

Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного образования Ненецкого автономного округа  
«Детско-юношеский центр «Лидер»

Принята на заседании  
педагогического совета  
протокол № 7/8  
от 31.05 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ  
И.о. директора ГБУ ДО НАО  
«ДЮЦ «Лидер»  
О.В. Плесовских  
«31» мая 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
в области искусств  
«Ритмопластика»**

возраст учащихся 5 - 7 лет  
срок реализации программы - 1 год  
количество часов - 74  
ID- номер программы в Навигаторе - 432

Педагоги дополнительного образования:  
Гареева Маргарита Александровна

г. Нарьян-Мар  
2024 г.

## Содержание

Паспорт Программы.....	3
Пояснительная записка.....	4
Режим учебного процесса.....	6
Учебный план.....	7
Календарный учебный график.....	8
Содержание изучаемого курса.....	9
Планируемые результаты.....	10
Формы текущего контроля и промежуточная аттестация.....	11
Материально-техническое обеспечение Программы.....	12
Список литературы и электронных информационных ресурсов.....	13

## Паспорт Программы

Ф.И.О. автора	Гареева Маргарита Александровна
Полное наименование учреждения	Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования Ненецкого автономного округа «Детско-юношеский центр «Лидер»
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Продолжительность реализации программы	1 год
Объём часов по годам обучения	74
Возраст обучающихся	5-7 лет
Цель программы	Приобщение ребёнка к танцевальному искусству, развитие мотивации к творчеству, формирование высоких духовных качеств и эстетики поведения средствами танцевального искусства
Сроки реализации программы	2024-2025 учебный год

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования детей Ненецкого автономного округа «Детско-юношеский центр «Лидер» «Патриотическое воспитание средствами хореографического искусства студия «Ритмопластика» (далее - Программа) разработана и составлена в соответствии с учетом основных положений и требований нормативно-правовых актов и законодательства в сфере образования:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года (с изменениями, внесенными Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в РФ по вопросам воспитания обучающихся» ст.2п.9; с изменениями, вступившими в силу 25.07.2022;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022г. № 678-р);

- Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09 2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

- Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.01 2021 года №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (рзд.6. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утв. на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол №3);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 №882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ».

- Устав государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Ненецкого автономного округа «Детско-юношеский центр «Лидер» (далее- Учреждение);

- Локальные акты Учреждения.

*Направленность Программы* - художественная.

*Уровень освоения* - ознакомительный.

*Актуальность Программы* заключается в психологическом раскрепощении ребёнка, развитии творческих способностей, совершенствовании коммуникативных навыков и обогащении эмоциональной сферы. Занятия ритмопластикой способствуют осознанному изучению танцевального языка и средств выразительности через игровую форму, а также развивают музыкально-ритмические способности и содействуют эстетическому, нравственному и патриотическому воспитанию.

*Воспитательная работа.* Программа помогает детям развивать личность, определять своё место в обществе и социализироваться на основе культурных, духовных и нравственных ценностей, а также общепринятых правил поведения. Занятия позволяют детям общаться, учиться применять правила поведения и закреплять полученные знания.

*Язык реализации Программы* - русский.

*Цель* - содействие всестороннему развитию личности дошкольника, формирование творческих способностей и развитие ребёнка, совершенствование двигательных умений и навыков.

*Задачи:*

научить применять в повседневной жизни полученные знания в области хореографического искусства;

научить согласовывать действия с музыкой и образом;

научить анализировать танцевальную деятельность;

развивать музыкальность (чувства ритма, музыкальную память);

развивать двигательные качества и умения (точности, координации движений, гибкости, пластичности);

развивать творческие способности и потребности в самовыражении двигаясь под музыку;

развивать внимание, собранность, целеустремлённость, работоспособность, коллективизм, уверенности в себе и коммуникативной активности;

укрепить здоровье детей;

обогатить яркими образными движениями, создать условия для эмоциональной разрядки и рождения творческого воображения.

*Программа разработана* на один год обучения, 74 часа.

## Режим учебного процесса

Срок освоения программы	Количество обучающихся в группе	Количество часов в неделю	Возраст обучающихся
1 год обучения	12-15	2 часа	5-7 лет

## Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
1	Введение в программу	1		1	практическое задание
2	Ритмика	2	16	18	контрольное занятие
3	Партерная гимнастика	2	16	18	зачёт
4	Пальчиковая гимнастика		12	12	зачёт
5	Игровые технологии	1	11	12	развлечение
6	Азбука танца	1	11	12	практическое задание
7	Итоговое занятие		1	1	тестирование
Итого:		7	67	74	

## Календарный учебный график

№ п/п	Название раздела, темы	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Часов в год
1	Введение в программу	1									1
2	Ритмика	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
3	Партерная гимнастика	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
4	Пальчиковая гимнастика	1	1	1	1	1	1	2	2	2	12
5	Игровые технологии	2	2	2	1	1	1	1	1	1	12
6	Азбука танца	2	2	2	2	2	2	2	2	2	12
7	Итоговое занятие									1	1
Итого:		74									



## Содержание изучаемого курса

№	Тема	Краткое содержание занятий, методы обучения
1.	Введение в программу	Знакомство. Инструктаж по технике безопасности. Обговаривание тематических, запланированных мероприятий на учебный год
2.	Ритмика	Раздел «Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представление о выразительных средствах музыки, развитие чувства ритма, умение ориентироваться в пространстве, определять характер музыки, умение согласовать музыку с движением
3.	Партерная гимнастика	Правила положения корпуса на полу. Правильность выполнения упражнений, практика: Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела; Упражнение «лодочка»; Упражнение «кошечка»; Блок упражнений на растяжку; Упражнение на пресс «рыбка»; Упражнение «кузнечик»; Упражнение «бабочка»; Упражнение на корректировку осанки. Комплекс упражнений партерной гимнастики
4.	Пальчиковая гимнастика	Пальчиковая гимнастика проводится в игровой форме. Помогает в развитии речи. Повышает работоспособность. Развивает у ребенка психические процессы: мышление, внимание, память, воображение. Снимает тревожность
5.	Игровые технологии	Сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры для создания доверительных отношений в группе, игры направлены на развитие внимания ребенка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Пропоем, прохлопаем любимую мелодию», «Я в музыке услышу кто ты, что ты», «Музыкальный теремок», «Игры на развитие актерского мастерства». Игровые задания с использованием строевых упражнений, заданий на координацию движений типа «веселые задачи», с «включением» (напряжением) и «выключением» (расслаблением) звеньев тела; «Змейка», «Иголка и нитка», «Пройди бесшумно», «Тройка», «Раки», «Через холодный ручей», «Петрушка на скамейке», «Не урони мешочек», «Конники-спортсмены», «Запрещенное движение», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», «Кузнечики», «Парашютисты», «Медвежата за медом», «Увертывайся от мяча», «Гонки мячей по кругу», «Догонялки на марше», «Альпинисты», эстафеты (типа: «Веревочка под ногами», «Эстафета с обручами»)
6.	Азбука танца	Танцевальные элементы: танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки; реверанс для девочек, реверанс для мальчиков; танцевальные этюды с элементами актерского мастерства
7.	Итоговое занятие	Итоговое тестирование, открытое мероприятие, творческий отчет за учебный год

## Планируемые результаты

Данная Программа предполагает следующие результаты:

- научатся применять в повседневной жизни полученные знания в области хореографического искусства;
- научатся согласовывать действий с музыкой и образом;
- научатся анализировать танцевальную деятельность;
- разовьют музыкальность (чувства ритма, музыкальную память);
- разовьют двигательные качества и умения (точности, координации движений, гибкости, пластичности);
- разовьют творческие способности;
- разовьют внимание, собранность, целеустремлённость, работоспособность, коллективизм, уверенности в себе и коммуникативной активности;
- укрепят здоровье детей.

## Формы текущего контроля и промежуточная аттестация

Вид контроля	Форма контроля	Сроки контроля
Входной контроль	Выполнение практических заданий	Сентябрь
Промежуточный контроль	Выполнение практических заданий	Декабрь Май
Итоговая аттестация	Выполнение практических заданий	По окончании обучения всего периода обучения по Программе

## Материально-техническое обеспечение

№	Наименование	Количество
1.	Колонка	1
2.	Стол письменный	1
3.	Стул взрослый	2
4.	Ноутбук	1
5.	Монитор компьютерный	1
6.	Гимнастический коврик	12
7.	Скакалки	12
8.	Сценический танцевальный костюм	100

## Список литературы и электронных информационных ресурсов

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца - М.: Искусство, 1964.
2. Буренина А. Ритмическая мозаика - СПб, 2000.
3. Ваганова А. Основы классического танца - М.: Искусство, 1963.
4. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала- Учеб. Пособие для студ. Вузов культуры и искусств - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003.
5. Ерохина О. Школа для детей - Ростов-на-Дону, 2003.
6. Организация студийных форм работы любительского художественного коллектива. Методические рекомендации.- М.: Издательство ИМХО, 2004.
7. Пуртова Т., Беликова А., Кветная О. Учите детей танцевать - М.: «Владос», 2004.
8. <http://mariinsky.tv>
9. <http://www.horeograf.com/knigi>
10. <http://video-dance.ru/>
11. <http://dannce.ru/swing/rock-and-roll/>
12. <http://need4dance.ru/>