводятся в конце урока. Они придают особую эмоциональность заключительной части занятия.

Упражнения с мячами особенно полезны учащимся, так как развивают глазомер, укрепляют мышцы пальцев, кисти рук. Надо вовремя бросить мяч на сильную долю такта (в размерах $2/4$ и $3/4$) и вовремя поймать его на конец такта, рассчитать силу броска, уметь плавным движением передать мяч товарищу, стоящему рядом, чётко ударить мяч об пол и т.д.

Дети очень любят упражнения с прыгалками, в которых могут проявить свою ловкость, выносливость.

Тема 5: Танцевальные элементы и танцы

Большое внимание на уроках ритмики уделяется изучению элементов танца. Эти движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Таковы упражнения в танцевальной форме и музыкальные игры, в которых дети свободно пляшут, выбирая танцевальные упражнения по своему желанию. Очень важно обогатить детей запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Приобщение детей к творчеству - одна из важнейших задач ритмики.

На первом году обучения на уроках ритмики изучается ряд элементов русской народной пляски (русских хороводный шаг, русский переменный шаг, дробный шаг, притопы, полуприседание с выставлением ноги на пятку, «ковырялочка», «верёвочка», шаг с припаданием, «качалочка», «козлик») и бальных танцев (боковой галоп, шаг польки, па-де-баск, выставление ноги вперёд на пятку или на носок, прыжки с поочерёдным выбрасыванием ног вперёд, некоторые положения рук в танцах). Педагог может – на своё усмотрение - разучить только часть их, выбрав наиболее доступные для данного состава детей. Например: можно исключить изучение русского переменного шага, «верёвочки», шага с припаданием, так как эти движения являются наиболее трудными для освоения.

На уроке ритмики может быть отведено несколько минут на разучивание того или иного танцевального элемента или на его повторение. Для этого подбираются разнообразные русские народные плясовые мелодии («Из-под дуба», «Ах вы, сени», «Ай, да берёза», «Полянка»). Педагог показывает детям движения, подробно разъясняя технику его исполнения, обращает внимание учащихся на детали. Движение может разучиваться целиком или по частям.

Тема 6: Образные упражнения и музыкальные игры

Образные упражнения и музыкальные игры являются наиболее интересными для детей видами музыкально-ритмической деятельности. Они создают широкую возможность для развития художественно-творческих возможностей детей - проявления фантазии, выдумки, активности. Обучение двигательными навыками проводится в увлекательной форме. Дети изображают отдельных персонажей – сказочных или реальных, отражают повадки животных, птиц, а также трудовые действия людей, подражают физкультурникам, солдатам, передают бег автомобиля, поезда, парение самолёта и т.д. Игры заставляют детей перевоплощаться, находить характерные движения, жесты, мимику. В некоторых играх присутствует элемент соревнования (кто скорее, лучше, более чётко выполнит то или иное

задание, кто явится более ловким, смелым). В образных упражнениях и играх сохраняется основной принцип ритмики: все движения должны быть органически связаны с музыкой, т.е. соответствовать её характеру и средствам музыкальной выразительности.

Яркое, эмоциональное слово педагога побуждает мысль, направляет в определённое русло детскую фантазию. Иногда педагог использует и метод показа, уточняющего отдельные детали. К показу привлекаются и дети, нашедшие наиболее интересные и убедительные движение для воплощения образа. Коллективное творчество сплачивает детей, доставляет им большую радость.

Особой любовью у детей пользуются музыкальные игры. Увлекательные игровые задачи, поставленные в них (например: с концом пьесы «заплести плетень»; первым добежать до бубна и ударить в него чтобы стать ведущим; быстро перестроиться в звенья; найти себе партнёра; отгадать по характеру музыки, какой зверь выходит на поляну), обогащают процесс обучения, будят и развивают в детях актёрские задатки.

Могут быть и другие варианты распределения разделов в учебных программах. Так, И. В. Лифиц, составитель множества методических пособий, выделяет шесть обязательных разделов для освоения курса по ритмике:

1. Основные движения в передаче характера музыки и средств музыкальной выразительности (темпа, динамики, регистровой окраски).
2. Гимнастические комплексы. Построения, перестроения, пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения.
3. Метроритм, его выразительное значение и отражение в разнообразных движениях.
4. Танцевальные элементы, танец.
5. Сюжетно-образная драматизация, музыкальные игры.
6. Самостоятельное музыкально-ритмическое творчество, импровизация.

И. Э. Бриске в своей программе «Ритмика и танец» выделяет 8 разделов:

1. подготовительно-развивающие упражнения,
2. движения с предметами и игрушками,
3. танцевальные элементы,
4. ориентация в пространстве,
5. упражнения на полу,
6. слушание музыки,
7. этюды и игры,
8. танцы.

Отметим, что в своей работе мы опираемся именно на таком построении разделов в программе.

Чтобы работа по ритмике велась планомерно и успешно, необходимо чётко распределить учебный материал по времени. Для этого на каждую четверть учебного года необходимо составить план, в котором определяются задачи предмета и с учётом этих задач подбирается практический материал. Имея перспективный план, педагог будет ясно представлять себе последовательность той или иной темы, а также логику построения уроков с постепенным переходом от более лёгкого материала к более сложному.

На основе перспективного плана составляется план поурочный.

Задача педагога – на основе рабочей программы поурочно распределить учебный материал и определить условия его эффективного усвоения. Каждый урок готовится заранее, педагог проектирует учебный процесс: определяет цель, задачи, содержание урока, методы, приемы и средства изучения, планирует собственную деятельность и деятельность учеников; включает в себя закрепление знаний и навыков, полученных на предыдущих уроках, работу над новым материалом и повторение пройденного. Подробно структуру и содержание уроков по ритмике и танцу мы будем рассматривать в следующей главе.

Существует множество методик обучения ритмике и танцу. Ведущим видом деятельности младших школьников является игра, через игровые действия дети лучше осваивают музыкальный и танцевальный материал. Именно поэтому мы решили описать игровые методики, используемые нами на уроках ритмики и танца. Танцевальная методика «Зримая песня» (Н. И. Шаровой) основывается на игровой танцевальной имитации предлагаемых песней обстоятельств. Развивает артистизм и раскрепощенность в движениях. Подбираются яркие, эмоционально окрашенные детские фонограммы, имеющие тексты, содержание которых близко и интересно детям. Музыкальный материал определяет танцевальный образ, который исполняется, как основа для этюдов. Приветствуется любая танцевальная инициатива ребенка, педагог должен лишь помочь правильно воплотить ее. Музыкальное сопровождение урока тщательно подбирается и просчитывается.

Последовательность изучения танцевальных этюдов:

1. Первое знакомство с танцевальным этюдом. Сидя на полу, педагог вместе с детьми танцует руками и лицом, при этом текст песни должен быть знаком ребенку.
2. Проучиваются позиции ног, которые будут использоваться в этюде.
3. Этюд исполняется стоя на месте без продвижения.
4. Отрабатываются частичные акценты на правильность исполнения движений этюда.
5. Заключительным этапом является возможность импровизации на танцевальном материале этюда.

Примеры этюдов: «Любопытные коротышки» (М. Минков, Ю. Энтин), «Карабас и куклы» (Б. Окуджава и А. Рыбников), «Песня Водяного» (М. Дунаевский и Ю. Энтин), «Песенка друзей» (И. Ефремов и И. Токмакова).

Проблема ритмичности заключается в том, что сначала воспринимается удар ритма и только после этого тело начинает двигаться. Нужно учить предугадывать удар ритма, готовиться к движению до удара и исполнять его

на самый устойчивый момент удара ритма. Эти проблемы позволяет разрешить игровая методика «Трансформер» (Н. И. Шаровой). Данная методика позволяет тренировать чувство восприятия ритма, развивать познавательную активность и творческую инициативу детей. Этапы творческой игры:

1. Создается «Скелет движения» - изучение нескольких простых танцевальных движений.
2. Соединение движений в танцевальную комбинацию.
3. Учащихся разделяют на группы по 2-4 человека.
4. Из изученных движений они должны на протяжении 5-10 минут сочинить свою комбинацию.
5. Просмотр результатов.
6. Каждой группе предлагается разный музыкальный материал, который они должны просчитать и разложить элементы своей комбинации под музыку.
7. Просмотр и оценка результатов. Лучшие цепочки впоследствии разучиваются всей группой и могут использоваться в танцевальных этюдах.

Ожидаемый результат: дети учатся «слышать и считать» музыкальный материал, приучаются к коллективному сотрудничеству, имеют возможность оценить чужие достижения. Отметим, что данную методику в условиях общеобразовательной школы мы применяем в 3-х, 4-х классах.

Методика ролевой игры «Учитель» (Н. И. Шаровой). Ее смысл заключается в активизации творческого потенциала детей путем применения метода сотрудничества. Танцевальная игра оказывает существенное воспитательное воздействие на личность, поскольку правила ролевых отношений между играющими отражают реальные общественные и межличностные отношения. (56) Этапы ролевой игры:

1. Выявление «сильных» детей.
2. Создание групп (2-3 человека) во главе с «сильным» ребенком.

3. Дети в группах отрабатывают комбинацию.
4. Просмотр результатов. Определение лучшей группы.

Педагог должен четко указать «сильному» ребенку его задачу, помогать ему по мере необходимости на протяжении всей игры. Результатами ролевой игры учитель являются: самостоятельное проучивание и отработка танцевального материала, педагог может проверить знание комбинации практически каждого ребенка. Применяя данную методику, педагог должен следить за дисциплиной в группе, не допускать баловства и сильного шума.

Таким образом, методика преподавания ритмики и танца в основном строится на словесном методе и методе практического показа. Последний совмещает в себе 2 метода – наглядно зрительный и наглядно-слуховой. Педагогическая деятельность педагога-хореографа строится на принципах систематичности, последовательности, перспективности, доступности, заинтересованности.

Обучение ритмики и танцу осуществляется на основе программ, содержание которых в основном включает в себя следующие разделы: основы музыкальной грамоты, гимнастические упражнения, танцевальные элементы, танцы, образные упражнения, игры. Для планомерной работы педагог на основе программного материала составляет перспективный план (последовательность изучения тем), а на его основе поурочный план.

Каждый урок должен быть заранее подготовлен, педагог обозначает цель и задачи урока, определяет его содержание, методы, приемы и средства изучения материала. Обучение детей следует строить на игровых методиках, например «Зримая песня», «Учитель», «Трансформер» и др.

ГЛАВА 2. ПОСТРОЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ УРОКОВ «РИТМИКА И
ТАНЕЦ» В НАЧАЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ЗВЕНЕ
МАОУ «СОШ №24 Г. ЧЕЛЯБИНСКА»

2.1. Структура и содержание уроков «Ритмика и танец» на примере
работы с 1–4 классами МАОУ «СОШ №24 г. Челябинска»

Организацию и проведение уроков в хореографии определяет структурный подход, который предполагает наличие нескольких частей, в рамках которых реализуются соответствующие задачи. Урок танцев состоит из следующих частей: организационная, вводная (подготовительная), основная, завершающая (заключительная). Важно, чтобы эти части плавно перетекали одна из другой, находились, во взаимосвязи.

Организационная часть. Задача этой части урока – настроить детей на предстоящую деятельность. Прежде всего, при организации занятия нужно ориентироваться на его основные цели и задачи. Длительность, форма и содержание организационной части зависит от количества учащихся, их возраста, эмоционального состояния, соотношения девочек и мальчиков в группе. Продолжительность от 3 до 5 минут.

Традиционно урок танца начинается с ввода детей в зал: дети выстраиваются в колонну и под маршевую музыку входят в круговой или линейный рисунок. (9)

В общеобразовательной школе детей на урок хореографии приводит либо сам педагог-хореограф, либо тьютор. В первом случае учитель забирает детей из класса и организационная часть урока начинается еще на перемене. Пока дети доходят до зала, активность их очень возрастает, поэтому целесообразно рассадить их на стулья, стоящих по периметру класса или

выстроить в шеренгу. На практике главная задача организационной части – успокоить детей, выслушать их. Уже после этого дети выстраиваются в «шахматный порядок» на свои места. Педагогом проверяется правильность их построения, равнение. Учащиеся 3х, 4х классов могут сразу самостоятельно выстраиваться на свои места в зале. Поэтому продолжительность организационной части урока у 1-2х и 3-4х классов разная.

Вводная часть. Основная задача данной части урока - подготовка тела к работе, так называемая разминка (подготовительно-развивающие упражнения). Разминке предшествует поклон – танцевальное приветствие. Существует множество методических рекомендаций по проведению разминки. Можно использовать как традиционную форму разминки, так и образно-игровую, которая может быть сочинена педагогом и детьми совместно (летние каникулы, животные, времена года, поход в лес, любимые герои мультфильмов и др).

Нами на практике используется в основном традиционная разминка на месте – различные движения для головы, плечевого пояса, рук, корпуса, ног и стоп, прыжки и прыжковые комбинации на месте (для 1х и 2х классов) и с продвижением (для 3-4х классов). Во время проведения разминки иногда используется игровая методика «Учитель», ребенок встает на место учителя и показывает несколько упражнений из разминочного комплекса, потом его сменяет другой ученик и т.д. Исполнение роли учителя для ребенка может быть применен как способ поощрения за старательность. Обучающиеся 1х и 2х классов с удовольствием исполняют разминочный комплекс под пение (например, под песню «Аэробика для Бобика»). В вводную часть урока нами включаются различные виды шагов и бега, исполняемые по диагонали (бытовой, танцевальный шаг, шаг на полупальцах, на наружном своде стопы, переменный ход, марш, танцевальный бег, подскоки, прыжки, бег «ножницы», «бег лошадки», галоп и др.). Также изучаются различные

танцевальные рисунки и перестроения (например, из «шахматного порядка» в круг, из круга в диагональ, где исполняются шаги и бег, из диагонали переход в круг и на свои места в «шахматный порядок»). После второго года обучения возможно исполнение движений не только по диагонали, но и в изученных танцевальных рисунках. На этом этапе урока мы сталкиваемся с временной проблемой, из-за большого количества детей в группе вводная часть затягивается, в частности много времени занимают исполнение шагов и бега по диагонали. Но от этого элемента урока мы отказываться не хотим, т. к. считаем его применение эффективным (по диагонали просматривается каждый ребенок, учитель имеет возможность индивидуально поправить его).

Основная часть. Занимает $2/4$ от всего занятия. Задачей основной части урока является перевод исполнительских навыков, сформированных в вводной части урока, в умение применить их в новых условиях: исполнить в различных темпах, ритмах, индивидуально или с партнером, лирично или задорно и пр. (9)

В содержание основной части урока входит изучение танцевальных элементов, слушание и анализ музыкального материала, исполнение движений в соответствии с музыкой, комплекс партерной гимнастики, а также изучение этюдов, игр и танцев.

Из своей практики отмечаем, что слушание и анализ музыки проблематично реализовывать на уроках ритмики и танца в системе общеобразовательной школы, т.к. на уроке присутствует около 30 детей. Не все с вниманием слушают музыкальный материал, зачастую не слушают задания, а когда нужно их исполнять начинают баловаться и тогда очень сложно их успокоить. Нами используется вариант слушания музыки по группам 2-4 человека, остальные дети – зрители. Детям дается определенное задание, например, пройти в характере музыки. И дети, которые не участвуют в этом, смотря на исполнение своих одноклассников, уже хотят

сами попробовать услышать музыку. В этом случае стоит принимать во внимание желание самого ребенка быть участником активной группы, часто дети зажаты и боятся исполнять при всех задания.

После года работы в данном учреждении мы приходим к выводу о том, что необходима корректировка программы, в частности, удаление блока «Партерная гимнастика» из рабочей программы. Выполнение упражнений на полу возможно при условии проведения ежедневной влажной уборки кабинета перед занятиями. Но в условиях общеобразовательной школы, с учетом того, что занятия хореографией проходят в актовом зале, где большая проходимость людей - это невозможно, технического персонала не хватает.

В основной части урока мы применяем методику «Зримая песня» Н. И. Шаровой, которая заключается в игровой танцевальной имитации предполагаемой действительности с помощью песни. Дети очень любят перевоплощаться в героев песен, они иногда лучше педагога могут прочувствовать и передать характер персонажей. Эта методика позволит немного разгрузить детей, позволить им отдохнуть, но при этом они заняты делом.

Этюды и танцы создаются на основе проучивания отдельных движений в учебно-танцевальных комбинациях. Танцевальные комбинации способствуют развитию координации, музыкальности, эмоциональной выразительности. В них активно включаются движения рук, головы и корпуса, используются различные ракурсы. Танцевальный этюд создается на основе нескольких танцевальных комбинаций, предполагает использование композиционных рисунков и переходов. (9)

Заключительная часть урока. Занимает $\frac{1}{4}$ всего занятия. На уроке должно присутствовать четкое завершение, т.к. педагогом и детьми проделывается большая работа. Причем прогон танца или этюда не является должным завершением. Детям нужно расслабиться, при этом стоит провести

анализ урока, похвалить лучших детей, высказать пожелания для тех, у кого что то не получается и показать, что учитель уверен в успехе каждого ребенка. Можно рассказать о планах на следующий урок. При таком подходе к окончанию занятия у детей наблюдается заметное повышение интереса к урокам, они сами могут напомнить учителю о невыполненных пунктах. Младшие школьники обожают в конце урока поиграть. Игра помогает детям эмоционально и физически разрядится. Игру можно заменить шуточным соревнованием между командами, например, кто правильно просчитает и прохлопает ритм музыкального сопровождения. Проигравшей команде устанавливается штраф, который может быть в форме смешных выполнений физических упражнений с одновременным издаванием звуков (квakanьем лягушки или мяуканьем кошки). Подобные «наказания можно также применять за нарушение дисциплины на уроке» В завершении урока обязательно исполняется поклон.

К сожалению, на практике не всегда удается провести заключительную часть должным образом. Вовлекаясь в учебно-творческий процесс, педагог зачастую теряет ощущение времени и его не остается на завершение занятия.

Подробное содержание занятий по предмету «Ритмика и танец» отражена в рабочей программе курса внеурочной деятельности МАОУ «СОШ №24 г. Челябинска» в разделе «Содержание рабочей программы курса» (см. Приложение)

Уроки по ритмике и танцу осуществляются под музыку. Поэтому к подбору музыкального фона для занятий необходимо подходить ответственно. Искать высокохудожественные произведения, качественные фонограммы.

Говоря о большом значении музыки в развитии движений, педагог В.А. Ветлугина отмечает: «... между музыкой и движением при одновременном их

исполнении устанавливаются очень тесные взаимосвязи. Их объединяет одно и тоже поэтическое содержание. Определяющую роль при этом играет музыка, развитие ее образов». Движения, сопутствующие музыке, выражают именно ее образное содержание. Возникает важный вопрос о единстве восприятия ребенком, музыки, когда он движется, и движений, которыми он стремится выразить ее содержание». (11)

Для того чтобы правильно подобрать музыкальное сопровождение, следует руководствоваться требованиями: небольшое и простое произведение должно обладать художественными достоинствами, развивающими как слуховое восприятие, так и художественно-музыкальный вкус. Следует обратить внимание на содержание музыкального произведения — ту идею, мысль или чувство, которое композитор передает звуками музыки.

Для сопровождения упражнений рекомендуется подобрать детские художественные музыкальные произведения. Естественно, что их исполнение должно быть грамотным. Ведь элементы музыки — это не только ритм, но и темп, метр, динамика, характер звукопроизношения. Эти элементы определяют выразительность содержания музыкального произведения, они же являются и средствами выразительности музыкально-ритмических движений.

В практике иногда встречается бездумное варьирование маршеобразной и танцевальной музыки, к которой дети, к сожалению, привыкают из-за ее ритмичности и кажущегося удобства для ходьбы, бега, исполнения упражнений. На самом же деле воспринимается лишь отдельный ритм, а не ритм музыки, как результат определенного, организованного распределения звуков, состоящих в тесной связи с характером и свойствами этих звуков. Искаженное исполнение музыки особенно вредно для маленьких танцоров, так как именно в этом возрасте происходит знакомство ребенка с миром музыкального искусства. Музыка как вид искусства всегда

содержательна, поэтому движения под музыку становятся осмысленны, эмоционально окрашены.

Составляя музыкальную фонограмму для комплекса, необходимо заботиться о стилевом единстве и общности содержания музыки. Вообще, при подборе музыкальной композиции для занятий нужно учитывать многие стороны: возраст детей, физическую подготовленность, тематику, образность, выразительность занятия, воспитательный момент, характер каждого упражнения, уровень подготовленности детей. Можно использовать музыку из любимых мультфильмов, детских фильмов и музыкальных альбомов, ориентированных на детскую аудиторию, а также некоторые современные обработки народных произведений.

Подбирая музыку по темпу, можно руководствоваться следующей справкой:

- Медленный темп — 40-60 движений в минуту (дыхательные упражнения, упражнения на расслабление, растяжка).
- Умеренный темп — 70 движений в минуту (ходьба).
- Средний темп — 80-90 движений в минуту (большинство танцевальных движений).
- Быстрый темп — 100-150 движений в минуту (прыжки, бег).
- Очень быстрый темп — 160 и более движений в минуту (бег, быстрые танцы).

В идеале, если в штате учреждения есть концертмейстер, он совместно с педагогом подбирает музыкальные фрагменты, которым будут соответствовать движения, исполняемые детьми на уроках. Еще большее воздействие оказывает на детей музыка, исполняемая вживую. Этот факт требует от концертмейстера, грамотного, чистого исполнения произведений. Присутствию на уроках педагога-концертмейстера очень помогает работе педагога-хореографа. По просьбе может быть повторен нужный фрагмент или же сыгран в нужном темпе (например, при первоначальном исполнении медленно, затем быстро). Профессиональный музыкант иногда может лучше

объяснить детям, донести до них понимание какого-нибудь музыкального понятия (музыкальный размер, динамика и др.). К сожалению, в настоящее время наблюдается катастрофическая нехватка концертмейстеров даже в учреждениях дополнительного образования, а в системе общеобразовательных школ их нет тем более.

Поэтому в современных условиях педагогу-хореографу приходится работать с записанными музыкальными фонограммами, что создает определенные трудности. Сейчас основным источником музыкального материала является сеть интернет, где существует огромное количество произведений. С одной стороны это большой плюс – большой выбор детских песенных и танцевальных композиций. Но использовать на уроках нужно не только популярную детскую музыку, но и образцы классической и народной музыкальной культуры. Фонограммы таких произведений должны соответствовать высокохудожественным требованиям. Целые произведения удобно использовать для этюдной работы, но зачастую необходимы отдельные отрывки из произведений для проучивания движений. Педагогу приходится или обращаться за помощью к специалисту, или самому «обрезать», «соединять» и составлять музыкальную фонограмму, ускорять или замедлять темп и др. Что требует дополнительно затраченного времени для подготовки к уроку.

Можно приобрести уже готовые музыкальные сборники для уроков, но не всегда представленный перечень музыкальных произведений будет полностью подходить педагогу для его уроков. Подбор качественного и соответствующего музыкального материала для уроков по ритмике и танцу – это трудоемкий, кропотливый процесс.

Таким образом, урок «Ритмика и танец» основывается на структурном подходе и содержит 4 части. Основой проведения уроков является музыка, она и определяет характер движений и является ведущим компонентом, поэтому к составлению музыкального сопровождения урока педагог должен подходить ответственно. В системе общеобразовательной школы происходят

небольшие сдвиги этих частей: немного увеличивается вводная часть, основная часть сохраняет свои временные рамки, но заключительная часть зачастую «смазывается».

2.2. Методические особенности проведения уроков «Ритмика и танец» в общеобразовательной школе и предложения по их решению

Преподавание ритмики и танца в системе общеобразовательной школы имеет ряд особенностей:

1. Участниками образовательного процесса являются все ученики, без специального отбора, как это делается в специальных учреждениях дополнительного образования.
2. Многие школы не имеют достаточно необходимого материально-технического обеспечения для проведения уроков по ритмике и танцу.

Из практики работы в общеобразовательной школе мы выделяем ряд проблем, влияющих на организацию и проведение уроков по ритмике и танцу:

1. Большое количество человек на занятиях.
2. В основном наблюдается незаинтересованность детей, т.к. специальный отбор не применяется.
3. Специально оборудованного помещения для занятий нет. Уроки в основном проводятся в актовом зале, спортивном зале или кабинете строевой подготовки, который является подвальным помещением (влажным и холодным), в принципе не пригодным для проведения уроков ритмики и танца с младшими школьниками.
4. В нашей практике занятия проходят в актовом зале, который всегда используется для проведения школьных, районных, а иногда и городских мероприятий. Также в нем проходят репетиции по подготовке к

различным конкурсам и смотрам. По этой причине часто занятия отменяются или переносятся в учебный кабинет с партами.

5. Должная уборка помещения не осуществляется, по причине нехватки технического персонала.

6. Большая нагрузка педагога, эмоциональное и физическое истощение, что напрямую сказывается на качестве проведения уроков.

Мы предлагаем следующие способы решения отмеченных проблем:

1. Составлять четкий план-график проведения репетиций с учетом учебного расписания и занятости актового зала, который параллельно является учебным кабинетом.

2. Составлять теоретические уроки по ритмике и танцу на случай «срыва» практического занятия.

3. Скорректировать рабочую программу курса внеурочной деятельности «Ритмика и танец», в частности убрать раздел «Упражнения на полу» и увеличить раздел «Этюды и игры». Хотя комплекс партерной гимнастики оказывает оздоровительный эффект и он не обходим, но проводить его на грязном полу невозможно.

4. Тщательно составлять урок, используя различные методические рекомендации, чтобы заинтересовать детей, приобщить их к музыкальному и танцевальному искусству.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Для успешной преподавательской деятельности педагог-хореограф должен обладать совокупностью профессиональных и личностных качеств, которые формируют его профессиональную компетентность. Важным фактором в педагогической работе является учет возрастных особенностей психики и физического развития школьников, а также индивидуальных особенностей детей.

Физиологические и психологические особенности детей младшего школьного возраста: любознательность, быстрая утомляемость, высокая двигательная активность, восприятие образа в целом, неустойчивость внимания, активное воображение. В своей работе педагог-хореограф должен учитывать эти особенности, т.е. должен заинтересовать, увлечь, сосредоточить, дисциплинировать и развить своих учеников.

Ритмика и танец — это учебный предмет, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ.

Изучив исторический аспект развития ритмики, необходимо отметить, что швейцарский музыкант-педагог Эмиль Жак-Далькроз создал систему ритмического воспитания, которая основывается на активизации музыкального воспитания через движение, т.е. движения помогают в понимании музыки. Метод Далькроза имел большой успех и много последователей, в том числе и в России. Систему ритмического воспитания в нашей стране практиковали ученики Эмиля Жака-Далькроза, а именно: С.М. Волконский, Н.Г. Александрова, В.А. Гринер и многие другие. С 20-х годов XX века начали создаваться частные школы по ритмике, а затем институты и ассоциации, постоянно проводились различные курсы по обучению ритмическому воспитанию, издавались методические пособия. Проводилось обширное внедрение предмета ритмики в различных профессиональных

отраслях (например, ритмика в психотерапии, в подготовке музыкантов). Но к сожалению, учебные заведения проводившие подготовку профессиональных педагогов-ритмистов были закрыты еще в Советское время.

Занятия ритмикой очень полезны для детей, они развивают их творческие способности, формируют художественный вкус детей, способствуют физическому воспитанию и формированию коллективных качеств личности.

Методика преподавания ритмики и танца в основном строится на словесном методе и методе практического показа. Последний совмещает в себе два подхода – наглядно зрительный и наглядно-слуховой. Педагогическая деятельность педагога-хореографа строится на принципах систематичности, последовательности, перспективности, доступности, заинтересованности.

Обучение ритмики и танцу осуществляется на основе программ, содержание которых в основном включает в себя следующие разделы: основы музыкальной грамоты, гимнастические упражнения, танцевальные элементы, танцы, образные упражнения, игры. Для планомерной работы педагог на основе программного материала составляет перспективный план (последовательность изучения тем), а на его основе поурочный план.

Каждый урок должен быть заранее подготовлен, педагог обозначает цель и задачи урока, определяет его содержание, методы, приемы и средства изучения материала. Обучение детей следует строить на игровых методиках, например «Зримая песня», «Учитель», «Трансформер» и др.

Урок «Ритмика и танец» основывается на структурном подходе и содержит четыре части: организационная, вводная, основная, заключительная. Основой проведения уроков является музыка, она определяет характер движений и является ведущим компонентом занятия, поэтому к составлению музыкального сопровождения урока педагог должен

подходить ответственно. В системе общеобразовательной школы происходят небольшие сдвиги частей урока: немного увеличивается вводная часть, основная часть сохраняет свои временные рамки, но заключительная часть зачастую пропускается.

Основываясь на практике автора дипломной работы можно выделить следующие существенные проблемы при проведении уроков ритмики и танца в общеобразовательной школе: большое количество детей на занятиях, нехватка материально технического обеспечения, загруженность учебных помещений, большая занятость педагога-хореографа, что влияет на качество проведения уроков.

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. Однако, реализация современных методик на практике представляется весьма затруднительной из-за проблем, возникающих при проведении уроков по ритмике и танцу, озвученных выше. Так, автор настоящей дипломной работы, применяя игровые методики, повысил уровень вовлеченности детей в образовательный процесс. Но в основном, применение современных методик затруднительны из-за отсутствия учебных помещений и большого количества детей на уроках.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ананьев, Б.Г. Избранные труды по психологии. Т. 1. Спб.,2007
2. Аркин, Е.А. Дошкольный возраст .– М.,1948
3. Бекина, С.И. Музыка и движение. М.: Просвещение – 1983.
4. Беличева С.А. Основы превентивной психологии. – М.: Редакционно-издательский центр Консорциума «Социальное здоровье России», 1994.
5. Борышникова, Т. Азбука хореографии. М.: Рольф – 2001.
6. Блонский, П.П. Психологические очерки. М.,1926
7. Богданов, А. Познание с исторической точки зрения. — СПб. 2006
8. Боголюбская, М.С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания: учеб.-метод, пособие для клубных работников. — М., 1986.
9. 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
10. Быкова, С.А. Парциальная программа «Танцевальная ритмика»
11. Ветлугина. Л. Музыкальное развитие ребёнка. М., 1968.
12. Волконский, С.М. Ритмическая гимнастика. Листки курсов ритмической гимнастики. – 1913. – №1.
13. Выготский Л.С. История развития высших психических функций. – М.: Педагогика, 1983. – С.5-380.
14. Детская практическая психология. /Под ред. Профессора Т.Д. Марцинковской М.,2000
15. Диагностика и коррекция социальной дезадаптации подростков. – М.: Редакционно-издательский центр Консорциума «Социальное здоровье Росси», 1999. - 183с.
16. Жак-Далькроз Э. Листки курсов ритмической гимнастики. – 1913. – №1

17. Журнал Музыка и время, №8, 2001 г. «Пути развития ритмики в России»
18. Запорожец, А. В. Избранные психологические труды: т.1. - М., 1986
19. Зеленкова, Л.В. Образовательная программа дополнительного образования детей 2010
20. Казанина, Н.Н. Программа "Ритмика и танец"
21. Каптерев, П. Ф. Педагогическая психология. 3-е изд. СПб., 1914.
22. Каптерев, П. Ф. История русской педагогики. — Пг.: «Земля», 1915.
23. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание. – М., 1978. – 232с.
24. Костина, Э.П. «Камертон» программа музыкального образования детей раннего и дошкольного возраста . – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2006.
25. Кравцова, Е.Н. «Малыши» М., 2009
26. Кудрявцев, В.Т. Развитие детства и развивающее образование - Ч. 1. / В.Т. Кудрявцев - Дубна, 1997г.
27. Леонтьев, А.Н. Деятельностный подход в психологии: проблемы и перспективы. /Под ред. В. В. Давыдова и др. — М.,1990
28. Лифиц, И.В. Ритмика М., Академия, 1999.
29. Мухаринская Л.С. Музыкальная энциклопедия. М., 1974, Т. 2, с. 381
30. Неменский, Б.М. Образовательная программа «Изобразительное искусство и художественный труд»
31. Немов, Р.С. Психология. Учебник для студентов высш. учебн. заведений. Т.1. Общие основы психологии. - М.: Просвещение: Владос, 1994.
32. Пиаже Ж. Речь и мышление ребёнка. — М., 1994.
33. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. завед. – М.: Академия, 2000, - 184с.

34. Психология детства: Практикум. / Под ред. А.А. Реана - М.: ОЛМА - ПРЕСС, 20047.
35. Пуляева, Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001.
36. Пуртурова, Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. - М.: Владос. - 2003.
37. Радынова, О.П. «Музыкальные шедевры». Авторская программа и методические рекомендации. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2000.
38. Рассохина, В. Н.Г. Александрова и ритмика Далькроза в нашей стране /Из прошлого советской музыкальной культуры. – М., 1982. – Вып 3.
39. Рубинштейн, С.Л. Проблемы общей психологии. – М.: Педагогика, 1976.
40. Руднева, С.Д., Фили Э.М. Ритмика. Музыкальное движение. М., 1972.
41. Селиванов, В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания: Учебное пособие / В.С. Селиванов - М.: Академия, 2004г.
42. Система эстетического воспитания в детском саду. М., 1962, с. 174-175
43. 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.
44. Спинжар, Н.Ф., Рябинкина Е.Л. Педагогика в профессиональной подготовке хореографа. Учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств — М.:2011
45. Станиславский, К.С. Этика. М., 1981.
46. Сухомлинский, В.А. Избранные педагогические сочинения: М, 1981.

47. Тенитилова, С.В. Формирование стиля педагогической деятельности преподавателя вуза// Международный сборник научных трудов «Психология и жизнь». М., 2002.- №3.

48. Ушакова, Ю.В. Педагогические особенности занятий образной хореографией с детьми младшего возраста. Дисс. на соискание уч. ст. канд. пед. наук. Москва, 2001

49. Франко, Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М., Советский композитор, 1989.

50. Халфина, С. Воспоминания мастеров московского балета. - М.: Искусство. - 1990.

51. Хореографическое искусство. Справочник. - М.: Искусство. - 2005.

52. Хорошилова, Т. Развиваем у детей чувство ритма М., Дошк. восп. 1991– № 1

53. Цапиш, И.Т. Образовательная программа «Природные формы»

54. Чибрикова, А.Е. Ритмика. М.: Издательский дом “Дрофа” – 1998.

55. Чистякова, М.И. Психогимнастика. М., 1990.

56. Шарова, Н.И. Детский танец. – СПб.: «Издательство Планета музыки»; Издательство «Лань», 2011.

57. Янаева, Н.Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы. - М. 2004.

58. Янкелевич, Е.И. Осанка красивая, походка – лёгкая. – М., 2001.

59. Янковская, О.Н. Учить ребенка танцам необходимо // Начальная школа. - 2000. №2.

Приложение

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 24
г. Челябинска»

РАССМОТРЕНО

Заседание

Методического совета
протокол № _____

« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮДиректор МАОУ СОШ № 24:
приказ № _____

« ____ » _____ 20 ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«ХОРЕОГРАФИЯ»

направление: общекультурное
срок реализации программы: 4 года
возраст обучающихся: 7-11 лет, 1-4 классы

составитель:

Тимофеева Анна Владимировна, педагог дополнительного образования

г. Челябинск,
2016 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Хореография» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами и инструктивно-методическими материалами:

- Федеральным Законом от 29.12.12г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки от 06 октября 2009 года № 373 с изменениями;
- Постановлением Главного государственного врача РФ от 29.12.2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2. 2821 – 10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»
- Письмом Министерства образования и науки №03-296 от 12 мая 2011 г. «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Примерными программами внеурочной деятельности, Начальное и основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2010 г.;
- Примерной программой «Ритмика и танец», И. Э. Бриске, Челябинск, 2013 год.
- Локальными актами МАОУ «СОШ № 24 г. Челябинска».

Направление: общекультурное.

Вид программы: адаптированная, разработана на основе примерных программ внеурочной деятельности художественно-эстетического направления и примерной программой «Ритмика и танец» доцента кафедры искусства балетмейстерства ЧГАКиИ И.Э. Бриске.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Хореография» основывается на следующих принципах: принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, приобщение к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время увеличивается внимание со стороны государства и общества к проблеме приобщения детей к культуре, искусству, здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. В целях укрепления психического и физического здоровья, а также получение общего эстетического, морального и физического развития.

Показателем внимательного отношения общества к проблемам воспитания подрастающего поколения являются мероприятия государственного масштаба. Так, активизируется научно-исследовательская и экспериментальная работа в области обучения и воспитания детей средствами искусства, получившая теоретическое обобщение в разработке теории эстетического воспитания, в том числе и средствами танцевального искусства.

С профессиональной точки зрения хореография учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, лёгкость, смелость. Благодаря системному образованию и воспитанию

детьми приобретается культура движения, развиваются музыкальные способности, что способствует более тонкому восприятию мира искусства и всего прекрасного.

Приобщение к искусству танца включает ознакомление детей с источниками танцевальной культуры, самобытными национальными, историко-бытовыми танцами, их красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодий, образами классической и народной музыки. Исполнительская природа танца предполагает обязательное овладение детьми комплекса тренажных упражнений, изучение разнообразных танцевальных движений, а также освоения точных по форме рисунков танца.

Работая над исполнительскими качествами, важно большое внимание уделять общему развитию личности ребёнка. Чередование различных заданий, видов танцев, творческих заданий, требует от детей внимания, сообразительности, быстрой реакции, организованности, проявления волевых усилий, что не может не влиять на общую культуру поведения.

Воспитание средствами хореографии – организованный педагогический процесс, направленный на раскрытие индивидуальных особенностей детей, формирование у них общей, а также музыкальной культуры, развитие способностей к танцевальной деятельности, обеспечивающей творческое становление личности. Все это осуществляется через приобщение обучающихся к достижениям художественной практики (музыкального и балетного театра, изобразительного искусства, литературы), а также включение их в активную учебно-творческую деятельность.

Обучение хореографии связана с постоянной физической нагрузкой, которая обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением.

Цель: создание через танец атмосферы положительных эмоций, способствующих творческому раскрепощению и оздоровлению обучающихся, формированию духовно-нравственных ценностей.

Задачи:

- развитие детей, в процессе формирования их двигательного опыта и музыкально-танцевальной деятельности;
- развитие творческих и созидательных способностей обучающихся, актёрского мастерства;
- формирование навыков пространственной координации (ориентации);
- приобщение детей к коллективно- творческой деятельности;
- расширение кругозора, общей культуры.

Возрастная группа – 1-4 классы, 7-11 лет.

Особенности набора детей - свободный набор.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Хореография» рассчитана на обучающихся 1-4 классов (четыре года обучения), также может быть реализована у обучающихся с ОВЗ.

Количество учебных часов – 135 часов:

1 год обучения – 33 часа

2 год обучения – 34 часа

3 год обучения – 34 часа

4 год обучения – 34 часа

Занятия проводятся 1 раз в неделю, 1 час, продолжительность занятия – 40 мин.

Форма организации курса внеурочной деятельности «Хореография» – кружок.

Формы организации занятий внеурочной деятельности:

Теоретические занятия – беседы, прослушивание и обсуждение музыкального, видео материала.

Практические занятия – подготовительно-развивающие упражнения, движения с предметами и игрушками, упражнения на полу, танцевальные этюды и игры, массовые танцы.

Методы организации занятий:

Словесный метод – объяснение, рассказ, беседа, диалог.

Наглядный метод – наглядные материалы (картинки, рисунки, плакаты, фотографии); видеоматериалы.

Практический метод – упражнения, тренинг, тренировка, репетиция.

Требования к знаниям и умениям. По завершению курса внеурочной деятельности, обучающиеся должны **знать:**

- характер музыки;
- виды темпа:
- музыкальные размеры 2/4, 4/4, 3/4
- правила построения танцевальных рисунков
- положения рук
- позиции ног (I, II прямые и полувыворотные, III полувыворотная, VI)
- положения рук (основные и характерные для русского народного и бальных танцев)
- правила построения корпуса

уметь:

- точно реагировать на изменения метро-ритмических характеристик музыкального материала;
- вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой
- воспроизводить ритмические рисунки в рамках изученных музыкальных размеров
- ориентироваться в музыкальном зале
- правильно исполнять различные виды танцевальных шагов и бега
- выполнять элементы русского народного, бальных танцев
- самостоятельно исполнять любое танцевальное движение и комбинацию
- исполнять комплекс партерного экзерсиса
- взаимодействовать в парах, в коллективе
- выполнять различные построения и перестроения.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ КУРСА

1 КЛАСС – 33 ЧАСА

В процессе занятий хореографией на 1 году обучения следует формировать культуру эмоций, обогащать музыкально-танцевальную деятельность детей, закладывать основы выразительного исполнения, развивать объем внимания и фантазии. На первоначальном этапе обучение реализуется на основе бытовых и музыкальных движений. При исполнении самых простых заданий у детей следует формировать понятие аккуратности, завершенности, красоты. Введение игрового элемента, особенно на 1 году обучения, обязательно, т.к. ведущим видом деятельности в этом возрасте выступает игра.

Раздел 1. Вводное занятие. 1 час

Теория. Введение в предмет. Правила поведения на уроке. Техника безопасности на уроках хореографии.

Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения. 5 часов

Тема 2.1. Развитие двигательных функций:

- 1) Повороты головы, наклоны головы
- 2) Повороты и наклоны корпуса
- 3) Положение рук вдоль тела, на поясе, вперед, в стороны
- 4) Упражнения на развитие ловкости пальцев, запястья, локтевых суставов, предплечий («Пять пальцев – пять братцев», «Птицы», «Музыканты», «Замки», хлопки и т.д.)
- 5) Упражнения для плечевого пояса.

Теоретический блок: рассказ о значении упражнений в формировании тела, культуры движений, объяснение правильного выполнения.

Практический блок: исполнение поворотов и наклонов головы и корпуса, смена положений рук, упражнения для плечевого пояса.

Тема 2.2. Упражнения для ног:

- 1) Позиции ног: VI, I полувыворотная, II прямая
- 2) Полуприседания по VI позиции ног
- 3) Подъем на полу пальцы по VI позиции ног
- 4) Вытягивание ноги на носок вперед и в сторону
- 5) Сокращение стопы вперед и в сторону
- 6) Глубокое приседание.

Теоретический блок: рассказ о правилах построения позиций ног, правилах выполнения приседаний и подъемов, работы стоп.

Практический блок: построение позиций ног; исполнение полуприседаний, глубоких приседаний, подъемов на полу пальцы, сокращение стоп.

Тема 2.3. Прыжковые упражнения:

- 1) Прыжки на скакалке
- 2) Трамплинные прыжки по VI позиции ног
- 3) Прыжки во II прямую и в VI позицию ног (в сторону-вместе).

Теоретический блок: рассказ о правилах выполнения прыжков.

Практический блок: исполнение прыжков на скакалке, трамплинных прыжков, прыжки из позиции в позицию.

Раздел 3. Движения с предметами и игрушками. 3 часа

Тема 3.1. Мяч – катание по полу, подбрасывание, передача друг другу. Например, перекатываем мяч по полу – музыка звучит тихо, подбрасываем мяч или ударяем об пол – музыка звучит громко.

Тема 3.2. Платочек – поднимаем медленно, стряхиваем платочек, весело зовем платочком.

Тема 3.3. Обруч – мелкий бег вокруг обруча, прыжки в обруч (обруч лежит на полу), выпрыгивание из обруча.

Тема 3.4. Игрушки – покачивание, передача друг другу. Игрушку можно посадить на стульчик или на пол и станцевать для нее.

Раздел 4. Танцевальные элементы. 5 часов

Тема 4.1. Различные виды шагов и бега:

- 1) Бытовой, естественный шаг;
- 2) Танцевальный шаг (идём по мягкой траве с натянутой стопы);
- 3) Шаг на пятках;
- 4) Шаг на наружном своде стопы.

Теоретический блок: рассказ о правилах выполнения различных видов шагов, показ учителем.

Практический блок: самостоятельное исполнение шагов обучающимися.

Тема 4.2. Элементы русского танца:

- 1) Вынос ноги на каблук вперёд и в сторону
- 2) «Гармошка»
- 3) «Ковырялочка»
- 4) Присядка по VI позиции ног (для мальчиков).

Теоретический блок: краткая характеристика русского народного танца, объяснение названий движений русского танца, показ педагогом.

Практический блок: исполнение основных движений русского танца в характере и под музыку.

Раздел 5. Ориентация в пространстве. 3 часа

Тема 5.1. Упражнения на ориентировку в пространстве:

- 1) Различать правую и левую стороны
- 2) Различать правую и левую руку, ногу, плечо
- 3) Повороты вправо и влево
- 4) Точки плана класса (8 точек)
- 5) Движение по диагонали.

Теоретический блок: рассказ о плане хореографического класса и его точках, правилах движения по диагонали и ее построении.

Практический блок: выполнение поворотов по точкам класса в различные стороны, движение по диагонали и построение в нее.

Тема 5.2. Построения и перестроения:

- 1) В линии в шахматном порядке
- 2) В колонну по одному
- 3) В пары и обратно
- 4) Свободное размещение в зале.

Теоретический блок: рассказ о правилах построений и перестроений.

Практический блок: исполнение различных построений и перестроений.

Раздел 6. Упражнения на полу. 6 часов

Тема 6.1. Упражнения для стоп

Сидя на полу (лёжа на спине):

- 1) «Клювики-утюжки» - натягивание и сокращение стоп по VI позиции поочередно и одновременно
- 2) Круговые движения стопами.

Тема 6.2. Упражнения на развитие выворотности

Сидя на полу:

- 1) Наклоны корпуса к ногам широко раскрытым в стороны
- 2) «Бабочка» («Лягушка» исполняется лежа на спине и животе).

Тема 6.3. Упражнения на развитие гибкости:

- 1) «Складочка» - наклон корпуса вперёд к ногам в VI позиции (сидя на полу)
- 2) «Коробочка» (лёжа на животе)
- 3) «Кошечка» (на четвереньках)

Тема 6.4. Силовые упражнения для мышц живота:

- 1) «Уголок» (сидя на полу)
- 2) Поочерёдное и одновременное поднимание прямых ног (носками в потолок) с медленным опусканием на пол, руки раскрыты в стороны ладонями вниз (упражнение выполняется лёжа на спине)

Тема 6.5. Силовые упражнения для мышц спины (все исполняются на животе):

- 1) «Самолётик» - поднятие головы и корпуса над полом, руки расположены вдоль тела и немного приподнимаются;
- 2) «Рыбка» - одновременный подъем и опускание рук и ног с прогибом корпуса;
- 3) «Лодочка» - поочерёдный отрыв от пола рук и ног с раскачиванием и перекатом вперёд-назад.

Теоретический блок: характеристика упражнений на полу, их значимость для тела. Знакомство с названием упражнения для определенной группы мышц и правила его выполнения.

Практический блок: самостоятельное исполнение упражнений обучающимися.

Раздел 7. Слушание музыки. 4 часа

Тема 7.1. Прослушивание музыкальных загадок, сказок, фрагментов классической и народной музыки.

Тема 7.2. Воспитание восприятия характера музыки (спокойный, бодрый, весёлый, грустный и т.д.).

Тема 7.3. Знакомство с понятиями «быстро» и «медленно» - темп, «тихо» и «громко» - динамика.

Тема 7.4. Визуализировать музыкальный материал путем создания рисунка (либо устный рассказ о прослушанном произведении, подбор эпитетов).

Весь раздел представляет собой проведение теоретических занятий.

Раздел 8. Этюды и игры. 3 часа

Примерный перечень танцевальных этюдов и игр:

- 1) «Кузнечик»
- 2) «Карусели»
- 3) «Паровозик»
- 4) «Птичка»
- 5) «Любопытные коротышки» (по методике «Зримая песня»).

Теоретический блок: характеристика игры, ее название, правила, показ движений и комбинаций этюдов.

Практический блок: разучивание движений и комбинаций этюдов и игр, самостоятельное исполнение обучающимися этюдов и игр под музыку.

Раздел 9. Танцы. 3 часа

Примерный перечень массовых танцев:

- 1) «Как у наших у ворот»
- 2) «Танец весёлых утят»

Теоретический блок: показ движений и комбинаций танцев, объяснение рисунков и переходов.

Практический блок: самостоятельное исполнение обучающимися танцев.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ – 34 ЧАСА

В процессе занятий на 2 году обучения продолжается работа по развитию способности ритмично и выразительно исполнять движения разной амплитуды в различных композиционных расположениях. А также формировать навыки самостоятельного выбора движений для образно-игровых ситуаций, умения согласованно исполнять упражнения и танцевальные элементы друг с другом в паре и коллективных композициях. Ведётся работа по углублению и усовершенствованию, полученных ранее навыков.

Раздел 1. Вводное занятие. 1 час

Теоретический блок: повторение правил поведения на уроке. Правила техники безопасности. Форма для занятий.

Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения. 4 часа

Тема 2.1. Развитие двигательных функций:

- 1) Повороты, наклоны головы, их чередование;
- 2) Повороты, наклоны корпуса, их чередование;
- 3) Круговые движения головы;
- 4) Переводы рук из одного положения в другое.

Теоретический блок: объяснение правильного выполнения вышеперечисленных движений.

Практический блок: исполнение поворотов и наклонов головы, корпуса, работа рук.

Тема 2.2. Упражнения для ног:

- 1) Приседание с выставлением ногу на пятку вперёд, в сторону;
- 2) Упражнение «VI позиция – полу палец - носок» и обратно;
- 3) Подъем согнутой в колене ноги наверх, стопа натянута;
- 4) Присядка «мячик».

Теоретический блок: объяснение правильного выполнения вышеперечисленных движений.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися упражнений для ног.

Тема 2.3. Прыжковые упражнения:

- 1) Прыжки на одной ноге, с переменной ног;
- 2) Прыжки с поворотами на 1/4 круга.

Добавляются хлопки в ладоши вместе с прыжком.

Теоретический блок: объяснение правильного выполнения прыжков.

Практический блок: исполнение прыжковых упражнений обучающимися.

Раздел 3. Движения с предметами и игрушками. 3 часа

Тема 3.1. Исполняются движения с мячами, обручами, цветами и пр. на музыку разного жанра и темпа; на месте и с продвижением; индивидуально, в парах или ансамблем.

Тема 3.2. Использование шумовых музыкальных инструментов – удары или встряхивания по ¼ такта, 1/8 равномерно, или по три с последующей паузой. Например, поочередные удары инструментом по правому и левому плечу, по правому и левому колену, затем тройные удары по ладони левой руки.

Теоретический блок: объяснение и показ правильного выполнения различного вида движений с предметом.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 4. Танцевальные элементы. 5 часов

Тема 4.1. Различные виды шагов и бега:

- 1) Шаг на полу пальцах;
- 2) Приставной танцевальный шаг;
- 3) Танцевальный бег;
- 4) Боковой галоп;
- 5) «Бег лошадки».

Теоретический блок: объяснение и правильного выполнения шагов и бега.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Тема 4.2. Элементы русского танца:

- 1) Поклон в русском характере;
- 2) «Ковырялочка» (с тройным притопом, с поворотом);
- 3) «Ёлочка»;
- 4) Хлопушки (у мальчиков).

Теоретический блок: объяснение и показ правильного выполнения движений.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 5. Ориентация в пространстве. 4 часа

Тема 5.1. Упражнения на ориентировку в пространстве

Закрепляются приобретённые в 1 классе навыки.

Тема 5.2. Построения и перестроения:

- 1) Из колонны по 2 в колонну по 4;
- 2) Из колонны в шеренгу;
- 3) В «шахматном порядке»;
- 4) В круг (построение, сужение, расширение, продвижение по кругу);
- 5) Танцевальный рисунок «змейка» (гуляем по извилистой тропинке).

Теоретический блок: объяснение основных правил построений и перестроений, показ траектории движения по танцевальным рисункам.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 6. Упражнения на полу. 5 часов

Закрепляются и усложняются приобретенные в 1 классе навыки. Комплекс упражнений усложняется за счет увеличения повтора упражнений и темпа выполнения.

Раздел 7. Слушание музыки. 4 часа

Тема 7.1. Прослушивание музыкальных сказок, фрагментов классической и народной музыки.

Тема 7.2. Выбор выразительных движений, соответствующих темпу, характеру музыки.

Тема 7.3. Знакомство с музыкальным размером 2/4, освоение различных рисунков в рамках данного размера.

Теоретический блок: прослушивание музыкального материала, его обсуждение, рассказ о музыкальном размере 2/4.

Практический блок: подбор соответствующих движений для представленного музыкального материала, отображение хлопками сильных и слабых долей и т.д.

Раздел 8. Этюды и игры. 4 часа

Примерный перечень танцевальных этюдов и игр:

- 1) «Цирковые лошадки»
- 2) «Топотуха»
- 3) «Песенка друзей» (по методике «Зримая песня»)
- 4) «Во саду ли, в огороде...»

Теоретический блок: характеристика игры, ее название, правила, показ движений и комбинаций этюдов.

Практический блок: разучивание движений и комбинаций этюдов и игр, самостоятельное исполнение обучающимися этюдов и игр под музыку.

Раздел 9. Танцы. 4 часа

Примерный перечень массовых танцев:

- 1) «Два весёлых гуся»
- 2) «Яблочко» (для мальчиков)

Теоретический блок: показ движений и комбинаций танцев, объяснение рисунков и переходов.

Практический блок: самостоятельное исполнение обучающимися танцев.

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ – 34 ЧАСА

Программа третьего года обучения включает как движения системы музыкального движения, так и собственно танцевальные, исполняющиеся в чистом виде, на месте, с продвижением, с фиксированным положением рук и корпуса, а также с движениями рук и корпуса. В процессе занятий хореографией у обучающихся следует формировать навыки, необходимые для исполнения танцевальных движений. Особое внимание уделяется освоению универсального комплекса движений, являющихся основными элементами большинства танцевальных движений. Активизация деятельности детей осуществляется за счет развития умения общаться в паре, тройках, четверках и ансамблем. Самостоятельное использование опыта музыкально-двигательной деятельности в импровизациях способствует раскрытию индивидуальности детей, создает условия для выражения обучающимися своего отношения к музыке, движения, партнеру по танцу. Дети 3 года обучения активно растут, тело приобретает пропорции, приближённые к взрослым. Необходимо работать над укреплением мышечного корсета, следить за формированием правильной осанки.

Раздел 1. Вводное занятие. 1 час

Теория. Повторение правил поведения на уроке. Правила техники безопасности. Форма для занятий.

Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения. 5 часов

Тема 2.1. Развитие двигательных функций:

- 1) Упражнения на развитие плечевого пояса (поднятие и опускание плеч вместе и поочередно, круговые движения плечами)
- 2) Упражнения для коленных и голеностопных суставов

3) Усложнение пройденного материала во 2 классе

Тема 2.2. Упражнения для ног:

- 1) Позиции ног: Пи Ш полу выворотные;
- 2) Приседания с последующим вытягиванием на полу пальцы и обратно.

Тема 2.3. Прыжковые упражнения:

- 1) Прыжок по V позиции в сочетании с прыжком с поджатыми ногами;
- 2) «Разножка»;
- 3) Небольшие прыжковые комбинации.

Теоретический блок: рассказ и объяснение правильного выполнения упражнений.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися упражнений.

Раздел 3. Движения с предметами и игрушками. 2 часа

Использование разнообразных упражнений и импровизаций детей с различными предметами (мячи, обручи, скакалки, платочки). Предметы выступают как средство общения детей.

Теоретический блок: объяснение и показ правильного выполнения различного вида движений с предметом.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 4. Танцевальные элементы. 5 часов

Элементы танцев соединяются в различные учебные и танцевальные комбинации. Совершенствуются ранее разученные и осваиваются новые варианты.

Тема 4.1. Различные виды шагов и бега:

- 1) Шаг на полу пальцах с захлестом ноги назад;
- 2) Русский переменный ход;
- 3) Подскоки;
- 4) Бег, с выбрасыванием ног вперед («ножницы»).

Тема 4.2. Элементы бального танца:

- 1) Основной шаг танца падеграс;
- 2) Основной шаг польки.

Теоретический блок: объяснение и показ правильного выполнения шагов и бега, краткая характеристика танца падеграс и танца полька.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 5. Ориентация в пространстве. 3 часа

Тема 5.1. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Использование различных упражнений и комбинаций на развитие координации.

Тема 5.2. Построения и перестроения:

- 1) Круг в круге;
- 2) Два круга рядом;
- 3) «До-за-до» (простыми шагами).

Теоретический блок: объяснение основных правил построений и перестроений, показ траектории движения по танцевальным рисункам.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 6. Упражнения на полу. 6 часов

Комплекс партерной гимнастики включает в себя:

- 1) Упражнения для стоп;
- 2) Упражнения на развитие выворотности;
- 3) Упражнения на развитие гибкости;
- 4) Силовые упражнения для мышц живота;
- 5) Силовые упражнения для мышц спины.

Данный комплекс усложняется за счет увеличения повтора упражнений, добавляются упражнения в парах.

Раздел 7. Слушание музыки. 3 часа

Тема 7.1. Прослушивание образцов народной, классической, эстрадной музыки, в том числе музыкальные циклы, сюиты.

Тема 7.2. Формирование способности слышать двухчастную простую музыкальную форму и реагировать на нее движениями.

Тема 7.3. Знакомство с музыкальным размером 4/4.

Данный раздел проходит в форме теоретических занятий.

Раздел 8. Этюды и игры. 4 часа

Примерный перечень танцевальных этюдов и игр:

- 1) Танец по кругу «Знакомство»;
- 2) «Аэробика для Бобика»
- 3) «Песенка Синеглазки» (по методике «Зримая песня») – для девочек;
- 4) «Песенка Водяного» (по методике «Зримая песня») – для мальчиков.

Теоретический блок: характеристика игры, ее название, правила, показ движений и комбинаций этюдов.

Практический блок: разучивание движений и комбинаций этюдов и игр, самостоятельное исполнение обучающимися этюдов и игр под музыку.

Раздел 9. Танцы. 5 часов

- 1) Падеграс
- 2) Детская полька.

Теоретический блок: показ движений и комбинаций танцев, объяснение рисунков и переходов.

Практический блок: самостоятельное исполнение обучающимися танцев.

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ – 34 ЧАСА

Четвёртый год базируется на результатах предыдущих лет обучения. Дети этого возраста имеют разнообразный арсенал выразительных средств, легко ориентируются в пространстве. В процессе занятий хореографией формируется способность воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному описанию, повышается технический уровень исполнения движений, создаются танцы с сюжетно-ролевой основой с активным привлечением самих детей к творческому процессу. Занятия проводятся в основном в системе танцевальной деятельности.

Раздел 1. Вводное занятие. 1 час

Теория. Повторение правил поведения на уроке. Правила техники безопасности. Форма для занятий.

Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения. 5 часов

Тема 2.1. Постановка корпуса – проводится работа над правильной танцевальной постановкой корпуса.

Тема 2.2. Упражнения для головы – активно вводятся практически во все танцевальные элементы; придают законченность движениям и большую выразительность.

Тема 2.3. Упражнения для плеч – используются все варианты движений, выученные ранее, в новых сочетаниях.

Тема 2.4. Упражнения для рук – строятся на контрасте малой и большой амплитуды. Движения строятся по принципу от простого к сложному. Например, движения пальцами, кистями, движения от локтя и от плеча.

Тема 2.5. Упражнения для корпуса – исполняются, как и самостоятельное упражнение, так и в сочетании с движениями рук, головы, ног.

Тема 2.6. Прыжки и движения прыжкового характера – в различных ритмических рисунках и темпах; на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону; с одновременными движениями головы и рук. Исполняются по одному, в паре, ансамблем. Разная амплитуда прыжка у мальчиков и девочек.

Теоретический блок: рассказ и объяснение правильного выполнения упражнений.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися упражнений.

Раздел 3. Движения с предметами и игрушками. 1 час

Закрепляются и совершенствуются навыки исполнения движений с предшествующих классов.

Теоретический блок: объяснение и показ правильного выполнения различного вида движений с предметом.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 4. Танцевальные элементы. 6 часов

Тема 4.1. Различные виды шагов и бега:

- 1) Галоп со сменой направления;
- 2) Составление комбинаций на основе изученных видов шагов и бега.

Тема 4.2. Элементы бального танца:

- 1) Основные движения вальса;
- 2) Па полонеза (в парах по кругу).

Теоретический блок: объяснение и показ правильного выполнения шагов и бега, краткая характеристика танца вальс и танца полонез.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 5. Ориентация в пространстве. 4 часа

Тема 5.1. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Использование различных упражнений и комбинаций на развитие координации.

Тема 5.2. Построения и перестроения:

- 1) «Корзинка»;
- 2) «Улитка»;
- 3) «Шен» (простыми шагами).

Теоретический блок: объяснение основных правил построений и перестроений, показ траектории движения по танцевальным рисункам.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 6. Упражнения на полу. 5 часов

Основной комплекс партерной гимнастики усложняется за счет включения акробатических упражнений:

- 1) «Берёзка» - стойка на лопатках с поддержкой под спину;
- 2) Перекаты вперёд – назад на спине в группировке;
- 3) «Мостик» из положения лёжа на полу;
- 4) Полу шпагаты.

Теоретический блок: объяснение и показ правильного выполнения упражнений.

Практический блок: самостоятельное выполнение обучающимися.

Раздел 7. Слушание музыки. 3 часа

Тема 7.1. Использование методов активизации детей – прослушиваются законченные произведения с последующим активным обсуждением их структуры, характера и пр.

Тема 7.2. Знакомство с музыкальным размером 3/4.

Данный раздел представлен практическими занятиями.

Раздел 8. Этюды и игры. 3 часа

Примерный перечень танцевальных этюдов и игр:

- 1) «Осенний вальс» (с листочками);
- 2) Танец-игра «Русская зима»;
- 3) «Летка-енка».

Теоретический блок: характеристика игры, ее название, правила, показ движений и комбинаций этюдов.

Практический блок: разучивание движений и комбинаций этюдов и игр, самостоятельное исполнение обучающимися этюдов и игр под музыку.

Раздел 9. Танцы. 6 часов

- 1) Вальс
- 2) Полонез
- 3) «Мы маленькие дети!».

Теоретический блок: показ движений и комбинаций танцев, объяснение рисунков и переходов.

Практический блок: самостоятельное исполнение обучающимися танцев.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 КЛАСС (33 ЧАСА)

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Вводное занятие	1	Введение в предмет. Правила поведения на уроке. Техника безопасности на уроках хореографии.
2.	Подготовительно-развивающие упражнения	5	Развитие двигательных функций (движения головы, корпуса). Упражнения для ног. Прыжковые упражнения
3.	Движения с предметами и игрушками	3	Упражнения с мячами, платочками, обручами. Развитие навыков обращения с предметами в танцевальной деятельности.
4.	Танцевальные элементы	5	Изучение различного вида шагов и бега. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд и в сторону, «Гармошка», «Ковырялочка», присядка по VI позиции ног (для мальчиков)
5.	Ориентация в пространстве	3	Упражнения на ориентировку в пространстве (различать правую и левую стороны, руки, ноги, различные повороты, изучение точек класса). Построения и перестроения (свободное размещение в зале, в линии в шахматном порядке, в парах, в колонну по одному)
6.	Упражнения на полу	6	Упражнения для стоп. Упражнения на развитие выворотности. Упражнения на развитие гибкости. Силовые упражнения для мышц живота. Силовые упражнения для мышц спины.
7.	Слушание музыки	4	Прослушивание музыкальных загадок, сказок, фрагментов классической и народной музыки. Работа над восприятием характера музыки (спокойный, бодрый, весёлый, грустный и т.д.). Знакомство с понятиями «быстро» и «медленно» - темп, «тихо» и

			«громко» - динамика. Визуализация музыкального материала путем создания рисунка (либо устный рассказ о прослушанном произведении, подбор эпитетов).
8.	Этюды и игры	3	«Кузнечик» «Карусели» «Паровозик» «Птичка» «Любопытные коротышки» (по методике «Зримая песня») Примеры возможных этюдов и игр.
9.	Танцы	3	Примерный перечень массовых танцев: 1) «Как у наших у ворот» 2) «Танец весёлых утят»
ИТОГО:		33	

2 КЛАСС (34 ЧАСА)

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Введение	1	Повторение правил поведения на уроке. Правила техники безопасности. Форма для занятий.
2.	Подготовительно-развивающие упражнения	4	Развитие двигательных функций (повороты, наклоны головы и корпуса, их чередование, круговые движения головой, переводы рук из одного положения в другое). Упражнения для ног (приседание с выставлением ноги на пятку вперед, в сторону, упражнение «VПозиция – полу палец - носок» и обратно, подъем согнутой в колене ноги вверх, стопа натянута, присядка «мячик»). Прыжковые упражнения (прыжки на одной ноге, с переменной ног; прыжки с поворотами на 1/4 круга. Добавляются хлопки в ладоши вместе с прыжком).
3.	Движения с предметами и игрушками	3	Движения с мячами, обручами, цветами и пр. на музыку разного жанра и темпа; на месте и с продвижением; индивидуально, в парах или ансамблем. Игра шумовыми музыкальными

			инструментами
4.	Танцевальные элементы	5	Изучение различных видов шагов и бега (шаг на полу пальцах, приставной танцевальный шаг, танцевальный бег, боковой галоп, «бег лошадки»). Элементы русского танца (поклон в русском характере, «ковырялочка» - с тройным притопом, с поворотом, «ёлочка», хлопущки (у мальчиков)).
5.	Ориентация в пространстве	4	Упражнения на ориентировку в пространстве. Освоение танцевальных рисунков и перестроений (из колонны по 2 в колонну по 4, из колонны в шеренгу, в «шахматном порядке», в круг, «змейка».
6.	Упражнения на полу	5	Усложнение комплекса партерного экзерсиса за счет увеличения повтора упражнений и темпа выполнения.
7.	Слушание музыки	4	Прослушивание музыкальных сказок, фрагментов классической и народной музыки. Выбор выразительных движений, соответствующих темпу, характеру музыки. Знакомство с музыкальным размером 2/4, освоение различных рисунков в рамках данного размера.
8.	Этюды и игры	4	Примерный перечень танцевальных этюдов и игр: «Цирковые лошадки» «Топотуха» «Песенка друзей» (по методике «Зримая песня») «Во саду ли, в огороде...»
9.	Танцы	4	Примерный перечень массовых танцев: «Два весёлых гуся» «Яблочко» (для мальчиков)
ИТОГО:		34	

3 КЛАСС (34 ЧАСА)

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Введение	1	Повторение правил поведения на уроке.

			Правила техники безопасности. Форма для занятий.
2.	Подготовительно-развивающие упражнения	5	Развитие двигательных функций (упражнения на развитие плечевого пояса, упражнения для коленных и голеностопных суставов, усложнение пройденного материала во 2 классе). Позиции ног: Пи III полу выворотные, приседания с последующим вытягиванием на полу пальцы и обратно. Прыжковые упражнения (прыжок по V I позиции в сочетании с прыжком с поджатыми ногами, «разножка»). Небольшие прыжковые комбинации.
3.	Движения с предметами и игрушками	2	Упражнения и импровизации детей с различными предметами (мячи, обручи, скакалки, платочки). Предметы выступают как средство общения детей.
4.	Танцевальные элементы	5	Различные виды шагов и бега (шаг на полу пальцах с за хлестом ноги назад, русский переменный ход, подскоки, бег с выбрасыванием ног вперед). Элементы бального танца (основной шаг танца падеграс, основной шаг польки).
5.	Ориентация в пространстве	3	Упражнения и комбинации на развитие координации. Построения и перестроения (круг в круге, два круга рядом, «до-за-до»).
6.	Упражнения на полу	6	Комплекс партерного экзерсиса усложняется за счет увеличения повтора упражнений, добавляются упражнения в парах.
7.	Слушание музыки	3	Прослушивание образцов народной, классической, эстрадной музыки, в том числе музыкальные циклы, сюиты. Формирование способности слышать двухчастную простую музыкальную форму и реагировать на нее движениями. Знакомство с музыкальным размером 4/4.
8.	Этюды и игры	4	Примерный перечень танцевальных этюдов и игр: Танец по кругу «Знакомство»; «Аэробика для Бобика» «Песенка Синеглазки» (по методике «Зримая песня») – для девочек; «Песенка Водяного» (по методике «Зримая песня») – для мальчиков.

9.	Танцы	5	Падеграс Детская полька
ИТОГО:		34	

4 КЛАСС (34 ЧАСА)

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Введение	1	Повторение правил поведения на уроке. Правила техники безопасности. Форма для занятий.
2.	Подготовительно-развивающие упражнения	5	Постановка корпуса. Упражнения для головы, плеч, рук. Движения строятся по принципу от простого к сложному. Например, движения пальцами, кистями, движения от локтя и от плеча. Упражнения для корпуса – исполняются, как и самостоятельное упражнение, так и в сочетании с движениями рук, головы, ног. Прыжки и движения прыжкового характера.
3.	Движения с предметами и игрушками	1	Закрепляются и совершенствуются навыки исполнения движений с предшествующих классов.
4.	Танцевальные элементы	6	Различные виды шагов и бега (галоп со сменой направления, составление комбинаций на основе изученных видов шагов и бега). Элементы бального танца (основные движения вальса, па полонеза).
5.	Ориентация в пространстве	4	Использование различных упражнений и комбинаций на развитие координации. Построения и перестроения («корзинка», «улитка», «шен»).
6.	Упражнения на полу	5	Основной комплекс партерной гимнастики усложняется за счет включения акробатических упражнений («берёзка», перекаты вперёд – назад на спине в группировке, «мостик» из положения лёжа на полу, полу шпагаты.
7.	Слушание музыки	3	Прослушивание законченных произведений с последующим активным обсуждением их структуры, характера и пр. Знакомство с музыкальным размером

			3/4.
8.	Этюды и игры	3	Примерный перечень танцевальных этюдов и игр: «Осенний вальс» (с листочками); Танец-игра «Русская зима»; «Летка-енка».
9.	Танцы	6	Вальс Полонез «Мы маленькие дети!»
ИТОГО:		34	

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В области предметных результатов:

- ✓ Знать основы стилевых систем танца (русского народного, бального и детского танцев);
- ✓ Воспроизводить ритмический рисунок;
- ✓ Концентрировать внимание;
- ✓ Иметь запас танцевальных движений и уметь с их помощью передавать характер музыки.

В области метапредметных результатов:

- ✓ Иметь представления о различных направлениях хореографии
- ✓ Знать о нормах поведения на уроке хореографии, сцене и в зрительном зале
- ✓ Иметь навыки общения, контактности и доброжелательности при решении творческих задач
- ✓ Иметь интерес к культурным традициям и мероприятиям

В области личностных результатов:

- ✓ Самостоятельно ориентироваться в мире танцевальной эстетики
- ✓ Позитивно оценивать свои танцевальные способности и навыки
- ✓ Быть ориентированным на успех
- ✓ Сформирована основа духовно-нравственных ценностей.

К концу курса программы внеурочной деятельности «Хореография» обучающиеся должны:

знать:

- характер музыки;
- виды темпа;
- музыкальные размеры $2/4$, $4/4$, $3/4$
- правила построения танцевальных рисунков;
- положения рук;
- позиции ног (I, II прямые и полувыворотные, III полувыворотная, VI);
- положения рук (основные и характерные для русского народного и бальных танцев);
- правила построения корпуса;

уметь:

- точно реагировать на изменения метро-ритмических характеристик музыкального материала;

- вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- ориентироваться в музыкальном зале;
- правильно исполнять различные виды танцевальных шагов и бега;
- выполнять элементы русского народного, бальных танцев;
- самостоятельно исполнять любое танцевальное движение и комбинацию;
- исполнять комплекс партерного экзерсиса;
- взаимодействовать в парах, в коллективе;
- выполнять различные построения и перестроения.

ФОРМЫ И ВИДЫ КОНТРОЛЯ

Формы подведения итогов реализации программы:

- публичное выступление;
- выступления на школьных традиционных праздниках.

Способы проверки программы внеурочной деятельности:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в праздниках, конкурсах;
- качественное исполнение танцевальных движений, этюдов и танцев;
- общий эстетический вид исполнения;
- овладение как техникой, манерой исполнения, так и культурой общения.

Виды контроля:

- 1) Рубежный – по результатам I полугодия.
- 2) Итоговый – в конце учебного года.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методическое обеспечение	Дидактическое обеспечение
Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки от 06 октября 2009 года № 373	Картинки с изображениями, соответствующими названиям танцев, танцевальных элементов и т.д.
Примерная программа внеурочной деятельности, Начальное и основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев,	Различные предметы, необходимые для выполнения танцевальных элементов (скакалки, обручи, мячи, игрушки, платочки

Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2010 г.	и др.)
Программа работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста «Ритмика и танец», И.Э. Бриске, доцент кафедры искусства балетмейстерства ЧГАКИ, Челябинск, 2013 г.	Шумовые инструменты
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области музыкального искусства «Ритмика» (5-летний срок обучения), ГБОУ ДПО «УМЦ по образованию и повышению квалификации работников культуры и искусства Челябинской области», Челябинск, 2014 г.	
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области музыкального искусства «Танец» (5-летний срок обучения), ГБОУ ДПО «УМЦ по образованию и повышению квалификации работников культуры и искусства Челябинской области», Челябинск, 2014 г.	
«Ритмика в детской музыкальной школе», Г.С. Франио, «ПРЕСС-СОЛО», Москва, 1997 г.	
«Танцевальная ритмика для детей», выпуск 4, Т.И. Суворова	
Воронина И. Историко-бытовой танец: Учебное пособие. – М.: Искусство, 1980. – 128 с., ил.	
О.Н. Калинина Дополнительная парциальная программа по хореографии для детей раннего и дошкольного возраста (1,5-6 (7)лет) «Прекрасный мир танца». – Х.: Вировець А.П. «Апостроф», 2012. – 104 с.	
О.Н. Калинина «Если хочешь воспитать успешную личность – научи ее танцевать» Практическое пособие по хореографии для детей раннего и дошкольного возраста. Ч.І.	

– Харьков, ЦТ №1, 2013. – 84 с.	
Ш.З. Гусак, А.И. Кондратьев, Б.Я. Лурье «Музыка на уроке гимнастики». – М.: Физкультура и спорт, 1953. – 158 с.	
Н.А. Терентьева Историко-бытовой танец.: учебно-методическое пособие для студентов учебных заведений, педагогов школ искусств, руководителей хореографических коллективов. – Челябинск, 2013. – 216 с.	
Т.Б. Нарская «Историко-бытовой танец» Ч.П. – Челябинск, 2002. – 70 с.	

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	количество
актовый зал (зеркала, танцевальные станки)	1
магнитофон	1
набор фонотеки, диски DVD	1
набор видеозаписей	1
компьютер	1
Гимнастические коврики	8

Аудио- и видеоресурсы	Электронно-образовательные и интернет-ресурсы
Аудио сборники для занятий по «Ритмике», «Народно-сценическому танцу» и «Историко - бытовому танцу», сборник детских песен. Видеозаписи концертных номеров знаменитых ансамблей танца (Ансамбль танца И. Моисеева, «Берёзка», «Урал» и др.), а также фрагменты из фильмов, где показаны балы.	<ol style="list-style-type: none"> 1. http://dancehelp.ru/ 2. http://www.horeograf.com 3. http://uchkopilka.ru 4. http://nsportal.ru/ 5. www.secret-terpsihor.com.ua 6. http://mp3tales.info

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН курса «Хореография» 1 класс

№	Тема занятия, раздела	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся	Дата занятия	
				План	Факт
Тема 1. Вводное занятие – 1 час					
1	Введение в предмет. Правила поведения на уроке. Техника безопасности на уроках хореографии.	1	Знать значение слова «хореография», основные правила поведения и техники безопасности на уроках.		
Тема 2. Подготовительно-развивающие упражнения – 5 часов					
2	Упражнения для головы и корпуса	1	Знать основные упражнения, способствующие развитию тела, основные положения рук и позиции ног. Уметь выполнять повороты и наклоны головы, корпуса; большие и маленькие приседания, различные виды прыжков.		
3	Упражнения для рук и плечевого пояса	1			
4	Позиции ног	1			
5	Различные приседания и вытягивания ног	1			
6	Прыжковые упражнения	1			
Тема 3. Движения с предметами и игрушками – 3 часа					
7	Работа с мячом	1	Уметь работать с предметами под музыку (катать, покачивать, передавать друг другу и т.д).		
8	Движения с обручем	1			
9	Работа с платочком (у девочек)	1			
Тема 4. Танцевальные элементы – 5 часов					
10	Бытовой и танцевальный шаг	1	Знать отличия бытового и танцевального шагов, уметь их исполнять. Знать характеристику русского народного танца, название основных движений («ковырялочка», «гармошка», присядка), уметь их исполнять.		
11	Шаг на пятках и на наружном своде стопы	1			
12	Вынос ноги на каблук вперёд и в сторону	1			
13	«Ковырялочка»	1			
14	«Гармошка» - для девочек, присядка по VI позиции ног – для мальчиков	1			
Тема 5. Ориентация в пространстве – 3 часа					
15	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Знать точки плана класса. Уметь различать правую и левую стороны; выполнять различные построения и перестроения (в линии в шахматном порядке, в		
16	Построения	1			
17	Перестроения	1			

			пары и т.д.)		
Тема 6. Упражнения на полу – 6 часов					
18	Упражнения для стоп	1	Знать названия упражнения всего комплекса («Клювики-утюжки», «бабочка», «коробочка», «самолётик»), правила их выполнения. Уметь выполнять комплекс упражнений.		
19	Упражнения на развитие выворотности	1			
20	Упражнения на развитие гибкости (сидя)	1			
21	Упражнения на развитие гибкости (лёжа)	1			
22	Силовые упражнения для мышц живота	1			
23	Силовые упражнения для мышц спины	1			
Тема 7. Слушание музыки – 4 часа					
24	Прослушивание музыкального материала	1	Знать и понимать понятия темп, динамика, характер музыкального произведения. Уметь выполнять движения в различных темпах, передавать характер музыки телом и словом.		
25	Работа над восприятием характера музыки	1			
26	Темп и динамика музыки	1			
27	Визуализация музыкального материала	1			
Тема 8. Этюды и игры – 3 часа					
28	«Кузнечик»	1			
29	«Паровозик»	1			
30	«Любопытные коротышки»	1			
Тема 9. Танцы – 3 часа					
31	«Как у наших у ворот»	1	Знать основные движения танцев. Уметь исполнять массовые танцы самостоятельно, в парах, в коллективе.		
32	«Как у наших у ворот»	1			
33	«Танец весёлых утят»	1			

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН курса «Хореография» 2 класс

№	Тема занятия, раздела	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся	Дата занятия	
				План	Факт
Тема 1. Вводное занятие – 1 час					
1	Повторение правил поведения на уроке. Правила техники безопасности. Форма для занятий.	1	Знать правила поведения и техники безопасности на уроках хореографии; требования к форме одежды для занятий.		
Тема 2. Подготовительно-развивающие упражнения – 4 часа					
2	Упражнения для головы, корпуса и рук	1	Уметь выполнять упражнения для головы, рук, корпуса, ног,		
3	Упражнения для ног	1			

	(приседания)		исполнять различные виды прыжков. Знать комбинации прыжков.		
4	Упражнения для ног (поднятие)	1			
5	Прыжковые упражнения	1			
Тема 3. Движения с предметами и игрушками – 3 часа					
6	Работа с предметами под музыку разного жанра и темпа	1	Уметь работать с предметами под музыку самостоятельно и в парах, передавать характер музыки через движения предметом, играть шумовыми инструментами.		
7	Работа с предметами индивидуально и в парах, на месте и с продвижением	1			
8	Игра шумовыми музыкальными инструментами	1			
Тема 4. Танцевальные элементы – 5 часов					
9	Шаг на полу пальцах и приставной танцевальный шаг	1	Знать названия шагов и бега; значение движений русского поклона, название движений русского народного танца. Уметь исполнять шаги, бег, галоп; самостоятельно исполнить под музыку русский поклон, «ковырялочку», «ёлочку», хлопушки.		
10	Танцевальный бег, боковой галоп, «бег лошадки»	1			
11	Поклон в русском характере	1			
12	«Ковырялочка» с тройным притопом; с поворотом	1			
13	«Ёлочка» - для девочек, хлопушки – для мальчиков	1			
Тема 5. Ориентация в пространстве – 4 часа					
14	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Знать порядок учебных комбинаций на ориентировку в пространстве; правила построения танцевальных рисунков. Уметь держать танцевальные рисунки, выполнять различные построения и перестроения.		
15	Упражнения на ориентировку в пространстве	1			
16	Перестроения из колонны по 2 в колонну по 4, из колонны в шеренгу	1			
17	Танцевальные рисунки: круг, «змейка»	1			
Тема 6. Упражнения на полу – 5 часов					
18	Упражнение для стоп «клювики-утюжки»	1	Знать названия упражнений комплекса партерной гимнастики, назначения этих упражнений и правила их исполнения. Уметь выполнять комплекс.		
19	Упражнения на развитие выворотности «бабочка», «лягушка»	1			
20	Упражнения на развитие гибкости «складочка»,	1			

	«коробочка»				
21	Силовое упражнение для мышц живота «уголок»	1			
22	Силовые упражнения для мышц спины: «рыбка», «самолётик», «лодочка»	1			
Тема 7. Слушание музыки – 4 часа					
23	Прослушивание музыкальных сказок, фрагментов классической и народной музыки.	1	Знать музыкальный размер 2/4, рисунки в рамках размера. Уметь выполнять образные движения под музыку.		
24	Выбор выразительных движений, соответствующих музыке	1			
25	Музыкальный размер 2/4	1			
26	Рисунки в рамках размера 2/4	1			
Тема 8. Этюды и игры – 4 часа					
27	«Цирковые лошадки»	1	Знать порядок этюдов и игр. Уметь исполнять соответствующие игре движения.		
28	«Топотуха»	1			
29	«Во саду ли в огороде...»	1			
30	«Песенка друзей»	1			
Тема 9. Танцы – 4 часа					
31	«Два весёлых гуся» (основные движения и комбинации)	1	Знать основные движения танцев. Уметь исполнять массовые танцы самостоятельно, в парах, в коллективе.		
32	«Два весёлых гуся» (рисунки и перестроения)	1			
33	«Яблочко» (основные движения и комбинации)	1			
34	«Яблочко» (рисунки и перестроения)	1			

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН курса «Хореография» 3 класс

№	Тема занятия, раздела	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся	Дата занятия	
				План	Факт
Тема 1. Вводное занятие – 1 час					
1	Принятие правил поведения в группе. Знакомство с целями и задачами на год. Повторение правил поведения на уроках	1	Знать правила поведения и техники безопасности на уроках хореографии; требования к форме одежды для занятий.		
Тема 2. Подготовительно-развивающие упражнения – 5 часов					
2	Упражнения для	1	Знать основные		

	плечевого пояса		упражнения для		
3	Упражнения для коленных и голеностопных суставов	1	плечевого пояса, коленных и голеностопных суставов,		
4	II и III полувыворотные позиции ног	1	позиции ног. Уметь выполнять различные		
5	Прыжки с поджатыми ногами	1	виды прыжков.		
6	Прыжок «разножка»	1			
Тема 3. Движения с предметами и игрушками – 2 часа					
7	Упражнения с предметами	1	Знать значение понятия «импровизация». Уметь		
8	Импровизации с предметами под музыку	1	работать с предметами под музыку.		
Тема 4. Танцевальные элементы – 5 часов					
9	Шаг на полу пальцах с захлестом ноги назад, русский переменный ход	1	Знать названия и правила исполнения шагов. Уметь		
10	Поскоки, бег с выбрасыванием ног вперёд	1	исполнять различные виды шагов под музыку.		
11	Основной шаг танца падеграс	1			
12	Основной шаг польки вперёд	1			
13	Шаг польки в повороте	1			
Тема 5. Ориентация в пространстве – 3 часа					
14	Упражнения и комбинации на развитие координации	1	Знать порядок учебных комбинаций, правила построения танцевальных		
15	Построения: к руг в круге, два круга рядом	1	рисунков. Уметь выполнять различные		
16	Перестроение «до-за-до»	1	построения и перестроения.		
Тема 6. Упражнения на полу – 6 часов					
17	Упражнение для стоп «клювики-утюжки»	1	Знать названия упражнений комплекса		
18	Упражнения на развитие выворотности «бабочка», «лягушка»	1	партерной гимнастики, назначения этих		
19	Упражнения на развитие гибкости «складочка», «коробочка»	1	упражнений и правила их исполнения. Уметь		
20	Силовое упражнение для мышц живота «уголок»	1	выполнять комплекс.		
21	Силовое упражнение для мышц живота – поднятие и опускание прямых ног	1			
22	Силовые упражнения для мышц спины:	1			

	«рыбка», «самолётик», «лодочка»				
Тема 7. Слушание музыки – 3 часа					
23	Прослушивание образцов народной, классической, эстрадной музыки	1	Знать музыкальный размер 4/4. Уметь распознавать части в музыкальном произведении.		
24	Двухчастная простая музыкальная форма	1			
25	Музыкальный размер 4/4	1			
Тема 8. Этюды и игры – 4 часа					
26	Танец по кругу «Знакомство»	1	Знать порядок этюдов и игр. Уметь исполнять соответствующие игре движения.		
27	«Аэробика для Бобика»	1			
28	«Песенка Синеглазки» - для девочек	1			
29	«Песенка Водяного» - для мальчиков	1			
Тема 9. Танцы – 5 часов					
30	Падеграс (основные движения в парах)	1	Знать основные движения танцев. Уметь исполнять массовые танцы самостоятельно, в парах, в коллективе.		
31	Падеграс (рисунки и перестроения)	1			
32	Детская полька (основные движения и комбинации)	1			
33	Детская полька (работа в парах, рисунки и перестроения)	1			
34	Детская полька (закрепление танца)	1			

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН курса «Хореография» 4 класс

№	Тема занятия, раздела	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся	Дата занятия	
				План	Факт
Тема 1. Вводное занятие – 1 час					
1	Правила поведения и техники безопасности на уроках. Форма для занятий.	1	Знать правила поведения и техники безопасности, требования к одежде для занятий.		
Тема 2. Подготовительно-развивающие упражнения – 5 часов					
2	Постановка корпуса – основные правила	1	Знать правила постановки корпуса. Уметь исполнять упражнения для головы, плеч, рук и корпуса, различные прыжки под музыку.		
3	Постановка корпуса – закрепление навыков	1			
4	Упражнения для головы, плеч, рук и корпуса	1			

5	Прыжки и движения прыжкового характера на месте	1			
6	Прыжки и движения прыжкового характера с продвижением	1			
Тема 3. Движения с предметами и игрушками – 1 час					
7	Упражнения и импровизации с предметами под музыку	1	Уметь импровизировать с предметом под музыку, передавать характер музыки.		
Тема 4. Танцевальные элементы – 6 часов					
8	Галоп со сменой направления	1	Знать порядок учебных комбинаций на основе изученных шагов и бега, название движений вальса и полонеза. Уметь самостоятельно и под музыку исполнять основные вальсовые движения и па полонеза.		
9	Комбинации на основе различных видов шагов и бега	1			
10	Основные движения вальса (вальсовая дорожка вперед и назад, па балансе в парах, обоюдный поворот)	1			
11	Основные движения вальса (правый поворот, квадрат)	1			
12	Па полонеза	1			
13	Па полонеза (повторение)	1			
Тема 5. Ориентация в пространстве – 4 часа					
14	Упражнения и комбинации на развитие координации	1	Знать порядок учебных комбинаций, правила построения танцевальных рисунков. Уметь выполнять различные построения и перестроения.		
15	«Корзинка»	1			
16	«Улитка»	1			
17	«Шен»	1			
Тема 6. Упражнения на полу – 5 часов					
18	Основной комплекс партерной гимнастики	1	Знать названия упражнений комплекса партерной гимнастики, назначения этих упражнений и правила их исполнения. Уметь выполнять комплекс.		
19	Основной комплекс партерной гимнастики	1			
20	«Берёзка»	1			
21	«Мостик» из положения лёжа	1			
22	Полу шпагаты	1			
Тема 7. Слушание музыки – 3 часа					
23	Прослушивание и обсуждение музыкальных произведений	1	Знать музыкальный размер 4/4. Уметь давать характеристику музыкальному произведению.		
24	Прослушивание и	1			

	обсуждение музыкальных произведений				
25	Музыкальный размер 3/4	1			
Тема 8. Этюды и игры – 3 часа					
26	«Осенний вальс» с листочками	1	Знать порядок этюдов и игр. Уметь исполнять соответствующие игре движения.		
27	Танец-игра «Русская зима»	1			
28	«Летка-енка»	1			
Тема 9. Танцы – 6 часов					
29	Вальс (основные движения в парах)	1	Знать основные движения танцев. Уметь исполнять массовые танцы самостоятельно, в парах, в коллективе.		
30	Вальс (рисунки и перестроения)	1			
31	Полонез (основные движения и работа в парах)	1			
32	Полонез (рисунки и перестроения)	1			
33	«Мы маленькие дети!!!» (1 часть)	1			
34	«Мы маленькие дети!!!» (2 часть)	1			

