

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Жилетовская средняя общеобразовательная школа»

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
МКОУ «Жилетовская СОШ»
Протокол №1
от «30» августа 2021г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ «Жилетовская СОШ»
Т.М.Климова
Приказ № 49/ср
от «30» августа 2021г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности

«Танцы»

Возраст обучающихся: 6-17 лет
Срок реализации программы: 5 лет

Разработчик:
Пупанова Татьяна Ивановна,
квалификационная категория:
соответствие занимаемой должности

Раздел 1: Комплекс основных характеристик программы.

1.1 Пояснительная записка.

Данная программа является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности очной формы обучения для детей 6-17 лет, сроком реализации на 5 лет.

Хореография сегодня – это один из приоритетов жизненного опыта, который дает возможность тому, кто занимается танцем чувствовать себя уверенно в окружающем социуме, социуме - где существуют жизненные направления разного характера, в которых ребенок не всегда сможет выбрать правильный путь и проявить свое «я».

Участники дополнительной общеобразовательной программы «Танцы» приобретают большой жизненный опыт. Во-первых, в процессе занятий танцами приобретают физически крепкое и красивое тело; расширяется кругозор знаний в области школьных предметов, например таких, как анатомия и гигиена человека, история и культура и др.; во-вторых, приобретают личностные качества, такие, как ответственность и выносливость, чувство «локтя» и соревновательный дух; в-третьих, преуспевают в окружающем их обществе и зачастую становятся лидерами в своей возрастной категории, у детей повышается уровень самодисциплины.

Танец - это способ для детей необщительных стать общительными, для нерешительных детей стать решительными, а для эмоционально неуравновешенных стать более уравновешенными и уверенными в себе. А в целом танцевальная терапия играет для детей очень большую роль в процессе становления личности.

Актуальность программы. Дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телеэкрана, занятия хореографией становятся особенно актуальными. Во - первых, танец – это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Во- вторых – искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности.

Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Отличительная особенность программы. Программа основывается на современных тенденциях личностно-ориентированного обучения и на следующих педагогических принципах:

- **системности** (взаимосвязанности и взаимообусловленности всех компонентов);
- **интеграции** (совмещении в одной программе различных направлений);
- **гуманизации** (личностно-ориентированном подходе в воспитании);
- **деятельностного подхода** (любые знания приобретаются во время активной деятельности);
- **соответствия возрастным и индивидуальным возможностям** (обучение строится в соответствии с психофизическими закономерностями возрастного развития);
- **постепенности** (пошагово) **и систематичности** в процессе обучения, следованию от простых и доступных заданий к более сложным, комбинационным;
- **индивидуализации темпа работы** (перехода к новому этапу обучения только после освоения материала предыдущего);
- **повторяемости** (цикличности повторения материала).

Объем программы.

Программа состоит из следующих разделов:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;

- распределение учебного материала по годам обучения;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля;
- методическое обеспечение учебного процесса.

Срок освоения программы:

Год/количество часов	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения
	Количество часов				
Максимальная нагрузка	306				
Количество часов на аудиторную нагрузку	34	68	68	68	68
Недельная аудиторная нагрузка	1	2	2	2	2

Режим занятий. Программа предназначена для обучающихся младшего школьного возраста с 1 по 11 класс МКОУ «Жилетовская СОШ». Программа рассчитана на 5 лет обучения. Продолжительность занятия – 45 минут.

Формы занятий: коллективные, групповые. Занятия проводятся как теоретические, так и практические: тренировочные, контрольные, зачетные занятия, показательные выступления, класс - концерты, отчетные концерты.

Основной формой работы на занятиях является групповое учебно-тренировочное занятие. Занятия проводятся под музыку, которая используется как фон для снятия монотонности от однотипных многократно повторяющихся движений, так и как лейтмотив, задающий ритм и темп выполняемых упражнений

1.2.Цель и задачи программы

Цель данной программы – укрепление физического и психического здоровья школьников, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры

Задачи:

Обучающая – формирование практических навыков. Умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека. Его взаимоотношение с окружающим миром. Сознательно распорядиться своим телом, понимать каждое движение танца, в его простейших элементах и сложной координации, различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой; способность самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свой танец, свои чувства, эмоции и понимание музыки.

Развивающая – привить обучающимся культуру общения между собой, с окружающими, в танце. Привить любовь к творчеству в области родной хореографии. Пробуждать интерес и любовь к музыке. Художественно-эстетическое и культурное развитие школьников. Приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и «географией» танца, прослушивание танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают школьников.

Воспитательная – в процессе хореографической деятельности необходимо развивать желание стремление заниматься общественно полезной работой, а также практические умения и навыки в этой области; взаимопроникновение различных областей воспитания на основе комплекса принципов деятельности, проявляется при проведении (например: концертов, фестивалей и др. мероприятий). С помощью занятий танцами и музыкой привлечь детей к здоровому образу жизни.

1.3. Учебно-тематический план 1 год обучения

№	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Музыкально-танцевальные игры	3
3	Освоение танцевальных образов	3
4	Эмоции в танце	3
5	Пространство и мы	3
6	Музыка и танец	3
7	Упражнения на ориентировку в пространстве	3
8	Ритмико-гимнастические упражнения	3
9	Танцевальные упражнения	10
10	Итоговое занятие	1
Итого		33

Учебно-тематический план 2 год обучения

№	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Основы национальной хореографии	6
3	Образная пластика рук	6
4	Освоение танцевального репертуара	20
5	Освоение сценического пространства	7
6	Слушаем и фантазируем	7
7	Эмоции в танце	6
8	Музыка и танец	7
9	Танцевальные упражнения	7
10	Итоговое занятие	1
итого		68

Учебно-тематический план 3 год обучения

№	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Освоение танцевального репертуара	20
3	Танцевальные упражнения	13
4	Основы классического экзерсиса в классическом танце	20
5	Элементы народно-сценического танца	13
6	Итоговое занятие	1
Итого		68

Учебно-тематический план 4 год обучения

№	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Освоение танцевального репертуара	20
3	Основы классического экзерсиса в классическом танце	15
4	Элементы народно-сценического	14

	танца	
5	Современный танец	15
6	Итоговое занятие	1
Итого		68

Учебно-тематический план 5 год обучения

№	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Освоение танцевального репертуара	20
3	Основы классического экзерсиса в классическом танце	15
4	Элементы народно-сценического танца	14
5	Современный танец	15
6	Итоговое занятие	1
Итого		68

1.4.Содержание программы

1 год обучения

Тема 1. Музыкально-танцевальные игры:

- «Нос в зеркало»
- «В мире животных»
- «Дождик и Тучка»
- «Сколько ног у танцора»
- «Осенний листопад»

Тема 2. Освоение танцевальных образов:

- «Буратино»
- «Лучики»
- «Светофор»

Тема 3. Эмоции в танце

- «Танцующие человечки»
- «Пиктограммы»
- «Эстафета полярных эмоций»

Тема 4. «Пространство и мы»:

- «Регулировщик»
- «Зеркало»
- «Шахматный порядок»

Тема 5. Музыка и танец:

- «Основы музыкально-ритмического движения»
- «Музыка - первооснова в художественно-творческом развитии ребенка»
- «Музыкальные инструменты»
- «Музыка и танец»

Тема 6. «Упражнения на ориентировку в пространстве».

-Правильное исходное положение.

-Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.

-Перестроение в круг из шеренги, цепочки.

-Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Тема 7. «Ритмико-гимнастические упражнения».

-Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»).

-Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты).

-Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч).

-Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы.

-Упражнения на выработку осанки.

2 год обучения

Тема 1. Основные элементы народного танца на середине зала: танцевальный шаг, шаг на пятках, подготовка к припаданию, переменный шаг, «ковырялочка».

Тема 2. Образная пластика рук: «Фольклорные руки», «Руки-эмоции», «Руки-позиции», «Руки импровизируют».

Тема 3. Освоение танцевального репертуара. Подбор и прослушивание музыки, знакомство с образами танцевальной задумки, создание и разучивание комбинаций, отработка комбинаций и закрепление, создание танцевального костюма, сбор танцевальной композиции в единый замысел.

Тема 4. Освоение сценического пространства. Освоение сценического пространства: «Пространство репетиционного зала и сценической площадки», «Освоение простых хореографических рисунков-фигур», «Положения корпуса на середине зала (epaulements)».

Тема 5. Слушаем и фантазируем: «Элементарные формы танцевальной импровизации», «Самостоятельное сочинение хореографического фрагмента на предлагаемую музыку».

Тема 6. Эмоции в танце: «Этюд на заданную тему», «Утренний туалет актера».

Тема 7. Музыка и танец: «Музыкальная викторина», «Музыкальная лесенка: «ступеньки» - сильные и слабые доли в танце, «Музыкальная нюансировка хореографического движения», «Музыка - помощница в сочинении танца».

3 год обучения

Тема 1. Освоение танцевального репертуара. Подбор и прослушивание музыки, знакомство с образами танцевальной задумки, создание и разучивание комбинаций, отработка комбинаций и закрепление, создание танцевального костюма, сбор танцевальной композиции в единый замысел.

Тема 2. Основы классического экзерсиса в классическом танце.

Название упражнений классического экзерсиса

Изучение элементов классического экзерсиса (лицом к станку)

- Постановка корпуса у станка
- Позиция ног у станка классическая- 1п-я , 2я п-я, 3я п-я ног
- Позиции рук (1.2.3.)
- Плие(plie, grand plie)
- Тандю (tendu)
- Жете (battement jete)
- Фондю (fendu)
- Сутеню (battement soutenu)

- Ронд (rond de jambe)
- Фраппе (battement frappe)
- Адажио (adajio)
- Батман (battement)
- Релеве (releve)
- Прыжки

Классический экзерсис на середине

- Плие(plie, grand plie)
- Тандю (tendu)
- Жете (battement jete)
- Фондю (fondu)
- Сутеню (battement soutenu)
- Ронд (rond de jambe)
- Фраппе (battement frappe)
- Адажио (adajio)
- Батман (battement)
- Релеве (releve)
- Прыжки
- Пор де бра

Тема 3. Элементы народно-сценического танца.

Народно-сценический танец, (экзерсис у станка)

- постановка корпуса, позиции ног и рук в народно-сценическом танце разных народностей
 - положение рук в паре, открывание и закрывание рук в танце
 - приседания глубокие и неглубокие
 - упражнения на развития стопы, каблучные упражнения,
 - упражнения с напряженной стопой
 - маленькие броски
 - круговые движения ногой по полу, по воздуху
 - низкие и высокие развороты, раскрывание ноги на 90 гр.,
 - большие броски,
 - прыжки, присядки
 - дробные выстукивания
- подготовка к «веревочке».

4 год обучения

Тема 1. Освоение танцевального репертуара. Подбор и прослушивание музыки, знакомство с образами танцевальной задумки, создание и разучивание комбинаций, отработка комбинаций и закрепление, создание танцевального костюма, сбор танцевальной композиции в единый замысел.

Тема 2. Основы классического экзерсиса в классическом танце.

Элементы экзерсиса классического танца

- battement tendu в сторону, вперед, назад муз. размер 2/4
- battement tendu в сторону муз. размер. 2/4
- demi plie по 1, 2 п. н. муз. размер 3/4
- battment jete, - в сторону муз размер 3/4
- battment jete pique в сторону муз размер 2/4
- rond de jambe par terre en dehors (dedans) муз размер 3/4
- passé par terre муз размер 3/4
- battment fondu муз размер 2/4
- battment frappe муз. размер 3/4
- releve (полупальцы) муз размер 2/4
- grand battment муз размер 2/4

Классический танец (экзерсис на середине)

- battement tendu в сторону, вперед, назад муз. размер 2/4
- demi plie по 1, 2 п. н. муз. размер 3/4
- battment jete, - в сторону муз размер 3/4
- battment jete pique в сторону муз размер 2/4
- rond de jambe par terre en dehors (dedans) муз размер 3/4
- passé par terre муз размер 3/4
- battment fondu муз размер 2/4
- battment frappe муз. размер 3/4
- releve (полупальцы) муз размер 2/4
- port de bras,
- pas de bourre,
- temps lie.

Тема 3. Элементы народно-сценического танца.

Народно-сценический танец, (экзерсис у станка)

- постановка корпуса, позиции ног и рук в народно-сценическом танце разных народностей
- положение рук в паре, открывание и закрывание рук в танце
- приседания глубокие и неглубокие
- упражнения на развития стопы, каблучные упражнения,
- упражнения с напряженной стопой
- маленькие броски
- круговые движения ногой по полу, по воздуху
- низкие и высокие развороты, раскрытие ноги на 90 гр.,
- большие броски,
- прыжки, присядки
- дробные выстукивания

Народно-сценические этюды

- Комбинации для народно-сценических этюдов
- Создание этюдов из комбинаций народно-сценического танца

Тема 4. Современный танец. Основные техники современного танца (Техника Грэм Graham Technique — техника танца модерн, созданная американской танцовщицей и хореографом Мартой Грэм (1894—1991)).

Разминочный тренаж современного танца

разогрев, партер, кросс, комбинация, контактная импровизация

- Разогрев на середине зала (наклоны, упражнения на расслабление и напряжение, упражнения для позвоночника)
- Изоляция (упражнения для головы, поднимание, опускание плеч, грудная клетка, движения вперед назад, руки, ноги)
- Разогрев в партере (упражнения для позвоночника, упражнения стретч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа)
- Упражнения для позвоночника (изгибы торса, наклоны торса, спирали)
- Кросс – передвижение в пространстве –шаги, прыжки, вращения, всевозможные падения, перекаты по полу, со сменой ракурсов, на месте или с продвижением в пространстве
- Комбинация- создание комбинации с логикой, определенным рисунком, в различных ракурсах, в различном направлении

5 год обучения

Тема 1. Освоение танцевального репертуара. Подбор и прослушивание музыки, знакомство с образами танцевальной задумки, создание и разучивание комбинаций, отработка комбинаций и закрепление, создание танцевального костюма, сбор танцевальной композиции в единый замысел.

Тема 2. Основы классического экзерсиса в классическом танце.

Экзерсис у палки – комбинации с элементами классического экзерсиса

- demi plie, grand plie муз размер 3/4
- battement tendu муз размер 2/4
- battement tendu simple муз размер 2/4
- battement jete муз размер 2/4
- demi rond de jambe par terre муз размер 3/4
- battement fondu муз размер 2/4
- battement frappe муз размер 2/4
- Battement double frappe муз размер 3/4
- rond de jambe en l air муз размер 3/4
- battement developpe муз размер 3/4
- grand battemet jete муз размер 2/4
- перегибы корпуса (лицом к станку)

Экзерсис на середине.

На середине зала выполняется все те же классические элементы, что и у станка (комбинации выстраиваются в зависимости от усвоения материала)

- demi plie, grand plie муз размер 3/4
- battement tandu муз размер 2/4
- battment jete муз размер 2/4
- demi rond de jambe par terre муз размер 3/4
- battment fondu муз размер 2/4
- battment frappe муз размер 2/4
- Battement double frappe муз размер 3/4
- rond de jambe en l air муз размер 3/4
- battement developpe муз размер 3/4
- grand battemet jete муз размер 2/4

Allegro - прыжки

- pas assemble в сторону, с переменной ног муз размер 4/4
- pas jete муз размер 4/4
- temps leve муз размер 4/4
- pas echarpe муз размер 4/4
- changements de pieds муз размер 4/4

Тема 3. Элементы народно-сценического танца.

Народно-сценический танец, (экзерсис у станка)

- Приседание (плие) – в русском характере, а) полуприседания плавные и резкие по I, II, IV, и V основным позициям; по свободным и прямым положениям, б) полное приседание по I, II, IV, и V основным позициям и прямым положениям
- Батман тандю вперед, сторону, назад; а) с переводом стопы на ребро каблука; б) с переводом стопы на ребро каблука на полуприседании – в русском характере
- Батман тандю жете вперед, в сторону, назад; а) с одним ударом стопой по V п, б) с двумя ударами стопой по V п. в белорусском характере
- Батман фондю (в украинском характере)
- Батман девлоппе (в характере итальянского танца)
- Большой батман (в характере венгерского танца)
- Круговые движения - скольжения по полу

Тема 4. Современный танец. История развития джаз-модерн, рождение современного танца Основные позиции ног в джаз-танце: - вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр. Основные позиции рук в джаз-танце: - подготовительное положение-

press poz., джаз 1, 2, 3, 4; A, B, C. Flat back вперед в сочетании с работой рук. Кросс. Проучивание шага flat step в чистом виде. Flat step в plié. Импровизация- как раздел урока в джаз-танце. Упражнения свингового характера. Проработка движений: drop, swing, roll down, roll up. Изгибы торса: curve, arche, roll down и roll up.

1.5. Планируемые результаты освоения программы.

1 год обучения

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, 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.
- уметь координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Учащиеся должны знать:

- позиции рук, ног, точки класса;
- движения, выученные за год;
- названия движений и танцев;
- танцы, выученные за год.

2 год обучения

Учащиеся должны уметь:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, пуск».
- координировать движения;
- ориентироваться в танцевальном классе;
- танцевать в заданном темпе.

Учащиеся должны знать:

- движения, выученные за год;
- названия движений и танцев;
- танцы, выученные за год.

3 год обучения

Учащиеся должны уметь:

- умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы;
- умение ориентироваться на сценической площадке;
- умение самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- владение различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;
- навыки перестраивания из одной фигуры в другую;

- владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;
- навыки комбинирования движений;
- навыки ансамблевого исполнения, сценической практики.

Учащиеся должны знать:

- движения, выученные за год;
- названия движений и танцев;
- танцы, выученные за год.

4 год обучения

Учащиеся должны уметь:

- выполнять разминочный тренаж классического, современного и народно-сценического экзерсиса;
- различать музыкальный темп и характер музыки;
- выполнять комбинации классического, современного и народного танца;
- импровизировать на свободную тему;
- вежливо обращаться к партнеру.

Учащиеся должны знать:

- виды позиций ног и рук классического, современного и народно-сценического экзерсиса;
- историю возникновения классического, современного и народно-сценического танца;
- название упражнений классического, современного и народно-сценического экзерсиса.

5 год обучения

Учащиеся должны уметь:

- выполнять разминочный экзерсис в классическом, народном и современном танце;
- самостоятельно отрабатывать танцевальные комбинации, развивая техничность исполнения и танцевальность;
- исполнять танцевальные элементы разных народов, сохраняя осанку, легкость и благородную манеру;
- выражать в пластике общее содержание музыки, ее образные ассоциации.

Учащиеся должны знать:

- виды позиций ног и рук классического, современного и народно-сценического экзерсиса;
- историю возникновения классического, современного и народно-сценического танца;
- название упражнений классического, современного и народно-сценического экзерсиса.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарно – тематический план (Приложение 1)

2.2. Условия реализации программы.

Для реализации данной программы необходимы:

- Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Раздевалка для обучающихся;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Наличие музыкального инструмента в классе (фортепиано);
- Музыкальный материал для проведения занятий;
- Наличие аудиоаппаратуры с флеш- носителем;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие танцевальных костюмов.
- Наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

2.3. Формы аттестации

- проведение открытых уроков для родителей;
- организация танцевальных конкурсов;
- участие в праздничных программах, концертах ;
- проведение итогового занятия в конце учебного года.

2.4. Контрольно – измерительные материалы

Оперативное управление учебным процессом невозможно без осуществления контроля знаний, умений и навыков обучающихся. Именно через контроль осуществляется проверочная, воспитательная и корректирующая функции.

Оценка качества реализации программы "Ритмика" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, концертах, просмотрах и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков.

Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

В курсе обучения танцам применяются традиционные методы обучения: использование слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова – универсальный метод обучения, с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышению интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательных элементов соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод можно применять при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально-ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

2.6. Список методической литературы и ресурсов

1. Бондаренко Л. Ритмика и танец. - Киев, 1972
2. Богоявленская Т. Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта Лючия» - М.: ООО «Век информации», 2009
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - 2-е изд., испр. и доп. - СПб: ЛОИРО, 2000
4. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М., 1968
5. Зими́на А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей. - М., 1998
6. Коно́рова Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. - М., 1963
7. Коно́рова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - М., 1972 - Вып. 1, 1973 - Вып. 2
8. Ладыгин Л.А. Музыкальное содержание уроков танца //Современный балльный танец. - М., 1976
9. Ладыгин Л. А. Музыкальное оформление уроков танца. - М., 1980
10. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебн. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: ООО «Век информации», 2009