Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Районный центр внешкольной работы»

РАССМОТРЕНА:	ПРИНЯТА:	УТВЕРЖДЕНА:
на заседании методического совета	на заседании педагогического совета	Приказом МБУДО «РЦВР»
Протокол №1 от 27.08.2024 г.	Протокол №1 от 28.08.2024 г.	№181 от 30.08.2024 г.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Ритмопластика» детского объединения «Грация»

Срок реализации программы 2 года
Адресат программы: дети 5 – 7 лет

Автор программы:
Полякова Элла Александровна,
педагог дополнительного образования

п. Белореченский, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка……..	3
2	Ожидаемые результаты освоения программы…….	5
3	Учебный план…….	5
4	Содержание программы…….	7
4	Методическое обеспечение программы……...	12
5	Материально-техническое обеспечение программы.....	13
6	Календарный учебный график……..	13
6	Оценочные материалы……	14
7	Список литературы…….	14

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Как и всякое искусство, танец доставляет ни с чем не сравнимое удовольствие. Именно в танце можно познать свой дух и свое тело и выразит все свои чувства. Танцующий человек стремится выразить свои настроения и эмоции в пластически красивой и эстетической совершенной форме. Свобода и легкость движений, красота и пластичность радуют и танцоров, и зрителей. И само обучение танцу является активным творческим процессом. Преодолевая трудности, тренируя тело и осваивая лексику танца, человек познает красоту танцевального творчества. Мы живем на рубеже веков - и в танце тоже отражается веяние времени.

Танцевальное искусство делает жизнь ярче и праздничнее.

Именно в танце человек получает возможность познать дух своего народа, ощутить пластику своего тела, наиболее полно выразить свои чувства. Танец во все времена был средством выражения настроения и эмоций в пластически красивой и эстетически совершенной форме. Все, что люди не могли сказать словами, они стремились передать в танце.

Свобода и легкость, красота и пластичность танцевальных движений доставляют радость танцорам и восхищают зрителей.

Программа «Ритмопластика» является музыкально-ритмическим психотренингом для детей, развивающим внимание и память, волю, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленных также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, особенности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и сознательного владения телом.

Данная программа является адаптированной и составлена на основе образовательных программ:

- Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – СПб.: Ленинградский областной институт образования, 2000;
- «Ритмика и бальные танцы» под редакцией Е.И. Мошковой, рекомендованную Управлением общего среднего образования Министерства общего и профессионального образования РФ, 1997.

Актуальность программы

Танцевальная гимнастика, ритмические упражнения являются необходимыми элементами для освоения танца, помогают обучающимся приобрести навыки легкости, грациозности, избавить от тяжеловесности и скованности.

Танцы - это наиболее яркая и эмоциональная часть любого мероприятия. Здесь каждый может блеснуть пластикой и грацией, умением двигаться. Не последнюю роль играет и желание выделиться, проявить свои способности. Но самым главным, конечно же, является стремление танцевать.

Кроме того, ритмические движения и музыка воздействуют на состояние здоровья человека.

Новизна программы

Учебный материал программы концентрируется вокруг блоков, каждый из которых включает в себя доступный и интересный по своему содержанию. В программу включены детские танцы, партерная гимнастика, психогимнастика. Программный материал составлен с учетом возрастных особенностей детей и уровня их первоначальной подготовки.

Цели и задачи программы

Цель: укрепление физического и психического здоровья детей через обучение правильным красивым движением в танце.

Задачи:

1. **Образовательные**:

- познакомить обучающихся с танцами народов мира, классическими, современными, игровыми;
- выработать правильную осанку и постановку корпуса;
- познакомить с позициями ног и рук, основными ориентирами в пространстве.

2. Воспитательные:
- развивать художественные способности обучающихся;
- способствовать привитию обучающимся любови к танцам, музыке, хореографическому искусству.

3. **Развивающие:**
- развивать фантазию и образное мышление.

Основные характеристики образовательного процесса

Возраст обучающихся: программа рассчитана на работу с детьми дошкольного возраста 5 - 7 лет.

Дети, пришедшие в коллектив, поступают в свою возрастную группу и обучаются по программе, согласно своему возрасту и уровню физической подготовки, который определяется с помощью тестирования при поступлении.

Наполняемость групп 10 - 12 человек.

Сроки реализации: программа рассчитана на 2 года обучения

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу.

Длительность одного учебного занятия 30 мин.

Продолжительность образовательного процесса - 36 учебных недель (начало занятий 1 сентября, завершение 31 мая.

Объем учебных часов по программе: 72 часа

Формы обучения: очная

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты:
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Метапредметные результаты:
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

Предметные результаты:

1 год обучения:

будут знать:
- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

будут уметь:
- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;

- выполнять элементы партерной гимнастики.

2 год обучения:

будут знать:

- начало и конец музыкального вступления;
- названия новых танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре.

будут уметь:

- откликаться на динамические оттенки в музыке;
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- реагировать на музыкальное вступление;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- давать характеристику музыкальному произведению;
- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Формы аттестации контроля
			Теория	Практика	
1 год обучения					
1	1.Ритмические упражнения (партерная гимнастика): а) различные прыжки, б) поскоки на месте и в продвижении, в) галоп, повороты г) упражнения на координацию рук, д) пластика тела, рук	20	2	18	Тест 1
2	2. Принципы ориентации в зале: 1)Направления шага. 2)Линия танца. 3)Центр зала. 4)Диагонали. 5)Точки	8	2	6	Наблюдение
3	3. Перестроения для танцев: 1) «линии» 2)«хоровод», 3)«круг».	8	2	6	Наблюдение
4	4. Разучивание танцевальных элементов, Диско-танцы, основы исполнения отечественной программы б.т.:	16	4	12	Тест2

	разучивание и отработка схем основных шагов и элементов танца («Ге-Варе-Ре», «Раз, два, три, на носочки», «Полька», «Диско мозайка») Эстетика поведения в паре. а)Поклоны как приветствие, прощание, представление танцора, пары, коллектива. б)Поклоны в паре с поворотом под рукой				
5	5. Психогимнастика. (Игроритмика) Сюжетно-ролевые игры под музыку.	10	3	7	Наблюдение
6	6. Постановка и отработка композиций. Работа в паре.	10	3	7	Тест1, тест2
Всего первый год обучения		**72**	**16**	**56**	
2 год обучения					
1	1. Ритмические упражнения (партерная гимнастика): а) различные прыжки, б) поскоки на месте и в продвижении, в) галоп, повороты г) упражнения на координацию рук, д) пластика тела, рук	20	2	18	Тест1
2	2.Принципы ориентации в зале: 1)Направления шага. 2)Линия танца. 3)Центр зала. 4)Диагонали. 5)Точки	8	2	6	Наблюдение
3	3. Перестроения для танцев: 1) «линии» 2)«хоровод», 3) «шахматы», 4) «змейка», 5) «круг».	8	2	6	Наблюдение
4	4. Разучивание танцевальных элементов,	18	4	14	Тест2

	Диско-танцы, основы исполнения отечественной программы б.т.: разучивание и отработка схем основных шагов и элементов танца («Ге-Варе-Ре», «Круг друзей», «Полька», «Диско мозайка») Эстетика поведения в паре. а)Поклоны как приветствие, прощание, представление танцора, пары, коллектива. б)Поклоны в паре с поворотом под рукой				
5	5. Психогимнастика. (игроритмика) Сюжетно-ролевые игры подмузыку.	8	2	6	Наблюдение
6	6. Постановка и отработка композиций. Работа в паре.	10	2	8	Тест1,тест2
Всего второй год обучения		**72**	**14**	**58**	
Всего		**144**	**330**	**114**	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

1. **Ритмические упражнения (работа по диагонали, по кругу, на середине)**

Изучение шагов, притопов, хлопков, прыжков в такт музыке - одиночное исполнение, сериями. Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке. Изучение простых движений , исполняемых за такт музыки.

а) основные виды шагов и бега;

б) основные виды прыжков;

в) разнонаправленные движения рук и ног;

г) элементы плясок.(выставление ноги на каблук, притопы, полуприседание (пружинка) с наклоном корпуса, полуприседание с поворотом корпуса

Партерная гимнастика (Тренаж, как постепенный разогрев мышц.)

Комплекс упражнений на постепенный разогрев всех частей тела.

Партерный экзерсис.

а) упражнения для развития тела;

Укрепление силы рук, ног. Упражнения на эластичность мышц.

Практические занятия:

1)Отжимание от пола; в стойке на руках.

2)Прыжки на месте и в продвижении.

3)Растяжки в полу шпагате.

4)Комбинации на силовые упражнения и растяжки.

б) партерный экзерсис

2. **Принципы ориентации в зале и на сцене.**
1)Направления шага.
2)Линия танца.
3)Центр зала.
4)Диагонали.
5)Точки
Практические занятия:
1) Движения по линии танца
2) против линии танца
3) к центру
4) из центра
5)Движения по диагоналям (I, II, III, IV)

3**. Разучивание танцевальных элементов. Основы исполнения отечественной программы**

Элементарные танцевальные движения. Решается задача приобщения детей к искусству танца, формирования танцевальных знаний, умений и навыков. Позволяет не только постичь эстетику движения, но и способствует решению одной из важных проблем эстетического воспитания детей - приобщение их к богатству танцевального и музыкального народного творчества. Танцевально-ритмические этюды, постановки. Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. В процессе занятий дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. Дети осваивают музыкально – танцевальную природу искусства.
Разучивание основных шагов, фигур танца. Особенности исполнения 3 позиция ног, «открытые руки», эмоциональная окраска движения. Изучение танцев «Полька», «Круг друзей», «Ге-во-ре», «Диско-мозайка».
Эстетика поведения в паре.
а)Поклоны как приветствие, прощание, представление танцора, пары, коллектива.
б)Поклоны в паре с поворотом под рукой

4**. Психогимнастика. (игроритмика)** Раздел психогимнастики включает в себя игровой момент. Сюжетно-ролевые игры под музыку. Импровизация движений. Различные образно-игровые движения, раскрывающие понятый детям образ, настроение или состояние, динамику настроений.
а) игры на внимание;
б) игры на развитие памяти;
в) подвижные игры;
г) игры на успокоение и организацию.
А также игроритмику, которая учит умению слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Умение выполнять движение в различных темпах музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, очень быстро). Понятия легато (связанно), стаккато (отрывисто) в музыке и движении, передача их в движении. умение выделить акценты, метрическую пульсацию, паузы. Воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные рисунки, состоящие из четвертей, половинных и целых. Знакомство со строением музыкального произведения. Характер музыкального произведения, его темп, ритм, динамические оттенки, строение музыкального произведения. Различные виды музыкального сопровождения. Динамика движения под музыку.

а) музыкальный размер: 4/4; 2/4;3/4;
б) длительность звучания: целая нота, 1/2, 1/4, 1/8/ ;
в) чередование темпов звучания: медленный, умеренный, быстрый;
г) динамика оттенков: форте, пиано, легато, стаккато;
д) характер музыки: плавная, быстрая, медленная, обрывистая…

5. **Постановка и отработка композиций.**

Работа в парах. Работа на середине. Репетиционные и организационные работы.

2 год обучения

1. Ритмические упражнения (работа по диагонали, по кругу, на середине)

Изучение шагов, притопов, хлопков, прыжков в такт музыке - одиночное исполнение, сериями. Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке. Изучение простых движений , исполняемых за такт музыки.

а) основные виды шагов и бега;
б) основные виды прыжков;
в) разнонаправленные движения рук и ног;
г) элементы плясок.(выставление ноги на каблук, притопы, полуприседание (пружинка) с наклоном корпуса, полуприседание с поворотом корпуса

Партерная гимнастика (Тренаж, как постепенный разогрев мышц.)

Комплекс упражнений на постепенный разогрев всех частей тела. Партерный экзерсис.

а) упражнения для развития тела;

Укрепление силы рук, ног. Упражнения на эластичность мышц.

Практические занятия:

1)Отжимание от пола; в стойке на руках.
2)Прыжки на месте и в продвижении.
3)Растяжки в полу шпагате и шпагате.
4)Комбинации на силовые упражнения и растяжки.

б) партерный экзерсис

2. **Принципы ориентации в зале и на сцене.**

1)Направления шага.
2)Линия танца.
3)Центр зала.
4)Диагонали.
5)Точки

Практические занятия:

1) Движения по линии танца
5) против линии танца
6) к центру
7) из центра

5)Движения по диагоналям (I, II, III, IV)

3**. Разучивание танцевальных элементов. Основы исполнения отечественной программы**

Элементарные танцевальные движения. Решается задача приобщения детей к искусству танца, формирования танцевальных знаний, умений и навыков. Позволяет не только постичь эстетику движения, но и способствует решению одной из важных проблем эстетического воспитания детей - приобщение их к богатству танцевального и музыкального народного творчества. Танцевально-ритмические этюды, постановки. Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую

направленность, сюжетный характер и завершенность. В процессе занятий дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. Дети осваивают музыкально – танцевальную природу искусства.

Разучивание основных шагов, фигур танца. Особенности исполнения 3 позиция ног, «открытые руки», эмоциональная окраска движения. Изучение танцев «Полька», «Круг друзей», «Ге-во-ре», «Диско-мозайка».

Эстетика поведения в паре.

а)Поклоны как приветствие, прощание, представление танцора, пары, коллектива.

б)Поклоны в паре с поворотом под рукой

4**. Психогимнастика.(игроритмика)** Раздел психогимнастики включает в себя игровой момент. Сюжетно-ролевые игры под музыку. Импровизация движений. Различные образно-игровые движения, раскрывающие понятый детям образ, настроение или состояние, динамику настроений.

а) игры на внимание;

б) игры на развитие памяти;

в) подвижные игры;

г) игры на успокоение и организацию.

А также раздел игроритмики, который учит умению слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Умение выполнять движение в различных темпах музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, очень быстро). Понятия легато (связанно), стаккато (отрывисто) в музыке и движении, передача их в движении. Умение выделить акценты, метрическую пульсацию, паузы. Воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные рисунки, состоящие из четвертей, половинных и целых. Знакомство со строением музыкального произведения. Характер музыкального произведения, его темп, ритм, динамические оттенки, строение музыкального произведения. Различные виды музыкального сопровождения. Динамика движения под музыку.

а) музыкальный размер: 4/4; 2/4;3/4;

б) длительность звучания: целая нота, 1/2, 1/4, 1/8/ ;

в) чередование темпов звучания: медленный, умеренный, быстрый;

г) динамика оттенков: форте, пиано, легато, стаккато;

д) характер музыки: плавная, быстрая, медленная, обрывистая…

5. **Постановка и отработка композиций.**

Работа в парах. Работа на середине. Репетиционные и организационные работы.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Концептуальной особенностью данной программы является введение раздела «Псих гимнастика» - театральный тренинг. Он является способом развития актерских способностей детей в хореографическом коллективе. Театральный тренинг основан на комплексе упражнений, которые проводятся в форме игры. Эта особенность создает благоприятные условия для раскрытия творческих способностей, их способности к самовыражению в танце, учит помогать друг другу, прислушиваться к мнению партнера, находить совместные решения, улаживать неизбежные разногласия и конфликты, так учатся взаимодействовать.

В программе положен принцип «от простого к сложному», с учетом всех необходимых танцевально-ритмических навыком, и навыков выразительного движения, путем многократных повторений заданий, является основополагающим при построении данной программы.

Методы обучения:

1. Словесные: открытого диалога; объяснение с показом, беседы по истории бальной хореографии. Прослушивание образцов музыкальной классики. Особое внимание в процессе обучения обращается на связь эволюции бальной хореографии с социальными изменениями в обществе, с развитием музыкальной культуры, эволюцией костюма, с национальными истоками бальной хореографии.

2. Наглядные: показ педагога, просмотр фото- и видеоматериалов с конкурсами, концертами, фестивалями; посещение открытых уроков в хореографических коллективах города и области; наблюдение и анализ работы в других коллективах.

3. Практические: коллективное творчество на занятиях, индивидуальные занятия с педагогом, самостоятельная работа, самоанализ, импровизация, непосредственное участие детей в открытых занятиях, концертах, фестивалях.

В данной программе музыкально-ритмическая деятельность строится на интеграции музыки, драматизации, пластики и танца в единое художественное целое. Движение, музыка, игра как раз то, в чём нуждается ребёнок в дошкольный период. Занятия ритмикой строятся на включении музыкальных игр, в которых наши воспитанники осваивают двигательно-ритмические, коммуникативные навыки, обеспечивающие их психомоторное развитие. Ролевые, сюжетные, дидактические музыкальные игры позволяют сделать процесс постижения закономерностей музыкального искусства доступным и увлекательным для дошкольников. На занятиях используются различные виды деятельности: ритмика и элементы музыкальной грамоты, танцевальная азбука и элементы художественной гимнастики, танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика

Целостный процесс обучения танцевально-ритмическим движениям можно условно разделить на 3 этапа:

Начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению). Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, пробуют выполнить упражнение. Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создают условия для формирования его образа, активирует работу центральной нервной системы детей. Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким и понятным, желательно в зеркальном изображении. 14 Основной метод музыкально-ритмического воспитания детей – «вовлекающий показ» (С.Д. Руднева) двигательных упражнений. Учитывая способность детей к подражанию, их желание двигаться вместе со взрослым и, вместе с тем, неспособность действовать по словесной инструкции, так как от этого напрямую зависит и качество движений детей. Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть кратким и образным, с использованием гимнастической терминологии. При обучении сложным движениям педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе. Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. Его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на 2, 4, 8 и большое количество счетов. Для начального обучения упражнения используются ограничители, ориентиры. Педагог, проводя занятие, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям. Так, образные сравнения помогают детям правильно осваивать движение, так как создают у детей особое настроение. Похвала ребенка активизирует работу его сердца, нервную систему.

Этап углубленного разучивания упражнения. Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Процесс разучивания существенно ускоряется, если удается обеспечить занимающихся срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам можно отнести: упражнения перед зеркалом, использование звуковых ориентиров (хлопков, ударов в бубен). Повышению активности детей способствует изменение условий выполнения упражнений, постановка двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления - "идеомоторной тренировки". В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения.

Этап закрепления и совершенствования упражнения. Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом - соревновательный и игровой. Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Самостоятельное исполнение упражнений говорит о сформированности двигательных навыков, является показателем результата обучения и показывает уровень развития важнейших психических процессов - воли, произвольного внимания, музыкальной и двигательной памяти.

Структура занятий: каждое занятие, состоящее из трех частей: подготовительной, основной и заключительной – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительный этап включает такие разделы тематического планирования как: партерный экзерсис, типовой тренаж, язык музыки, принципы ориентации в зале и на сцене, понятия линии танца, центра зала, диагоналей, точек.

Основной этап состоит из работы на середине, в паре разучивание новых фигур, отработка ранее изученных фигур. Теория дается в процессе занятия.

Заключительный этап состоит из таких разделов календарно-тематического планирования как: психогимнастика (театральный тренинг), культура взаимоотношений в паре.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для выполнения поставленных задач программы на занятиях необходимы:

1. Просторное, специально оборудованное (или приспособленное) помещение с хорошей вентиляцией и освещением.
2. Технические средства музыкальный центр (мультимедийный проигрыватель, с хорошей акустической системой для просмотра и прослушивания материала по программе);
3. Зеркальные стены.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год реализации программы	**сентябрь**	**октябрь**	**Ноябрь**	**Декабрь**	**Январь**	**Февраль**	**Март**	**апрель**	**Май**
1 год		+	+	+ *	+	+	+	+ *	

2 год		+	+	+ *	+	+	+	+ *	

Условные обозначения:
+ - занятия по расписанию;
* - промежуточная аттестация (открытое занятие или конкурс бального танца), итоговая аттестация (отчетный концерт)

Продолжительность учебного года с 01 сентября по 31 мая - 36 рабочих недель.

Продолжительность учебного занятия 25 минут.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Эффективность программы определяется с помощью сопоставления данных диагностики уровня музыкального и психомоторного развития ребенка и тестов на развитие тела. (Прилагаются карты диагностики ф. №1, тест №2)

Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:
- выявления начального уровня музыкальных двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирование индивидуальной работы;
- оценка эффективности педагогического воздействия.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, сравнивая их между собой, и условно ориентируется на лучшие показатели, выявленные для этого данного возраста. Такая система работы способствует достижению следующих результатов. Результаты учитываются применительно к отдельной личности и выражаются в сформированности ее качеств: знаниях, умениях, навыках, в чертах характера.

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные способы и методы:
- проведение открытых уроков для родителей;
- организация танцевальных конкурсов;
- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение итогового занятия в конце учебного года.

Способы проверки текущего контроля:

1 год обучения:

1. Тест на прохождение соответствующего материала (чувство ритма, координацию движений и т.п.).
2. Метод наблюдения (определяется преподавателем).

2 год обучения:

1. Тест на прохождение соответствующего материала (чувство ритма, координацию движений и т.п.).
2.Метод наблюдения (определяется преподавателем).

Промежуточная аттестация обучающихся по программе «Ритмопластика» проводится в середине учебного года в форме открытого занятия.

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе. Форма проведения итоговой аттестации – участие в испытаниях медалистов.

ТЕСТ № 1. Определи свои возможности

№	ОПРЕДЕЛИ СВОИ ВОЗМОЖНОСТИ
1.	Тесты, позволяющие оценить подвижность шейного отдела позвоночника
2.	Тесты, определяющие эластичность мышц плечевого пояса и подвижность плечевых суставов
3.	Тесты, позволяющие определить подвижность локтевого сустава и эластичность мышц плеча и предплечья
4.	Тесты для оценки подвижности лучезапястного сустава, эластичности мышц кисти и предплечья

5.	Тесты для определения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы

ТЕСТ № 2. Исполнительское мастерство участников Исполнительское мастерство участников аттестации оценивается по 3-балльной системе:
1 балл - участник вышел на паркет, но не исполняет программу; - участник исполняет программу, но с ошибками и не в музыку; - участник исполняет программу без ошибок, но не в музыку;
2 балла - участник исполняет программу без ошибок, в музыку, но не держит линии; - участник исполняет программу без ошибок, в музыку, держит линии корпуса, но допускает мелкие технические неточности.
3 балла - участник исполняет программу без ошибок, в музыку, держит линии корпуса, технически правильно исполняет фигуры.
Счетная комиссия подсчитывает для каждого исполнителя средний балл за каждый танец и общий средний балл за исполнение всех танцев.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

для педагога:

1. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. Составители: П. Раевская, С.Д. Руднева. – М.: Просвещение, 1991.
2. Музыка и движение. Составители: С.И. Бекина, Е.Н. Соковникова. – М.: Просвещение, 1983.
3. Азбука хореографии. Составители: Г. Барышникова. – М.: Айрис-пресс, 1999.
4. Волшебная сила растяжки. Составители: Е.И. Зуева. – М.: Советский спорт, 1990.
5. Ритмическая мозаика. Составители: А.И. Буренина. – СПб.: Ленинградский областной институт образования, 2000 .
6. Типовой тренаж обучения бальным танцам. Составители: Р. Блок, журнал «Наша консультация», 1998 .
7. Тренинг общения с ребенком. Составители: Е.К. Лютова, Г.Б. Монина. – Ростов- на – Дону: Речь, 2001.

для обучающихся и родителей:

1. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. Составители: П. Раевская, С.Д. Руднева. – М.: Просвещение, 1991.
2. Музыка и движение. Составители: С.И. Бекина, Е.Н. Соковникова. – М.: Просвещение, 1983.
3. Азбука хореографии. Составители: Г. Барышникова. – М.: Айрис-пресс, 1999.
4. Волшебная сила растяжки. Составители: Е.И. Зуева. – М.: Советский спорт, 1990.
5. Ритмическая мозаика. Составители: А.И. Буренина. – СПб.: Ленинградский областной институт образования, 2000 .
6. Типовой тренаж обучения бальным танцам. Составители: Р. Блок, журнал «Наша консультация», 1998 .
7. Тренинг общения с ребенком. Составители: Е.К. Лютова, Г.Б. Монина. – Ростов- на – Дону: Речь, 2001.