

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Чучковская средняя школа»

«Рассмотрено»
Педагогическим советом
МОУ «Чучковская СШ»
Протокол от 06.07.2023 №11

«Согласовано»
Заместитель директора по
методической работе
Фролова Н.Ф. / Фролова Н.Ф. /



«Утверждено»
Директор
МОУ «Чучковская СШ»
/Лексикова Т.Д./
Приказ от 10.08.2023 №166

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Лучики»

Направление: физкультурно-спортивное

Срок реализации программы: 1 год

Возраст детей: 9-10 лет

Общее количество часов по плану: 34 часа

Количество часов в неделю: 1 час

Форма обучения: очная

Уровень сложности: базовый

Составитель: Тамонкина Наталья Пантелеевна, учитель начальных классов

р.п.Чучково

2023-2024 учебный год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовые основания для разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лучики» (далее – Программа):

Закон(Российской Федерации «Об образовании», [от 29.12.2012 № 273-ФЗ](#);

[СанПиН 2.4.4.3172-14](#) «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденные [постановлением главного санитарного врача от 04.07.2014 № 41](#);

Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная [распоряжением Правительства от 04.09.2014 № 1726-р](#);

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный [приказом Минпросвещения РФ от 27.07.2022 №629](#).

- Устав МОУ «Чучковская СШ».

Новизна и актуальность

Необходимость и актуальность Программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях в отношении современного танца. Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лучики» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

Программа предусматривает обучение с учетом индивидуальных особенностей учащихся, сохраняет и умножает качества ребенка (инициативность, фантазия, непосредственность); определяет перспективы развития, что дает возможность большему количеству детей включиться в образовательный процесс.

Целью Программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Задачи Программы:

- развивать координацию, точность движений, красивой осанки;
- развивать психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации; укрепление физического и психологического здоровья;
- формировать исполнительские умения и навыки, осваивая «язык танца» через ритмические и пластические танцы, упражнения и этюды;
- развивать умения ориентироваться в танцевальном зале, на сцене;
- формировать сознательной дисциплинированности;
- развивать музыкальный вкус и расширение танцевального кругозора;
- содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка; совершенствование нравственно-эстетических, духовных и физических потребностей.

Программа соответствует стартовому уровню сложности.

Специфика:

- освоение первоначальных знаний и знакомство со спецификой предметной области;
- общедоступные и универсальные формы обучения;
- минимальная сложность материала.

Программа рассчитана на один год обучения детей 4-х классов (9-10 лет), обучение всех желающих класса, наполняемость группы - 15 человек (без предварительного отбора).

Форма обучения очная.

Все темы программы рассчитаны на работу обучающихся на занятии, продолжительность которого 40 минут.

Годовой объем – 34 часа (из расчета 1 занятия в неделю).

Направленность

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Тип Программы – модифицированная, составлена с учетом возрастных особенностей учащихся.

Особенность данной программы

Особенностью обучения является включение в программу знаний по музыке, урок ритмики. Музыка для детей и становится возможностью выразить себя, найти свою музыку для души. Уроки ритмики раскрывают перед детьми иные грани музыки достойные внимания. Целью урока ритмики является развитие слуха, чувства ритма, формирование музыкального восприятия и представлений о выразительных средствах музыки.

Содержанием работы на занятии является музыкально-ритмическая деятельность детей.

Обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку осуществляется развитие представлений обучающихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа состоит из четырёх разделов:

Упражнения на ориентировку в пространстве

Ритмико-гимнастические упражнения

Игры под музыку

Танцевальные упражнения

На каждом занятии осуществляется работа по всем разделам Программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач, учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать*)

Планируемые результаты

Основные требования к умениям обучающихся

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным и гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

регулятивные

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
накопление представлений о ритме, синхронном движении.

познавательные

Учащиеся должны уметь:

готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;

ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

выполнять игровые и плясовые движения;

выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

коммуникативные

умение координировать свои усилия с усилиями других;

задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

В конце обучения учащиеся должны

знать:

названия классических движений;

значение слов «ритм», «акцент», «темп».

уметь:

грамотно исполнять движения хореографических постановок;

определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;

самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Упражнения на ориентировку в пространстве

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой – на шаг назад.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и приседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Упражнения на формирование осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением. Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам,

кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

3. Игры под музыку

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

4. Танцевальные упражнения

Шаг на носках. Широкий, высокий бег. Сильные подскоки, боковой галоп. Движения парами: боковой галоп, подскоки. Основные движения эстрадных танцев.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
	Музыкально-ритмические навыки: <ul style="list-style-type: none"> • -учить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамики, • -самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки. Навыки выразительного движения: <ul style="list-style-type: none"> • приставные шаги на всей стопе с продвижением в сторону, • скакать с ноги на ногу, • в прыжке поочередно выбрасывать ноги вперед, плавная работа рук.				
1.	Вводное занятие. Беседа о целях и задачах в работе танцевального кружка, о правилах поведения на занятиях, ТБ	1	1	-	
2.	Поклон. Музыкальные игры.	2		2	
3.	Ориентирование на танцевальной площадке (круг, линия, диагональ).	2	0,5	1,5	
4.	Музыкальная разминка (разучивание танцевального комплекса «Пружинка»).	1		1	
5.	Постановка рук, корпуса, головы. Танцевальный шаг, подскоки, галопы, ход на полупальцах, пятках.	1	-	1	
6.	Разучивание танца «Птицы».	5	0,5	4,5	
7.	Разучивание новогодних игровых танцев.	2	0,5	1,5	
8.	Участие в новогоднем утреннике.	1	-	1	Выступление детей

	полугодие	За 1	15			
	Музыкально-ритмические навыки: <ul style="list-style-type: none"> самостоятельно ориентироваться в характере музыки, точно начинать движение после вступления. Навыки выразительного движения: <ul style="list-style-type: none"> двигаться по кругу, соблюдать расстояние между парами, умение самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них действиями. 					
1.	Такт, затакт музыкальный размер.	1	0,5	0,5		
2.	Разучивание военных танцев.	8	0,5	7,5		
3.	Линия танца. Движение по линии танца. Разучивание танца «Хоровод».	6	0,5	5,5		
4.	Участие в весеннем празднике.	1	-	1		Выступление детей
5.	Повторение изученных танцев за учебный год	2		2		
6.	Участие в празднике «Здравствуй, лето!»	1	-	1		Выступление детей
	За 2 полугодие	19				
	За год	34				

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
Сентябрь								
				практика	<i>Вводный урок.</i> Внешний вид учащихся. Проведение инструктажа по ТБ в хореографическом зале до, во время, после занятия.	1	Кабинет	
				практика	Азбука танцевальных движений	1	Кабинет	

				пра кти ка	Русские народные танцы. Их место в культуре России.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Русские народные танцы. Их место в культуре России. Движение «ковырялочка» с усложнением.	1	Кабинет	
Октябрь								
				пра кти ка	Русские народные танцы. Их место в культуре России. Поскоки, кружение на носочках.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Русские народные танцы. Их место в культуре России. Поскоки, кружение на носочках.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Ориентирование на танцевальной площадке (круг, линия, диагональ). Музыкально-ритмическая игра «Собери фигуру»	1	Кабинет	
				пра кти ка	Постановка рук, корпуса, головы. Танцевальный шаг, подскоки, галопы, ход на полупальцах, пятках.	1	Кабинет	
Ноябрь								
				пра кти ка	Разучивание танца «Птицы».	1	Кабинет	
				пра кти ка	Разучивание танца «Птицы».	1	Кабинет	
				пра кти ка	Разучивание танца «Птицы».	1	Кабинет	
Декабрь								
				пра кти ка	Разучивание танца «Птицы».	1	Кабинет	
				пра кти ка	Разучивание танца «Птицы».	1	Кабинет	
				пра кти ка	Разучивание новогодних игровых танцев.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Выступление на новогоднем утреннике.	1	Кабинет	Высту плени е детей
Январь								

				пра кти ка	Такт, затакт музыкальный размер. <i>Работа над этюдами. Русский танец</i> - позиции ног и положения рук, - основные движения танца - техника ног	1	Кабинет	
				пра кти ка	Элементы музыкальной грамоты.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Разучивание танца.	1	Кабинет	
Февраль								
				пра кти ка	Разучивание танца.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Разучивание танца.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Разучивание танца.	1	Кабинет	
Март								
				пра кти ка	Линия танца. Движение по линии танца. Разучивание танца.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Линия танца. Движение по линии танца. Разучивание танца.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Линия танца. Движение по линии танца. Разучивание танца.	1	Кабинет	
				пра кти ка	Линия танца. Движение по линии танца. Разучивание танца.	1	Кабинет	
Апрель								
				пра кти ка	Ходьба с координацией рук, ног, приставным шагом. Танец «Хоровод»	1	Кабинет	
				пра кти ка	Участие в весеннем празднике.	1	Кабинет	Высту плени е детей
				пра кти ка	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег. Танец «Хоровод»	1	Кабинет	
				пра кти ка	Ходьба с ускорением и замедлением темпа. Танец «Хоровод»	1	Кабинет	
Май								
				пра	Ходьба с носка на пятку,	1	Кабинет	

				к ти ка	пружинистым шагом, со сменой направления. Танец «Хоровод»			
				пра кти ка	Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками. Танец «Хоровод»	1	Кабинет	
				пра кти ка	Отработка ритмико-гимнастических упражнений. Танец «Хоровод»	1	Кабинет	
				пра кти ка	Контрольный урок Повторение изученных танцев за учебный год.	1	Кабинет	Высту плени е детей
				пра кти ка	Участие в празднике «Здравствуй, лето!»	1	Кабинет	Высту плени е детей
Всего:						34		

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Кадровые условия.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лучики» реализуется на базе муниципального общеобразовательного учреждения «Чучковская средняя школа» учителем начальных классов, первой квалификационной категории, педагогом дополнительного образования, педагогический стаж - 28 лет.

Материально-техническое обеспечение программы

Помещение: актовый зал, класс, отвечающие санитарным и противопожарным нормам.

Учебно-лабораторное оборудование: интерактивная доска, компьютер, принтер, инвентарь для физических упражнений, сценические костюмы, аудиокассеты, CD – диски, видеодиски.

Учебно-методические условия

Методические пособия, презентации, справочная литература, Интернет-ресурсы.

Формы и методы оценки результатов обучения.

1. Выступления детей на открытых мероприятиях;
2. Участие в тематических праздниках.
3. Открытые занятия для родителей.
4. Отчетный концерт по итогам года.
5. Контрольный срез на знание танцевальных терминов.
6. Творческие игры на воображение и фантазию.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)

5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (М.: ВАКО, 2007)
7. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)
8. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В.
9. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
10. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
11. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
12. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
13. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (М.: Идательство «Глобус», 2009)
14. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)
15. www.dance-city.narod.ru
16. www.danceon.ru
17. www.mon.gov.ru
18. www.tangodance.by

Методика обучения:

Выбор метода обучения зависит от уровня физической подготовленности, оптимальной двигательной активности и возрастным особенностям учащихся. Так как программа рассчитана на младший школьный возраст, то одним из методов проведения урока является **игровой метод**. Игры на внимание сосредотачивают детей, готовят их к восприятию двигательных действий, развивают творческое мышление и разрабатывают опорно-двигательный аппарат (игры на изображение животных, игры на сплачивание коллектива, игры для релаксации, игры для развития коммуникативности, игры для лучшего освоения танцевальных ритмов и движений).

Первоначальное освоение танцевальных движений проходит без инструментального сопровождения. Прежде всего, ребята выполняют танцевальное движение, сопровождая его проговариванием определенных слов (слов-подсказок), которые раскрывают значение этого движения. Слова соотносятся с ритмом движения. Выполнение движения с одновременным проговариванием слов помогает обучаемым лучше усвоить их последовательность. Вскоре проговаривание слов заменяется их **пропеванием** (на мелодию того музыкального произведения, которое впоследствии будет использоваться для инструментального сопровождения к танцу). Наконец, движение исполняется с инструментальным сопровождением и одновременным пропеванием слов сначала вслух, а позже – «про себя».

Обучение танцевальному движению проводится методом его усложнения, изменения, варьирования. Следует показать ребятам, как это движение преобразуется, усложняется в результате добавления к нему тех или иных элементов, и как от этого меняется его общий смысл. При этом важно обратить внимание на то, что включение в

общее движение корпуса, головы, рук еще больше расширяет диапазон его значений. Словесный анализ движения помогает обучаемым осмысленно овладеть языком танца.

Таким образом, то или иное изучаемое движение – на пути от простейшего упражнения до сюжетного танца – предстает перед глазами ребят каждый раз в новом варианте. Это позволяет показать им то, как движение может использоваться в той или иной композиции, на том или ином музыкальном материале и в зависимости от этого варьироваться, сочетаться с другими движениями, приобретать дополнительные нюансы. Иными словами, создаются условия для наглядно-действенного освоения обучаемыми приемов композиции танца.

Обучение детей приемам образного перевоплощения в основном проходит на музыкальном материале из детских мультфильмов, на основе детских песен.

Групповое исполнение танца в «сотворчестве» (со сверстниками или педагогом) чередуется с индивидуальными попытками, которые предлагаются особо выразительным исполнителям или тем, кто придумал интересное, новое движение, или просто желающим. «Зрители» высказывают свои впечатления о сольных выступлениях. При этом следует побуждать их обращать внимание на зависимость выразительности от способов выполнения движений, замечать оригинальность исполнителей (если это имеет место), оценивать качество и эмоциональность исполнения в целом.

Работа над сюжетным танцем начинается с восприятия всего музыкального произведения, как мелодии, ритма, так и текста песни (если это песня).

Далее идет серия занятий, каждое из которых можно посвятить одному - двум темам или образам. На таких занятиях все ребята исполняют эпизоды вместе, в «сотворчестве», пытаются найти способы его музыкально-пластического воплощения. Наконец, разрозненные эпизоды собираются воедино, и обучаемые исполняют весь сюжетный танец целиком. На этой стадии работы над развернутым танцевальным номером важно дать понять детям, что успех всего номера зависит от стараний каждого участника, что неточность, невниманье, временный «выход из роли» хотя бы одного из исполнителей непоправимо портит общий танец.

Формирование творчества в танце – очень тонкий, хрупкий процесс. Поэтому, при использовании всех перечисленных методов обучения, необходимыми являются следующие условия: чтобы дети не теряли интереса к изучаемому материалу, не следует работать над каждым упражнением или этюдом дольше 2-4 занятий подряд. Даже если за это время выполнены не все поставленные задачи, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя. На занятиях должна быть доброжелательная обстановка, искренний и чуткий интерес педагога к любым, малейшим находкам, успехам своих воспитанников; поддержка и поощрение их самостоятельности. Чрезвычайно важно воспитывать такое же внимательное отношение у детей друг к другу, их умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей. Все это создает действительно творческую атмосферу на занятии, без которой невозможно становление и развитие творчества.

При подготовке исполнителей, **приоритетной задачей** обучения становится **формирования навыков**. Для успешного формирования правильных навыков исполнения требуется обязательный контроль и корректировка действий ученика со стороны педагога, поэтому используются современные **электронные технологии**: отснятый на репетиции файл можно просматривать и обсуждать, получая, таким образом, консультацию педагога и помощь со стороны других учащихся.

Кроме этого используется:

- **технология "Педагогика сотрудничества"**, куда входят элементы технологий: личностно-ориентированный (Якиманский), гуманно-личностный (Амонашвили), проблемного обучения (Дьюи);

- **соревновательный метод** - установка на соревновательную деятельность вызывает у детей стремление максимально проявить свои силы, улучшая тем самым свои танцевальные результаты;

- **методика зрительной и слуховой наглядности** (показ, зрительные ориентиры, объяснения, рассказ, и т.д.);

- **метод целостного упражнения** с избирательной отработкой деталей техники (сначала постоянные условия выполнения – медленный темп, затем с мобилизацией физических способностей – увеличение темпа);

- использование **соревновательного метода** с установкой на технику;

- **методы использования слова** для передачи детальных знаний, анализа, хода и т.д.;

- **аналитические методы** демонстрации для уточнения техники (видео, фото);
- во время исполнения упражнений повторять до тех пор, пока происходит улучшение; в циклических упражнениях коррекцию выполнять на ходу, не выполнять слитно сложные упражнения;

- **метод перехода от более простого к более сложному**;
- во время разучивания танца ставить успешного танцора к начинающему для более быстрого разучивания всем коллективом;

- **метод проблемно-поисковый** (используется с целью развития навыков творческой деятельности);

- **метод самостоятельной работы.**

Музыкально-ритмические игры

Наиболее подходящие игры, на мой взгляд, которые подойдут для любого урока танца:

1. **«Найди свое место»** Дети стоят на своих местах, в линиях. Исходное положение: 1 поз. ног, руки на поясе. Под музыку дети образуют круг и двигаются по заданному характеру музыки движения (танцевальный шаг, подскоки, галопа, ход на полупальцах, пятках, утиный ход и т.п.), когда музыка заканчивается, учащиеся должны как можно быстрее найти свое

место и встать в исходную позицию. Игра продолжается 4-5 раз (на ориентацию, определение характера движения)

2. **«Собери фигуру»** Под веселую музыку (2/4) дети движутся по всему залу, заданным движением (подскоками, галопами, бег и т.п.), когда музыка прекращается дети должны все вместе построить заданную педагогом фигуру (прямую линию, круг, колонну, диагональ, квадрат, треугольник). Игра продолжается до 5-6 раз (на ориентацию в пространстве).

3. **«Самолетики – вертолетики»**. Описание: Дети делятся на две команды с одноименными игре названиями. Каждой команде определяется свой музыкальный фрагмент, и когда музыка той или иной команды звучит, то они начинают хаотично двигаться по залу и по окончании должны вернуться на исходное место и выполнить задания преподавателя. Например, прыжки на месте, полуприседания, исполнить хлопки или притопы. Если звучит музыка другой команды, то команда, чья музыка не звучит, стоит на месте («на аэродроме»). Игра развивает: умение владеть танцевальной площадкой; быстроту движений, реакцию; музыкальный слух; память, так как ребенок запоминает задание и исполняет его спустя некоторое время.

Упражнения для начала и окончания занятия

«Давайте поздороваемся».

Цель: создать психологически непринужденную атмосферу.

Ход упражнения:

Педагог говорит о разных способах приветствия, реально существующих и шуточных. Детям предлагается поздороваться плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать свой собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться им.

«Ласковые слова»

Цель: создать положительный настрой в начале занятия.

Надо повернуться к соседу слева и сказать ему ласковое слово, а затем ждать, когда он другое ласковое слово скажет тебе. Ведущий начинает: «добрый» – «красивая» и т. д.

«Коробка переживаний»

Цель: создать положительный настрой в начале занятия.

Педагог: «Я принесла сегодня небольшую коробку. Предлагаю отправить ее по кругу, чтобы собрать наши неприятные переживания и заботы. Вы можете сказать об этом шепотом, но обязательно в эту коробку. Потом я ее заклею и унесу, а вместе с ней пусть исчезнут и ваши неприятные переживания».

«Березка»

Цель: физически и психологически подготовиться к занятию.

Педагог: «Встаньте прямо, ноги вместе, руки опущены. Поднимите руки вверх, спина при этом прямая, подбородок приподнят. Ноги, как корни дерева, врастают в землю, стопы вместе и прижаты к полу. Тянитесь всем телом вверх, как будто вы сильное дерево, которому не страшна никакая буря. Ваше тело стройное, красивое, сильное. По истечении 10 секунд руки плавно опускаются. Сделайте 2-3 спокойных вдоха и выдоха и повторите упражнение».

«Сорви яблоки»

Цель: физически и психологически подготовиться к занятию.

Педагог: «Представьте, что перед тобой растет большая яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотри на меня, я покажу, каким образом ты можешь их срывать. Видишь, вверху справа висит большое яблоко. Потянись правой рукой как можно выше, поднимись на цыпочки и сделай резкий вдох. Теперь срывай яблоко. Нагнись и положи его на траву. Теперь медленно выдохни. То же делаем другой рукой».

«Спасибо за приятный день»

Цель: закрепить положительный эмоциональный настрой.

Педагог. Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет вам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим

образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба становятся в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ребенок, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний человек, замкните круг и завершите церемонию безмолвным троекратным крепким пожатием рук.

«Комплименты»

Цель: закрепить положительный эмоциональный настрой.

Дети становятся в круг. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить, пообещать или пожелать что-то хорошее. Упражнение проводится по кругу.

«Волны»

Цель: закрепить положительный эмоциональный настрой.

Дети становятся в круг, а педагог предлагает им вспомнить лето, когда они купались в речке, в пруду. «Но лучше всего купаться в море, потому что в море волны, и так приятно, когда они ласково гладят и омывают тебя. Волны такие веселые, добрые! И все очень похоже друг на друга. Давайте попробуем искупать друг друга в таких волнах! Встанем, улыбнемся и попробуем изобразить волны руками». Дети изображают волны вслед за ведущим, который следит за тем, чтобы все волны были **ласковые и веселые**.