

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Атяшевского муниципального района
«Атяшевский Дом детского творчества»

Рекомендовано
педагогическим советом
МБУДО «Атяшевский ДДТ»
Протокол №1
от «__» _____ 2020 г.

Утверждаю
Директор
МБУДО «Атяшевский ДДТ»
_____ Кумакшева Л.А.
«__» _____ 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Ритм»

Направленность: «Художественная»
уровень программы: ознакомительный
возраст обучающихся: 13-15 лет
срок реализации программы: 1 год

Составитель:
Бухарова Ирина Васильевна
педагог дополнительного образования

рп.Атяшево, 2020

Содержание

1.Пояснительная записка.....	3
2.Учебно-тематический план.....	10
3.Содержание разделов программы.....	11
4.Методическое обеспечение.....	13
5.Материально – техническое обеспечение.....	13
6. Список литературы для педагога	14
7. Список литературы для обучающихся.....	15
8. Список сайтов для дистанционного обучения.....	16

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа имеет хореографическую направленность. Уровень программы: ознакомительный. Программа «Ритмика» вводит детей в удивительный мир хореографического искусства.

Программа составлена на основе следующих нормативно–правовых актов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Минпросвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления в образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».(зарегистрировано в Минюсте РФ 29.11.2018 №52831)

3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

4. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей».

7. Приказ Министерства образования Республики Мордовия от 04.03.2019 № 211 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Мордовия».

8. Программы для внешкольных учреждений и образовательных школ. М.: Просвещение 1995г.

9. Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Санитарно – эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172.–14

10. Устав учреждения.

11. Локальный акт Учреждения «Положение о разработке, порядке учреждения реализации и корректировки общеобразовательных программ».

Хореография – это прекрасное средство физического, эстетического развития и саморазвития обучающихся.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Актуальность программы.

Актуальность программы связана с необходимостью развития танцевального потенциала обучающихся и расширения знаний о танце, как самом популярном среди молодежи, виде искусства. Программа удовлетворяет запросы обучающихся в области танцевального образования, решает проблемы творческой самореализации личности через танцевальную и концертно-исполнительскую деятельность, удовлетворяет потребности и запросы школьников в области досуга и общения.

Новизна программы.

Новизна программы состоит в личностно ориентированном обучении. Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей обучающихся, не в

формировании сроков и темпов, а прежде всего в том, чтобы создать каждому обучающимся все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей. Обучение танцам тесным образом связано с процессом подготовки к концертам, музыкально – сценическим представлениям. В связи с этим, учебный план разработан в соответствии с планом основных школьных мероприятий. Обучение доступно всем обучающимся, желающим заниматься танцевальным творчеством.

Педагогическая целесообразность:

Существование программы обусловлено необходимостью формирования у обучающихся способностей в области коллективной танцевальной творческой деятельности, повышения общего уровня культуры, углубления знаний, умений, навыков в исполнении танцев.

Цель программы:

Развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.

Задачи программы:

Образовательные:

- приобщить обучающихся к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт: знание обучающихся о танце, его истории.
- познакомить обучающихся с различными видами танцев;
- создать условия для развития творческой активности обучающихся, участвующих в танцевальной деятельности, а также поэтапного освоения обучающимися различных видов творчества.

Развивающие:

- развивать у обучающихся художественный вкус, музыкальность, чувство такта, темпа;
- развивать координацию движений, тренировать суставно - мышечный аппарат;;
- развивать творческое воображение;

Воспитательные:

- формировать у обучающихся навыки индивидуальной и коллективной деятельности;
- воспитывать чувство ответственности за дело, волю, аккуратность, дисциплинированность, инициативность, эмоциональную открытость и отзывчивость;
- воспитывать настойчивость в преодолении трудностей, достижении поставленных задач;

Прогнозируемые результаты.

Обучающиеся должны знать:

- позиции рук и ног;
- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии;
- характерные особенности движений и элементов, манеру исполнения русского народного танца; бального танца, эстрадного танца;
- правильно пройти в такт музыке, сохраняя осанку;

Обучающиеся должны уметь:

- исполнять основные движения различных видов танцев;
- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- уметь воспринимать и передавать в движении образ;
- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение танца на выступлениях.

Формы и способы проверки результатов усвоения программы.

Формы и способы проверки результатов усвоения программы.

являются выступления на концертах и на тематических мероприятиях.

Отличительная особенность.

Отличительной особенностью данной программы является то, что педагог, в зависимости от наличия опыта, необходимого материала, оборудования сможет спланировать свою деятельность, уделив должное количество времени на изучение каждой темы.

В соответствии с возрастными особенностями обучающихся, используются различные формы и методы работы на занятиях.

Основная форма образовательной работы с обучающимися: музыкально - тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное, и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого обучающегося.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально - ритмические упражнения, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания и т.д.

Уровень усвоения программы.

Последовательная, систематическая работа над решением задач музыкального воспитания, и в частности танцевальной деятельности, развивает воображение обучающихся, их творческую активность, учит осознанному отношению к воспринимаемой музыке, к эмоционально – динамическому осмыслению движений. Исполнение и улучшение его качества – это главный результат, к которому всегда следует стремиться и достигать его.

В рамках реализации программы возникает задача выработки у обучающихся самостоятельной работы в целях оказания помощи друг другу, воспитывает в них чувство коллективизма и трудолюбия.

Во время реализации программы будет развиваться процесс её коррекции и совершенствования. Первые результаты станут видны по итогам выступлений на концертах, участиях в общественно – массовых

мероприятиях, которые воспитывают в детях чувство ответственности и пунктуальности. Коллектив должен работать в союзе: обучающиеся – педагог – родители. Решение проблем коллектива вместе с родителями делает его более сплочённым и взаимно заинтересованным.

Формы и режим занятий.

Режим занятий: Программа рассчитана на 72 часа, (2 часа в неделю)

Форма обучения: групповые и индивидуальные занятия.

Состав группы постоянный на весь учебный год. В группу входят обучающиеся 1-3 классов, набор в группу свободный, по желанию обучающихся. Форма занятий – групповые и индивидуальные занятия, со всей группой одновременно и с участниками конкретного танца, могут участвовать обучающиеся разных классов в зависимости от необходимости.

Занятия организуются при постоянном составе учебной группы, под руководством педагога дополнительного образования; во время самостоятельных тренировок обучающиеся работают индивидуально или группами, состав которых может меняться без непосредственного наблюдения педагога дополнительного образования, но по его предварительным указаниям.

Учебно-тематический план

№	Название раздела	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Ритмика	1	5	6
2	Элементы классического танца	2	12	14
3	Элементы русского народного танца	3	12	15
4	Элементы бального танца	3	12	15
5	Элементы национального танца	2	8	10
6	Постановочно – репетиционная работа	-	12	12
	Итого	11	61	72

Содержание программы

Раздел	Содержание программы
1.Ритмика	1.Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. <u>Ритмические упражнения:</u> - упражнения на дыхание; - физиологическая разминка по принципу сверху вниз. 2. <u>Упражнения на ковриках:</u> - лежа на животе – поднимание рук и ног одновременно и поочередно, покачивание; - лежа на спине – поднимание ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. 3. <u>Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</u> - движения в образах; - пантомима. 4. <u>Упражнения на пластику и расслабление:</u> - пластичные упражнения для рук; - наклоны корпуса в координации с движениями рук; - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. 5. <u>Пространственные упражнения:</u> - продвижения с прыжками, бег, поскоки; - перестроение из одной фигуры в другую. 6. <u>Ритмические комбинации:</u> - связки ритмичных движений; - этюды; - танцевальная импровизация.
2.Элементы классического танца	1. <u>Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная)</u> в центре зала, <u>поклон</u> (усложнение). - плие; - пор-де-бра. 2. <u>Упражнения на середине зала:</u> - приседания и полуприседания; - поднимание стопы на полупальцы; - движение в координации рук и ног по позициям, повороты. 3.<u>Прыжки, верчения:</u> - прыжки на месте по I, II, III позициям ног;

	- верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали. 2. <u>4.Комбинации движений классического танца:</u> - этюды; - координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений; - координация рук и ног в исполнении движений на середине.
3.Элементы русского народного танца	1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон</u> (усложнение). 2. <u>Основные танцевальные движения:</u> - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; - повороты, прыжки. 3. <u>Комбинации русского народного танца «Плясовая».</u>
4.Элементы бального танца	1. <u>Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон</u> (усложнение). 2. <u>Основные элементы бального танца:</u> - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; - свободная композиция (работа в паре); - элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты. 3. <u>Комбинации балльных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл»</u> - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.
5.Элементы национального танца	1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</u> 2. <u>Основные танцевальные движения.</u> 3. <u>Композиции национального танца (ирландский танец)</u> - связка отдельных элементов в свободные композиции.
6.Постановочно-репетиционная работа	1. <u>Изучение движений танцевального номера;</u> 2. <u>Отработка движений танцевального номера;</u> 1. <u>Соединение движений в комбинации;</u> 2. <u>Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;</u> 3. <u>Репетиционная работа.</u>

В качестве средства предотвращения распространения пандемии корона вируса учебно-воспитательный процесс проходит с применением дистанционных педагогических технологий.

В программе указаны обучающие сайты дистанционных уроков танцев в соответствии с программой творческого объединения.

Методическое обеспечение.

- методические пособия и учебные пособия по обучению современному танцу;
- литература по ритмике, пластике, танцу;
- словари терминов;
- описание техники безопасности

- иллюстрации; фотографии; видео – аудиозаписи; фонограммы, CD, DVD диски.

Для развития у обучающихся выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры. Целесообразно включать в занятие импровизацию. В качестве музыкального оформления лучше выбирать доступные для восприятия обучающихся произведения. Они должны быть разнообразными и качественными. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

Материально-техническое обеспечение

Для занятий используются:

спортивный зал, музыкальный центр, аудиокассеты, диски.

Также тренировочный материал: обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты, коврики.

Список источников для педагога

1.Бесова, М. Весёлые игры для дружного отряда / М. Бесова. – Ярославль: Академия холдинг, 2014г.

2.Браиловская, Л. В. Самоучитель по танцам / Л. В. Браиловская. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2013г.

3.Васильева, Т. К. Секрет танца / Т. К. Васильева. – Санкт-Петербург: Диамант, 2017г.

4.Ильенко, Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы / Л. П. Ильенко. – М., 2011г.

5.Минский, Е.М. От игр к занятиям / Е. М. Минский. – М., 2012г.

6.Назайкинский, Е.В. Звуковой мир музыки / Е. В. Назайкинский. – М.: Музыка, 2018г.

Интернет источники для педагога.

- 1.<https://baletnik.nethouse.ru/>(Сборники А. Стрельниковой)
- 2.<http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-3.khoreografii-i-tantsam>(сборники по хореографии и танцам)
- 4.<http://e-libra.ru/read/196288-istoriya-russkoj-baleriny.html> (История русской балерины)
- 5.<http://ale07.ru/music/notes/song/fortepiano/tancy.htm> (ноты для фортепиано) -----6.<http://nsportal.ru/kultura/muzykalnoe-iskusstvo/library/2015/08/03/noty-dlya-ekzersisa-u-7.stanka-klassicheskogo-tantsa> (ноты для хореографии)

Список источников для обучающихся.

- 1 Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2015. – 101 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика./А.И. Буренина – С. – Петербург, 2016. – С5.
3. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. / Н.И. Дереклеева – Москва: «ВАКО», 2015
4. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики //
5. Зими́на, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зими́на. – Москва: Владос, 2017
6. Каплунова И. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. /И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург, «Композитор», 2015.
7. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2012. – 61с.

Интернет ресурсы для обучающихся.

1. <http://www.kindergenii>. <http://www.kindergenii>
<http://www.lisaharrisdance.com> (сайт американской пианистки,
концертмейстера балета Лизы Харрис);
2. <http://www.josuonline.com> (CD для танца);
3. <http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров);
<http://www.ballet.classical.ru/> (Маленькая балетная энциклопедия);
4. <http://www.russianballet.ru/rus/info.htm> (Все о журнале «Балет»);
5. <http://notes.tarakanov.net/koncbalet.htm> (Ноты)

Список сайтов для дистанционного обучения:

- <https://www.youtube.com/watch?v=xIfJkuM6QrE> – видео-уроки
народного танца
- <https://www.youtube.com/watch?v=XsM8d0-R-mQ> – видео-уроки
бального танца
- https://www.youtube.com/results?search_query видео-уроки современного
танца
- https://www.youtube.com/results?search_query комплекс музыкально-
ритмических движений под музыку.