

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Районный центр внешкольной работы»

РАССМОТРЕНА:
на заседании
методического совета
Протокол №1
от 28.08.2023 г.

ПРИНЯТА:
на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от 29.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА:
Приказом МБУДО
«РЦВР»
№160 от 30.08.2023 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«От ритмики к танцу»
детского объединения «Веснушки»**

Срок реализации программы 2 года
Адресат программы: дети 7 – 10 лет

Автор программы:
Казанович Екатерина Ивановна,
педагог дополнительного образования

п. Средний, 2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

| | | |
|---|--|----|
| 1 | Пояснительная записка..... | 3 |
| 2 | Ожидаемые результаты освоения программы..... | 4 |
| 3 | Содержание программы..... | 4 |
| 4 | Методическое обеспечение программы..... | 15 |
| 5 | Материально-техническое обеспечение программы..... | 15 |
| 6 | Календарный учебный график..... | 15 |
| 7 | Оценочные материалы..... | 15 |
| 8 | Список литературы..... | 16 |

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Дополнительная общеобразовательная программа «От ритмики к танцу» дает возможность каждому ребенку получать дополнительное образование, исходя из его интересов, склонностей, способностей образовательных потребностей. Направленность программы художественная. В ходе реализации программы у детей раздвигаются рамки художественного видения мира, а простые и привычные действия преобразуются в танцевальные, становятся имитацией поведения нужного художественного образа.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена тем, что в последние годы в детской среде наблюдается недостаток художественно-эстетического воспитания и должного внимания общества к организации свободного времени школьников. Для детей типично стремление к объединению в группы, которые возникают спонтанно, что ведёт к самым негативным последствиям. В процессе занятий у детей воспитывается чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению. В процессе подготовки концертных номеров, само выступление воспитывает терпение, ответственность, уважение друг к другу, чувство сотрудничества.

Новизна, отличительные особенности данной программы от уже существующих образовательных программ

Новизна программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

Основной отличительной особенностью программы «От ритмики к танцу» от уже существующих программ по хореографии является то, что она дает возможность обучающемуся попробовать свои силы в разных видах танцевального творчества. Этому способствует модульный принцип построения: программа включает в себя три модульных учебных курса «От ритмики к танцу», «Мир танца», «Мой танец». Учащийся может выбрать любой из предложенных модульных курсов, а также сочетать их, выстраивая индивидуальный образовательный маршрут с учетом своих интересов и потребностей.

Цель и задачи программы

Цель программы: развитие творческих особенностей обучающихся средствами музыки и танца

Задачи:

1. Образовательные:

- сформировать элементарные знания о функциях организма;
- научить передаче образа с помощью движения, мимики;
- сформировать у детей умения отображать ритмический рисунок композиции и находить сильную долю музыкального такта;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве;
- познакомить с терминологией, принятой в хореографии.

2. Воспитательные:

- воспитывать морально-волевые качества: выдержку, настойчивость;
- приобщить обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела;
- развить чувство взаимопомощи и взаимовыручки;
- формировать культуру поведения и общения.

3. Развивающие:

- сформировать правильную осанку;
- формировать двигательные навыки;
- развить ловкость, быстроту, гибкость, силу, выносливость, координацию и пластику.

Основные характеристики образовательного процесса

Возраст обучающихся: программа рассчитана на работу с детьми младшего школьного возраста 7 - 10 лет. При реализации программы учитываются возрастные особенности детей, которым адресована программа.

Набор детей осуществляется на добровольных началах с учетом склонностей ребят, их возможностей и интересов.

Программа состоит из трех модулей и позволяет обучающемуся выбирать модуль или последовательно проходить обучение по всем модулям.

Набор в группы – свободный (без конкурса). В зависимости от возраста дифференцируются формы работы и требования к учащимся. Форма работы со школьниками 1 года обучения – игровая, упражнения имеют соревновательный характер. К школьникам 2 года обучения подход более требовательный: акцент делается на понимании важности того дела, которым мы занимаемся. Если на первом году обучения цель педагога – ввести ребёнка в сферу хореографии, то на последнем году обучения обучающиеся представляют свои творческие работы.

Наполняемость групп до 12 человек.

Сроки реализации: программа рассчитана на 2 года обучения

Режим занятий: занятия по модульному учебному курсу «От ритмики к танцу» проходят один раз в неделю по 2 учебных часа, занятия по модульному учебному курсу «Мир танца» - один раз в неделю по 2 учебных часа, занятия по модульному учебному курсу «Мой танец» - с учетом один раз в неделю по 2 учебных часа.

Длительность одного учебного занятия 45 мин., перерыв – 10 мин.

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

Объем учебных часов по программе: учебный модуль «От ритмики к танцу» - 72 часа, учебный модуль «Мир танца» - 72 часа, учебный модуль «Мой танец» - 72 часа. При последовательном прохождении обучающимися всех учебных модулей объем учебных часов составит 216 в год, 432 часа за два года.

Формы обучения: очная

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты: будут охарактеризованы: проявлением трудолюбия и самодисциплины, воли и выносливости; навыками самооценки; ответственностью за собственный и коллективный результат; способностью справиться с конфликтной ситуацией; установлением и укреплением дружеских взаимоотношений в коллективе.

Метапредметные результаты обучения будут охарактеризованы: повышением уровня культурного развития личности, развитием учебно-интеллектуальных умений и навыков (использование специальной литературы и компьютерных источников информации); высокой степенью развития коммуникативности и эмпатии; владением технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления; развитием учебно-организационных умений и навыков (организация рабочего пространства, соблюдение техники безопасности, аккуратность в выполнении работы).

Предметные результаты:

Предметные результаты освоения программы описаны в пояснительных записках модульных учебных курсов.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный модуль «От ритмики к танцу»

Первый год обучения

- Введение в образовательную программу. Познакомить с понятием «хореография». Танец и его виды. Пробудить интерес к занятиям хореографии.

- Знакомство с азбукой ритмики. Включает в себя знакомство с основными выразительными средствами музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр). А также рассматривается понятие танцевального движения – его длительность, характер, настроение, темп. Выявляется взаимосвязь музыки и движения – совместное вступление и окончание мелодии и танцевального движения, передача единого характера и настроения.
- Танцевальные упражнения развивают у детей легкость, красоту движений, выразительность. Правильное выполнение этих упражнений способствует формированию хорошей осанки. Простейшие танцевальные упражнения с детьми можно выполнять в кругу, колонне, шеренге.
- Основы образно-игровой партерной гимнастики. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.
- Творческая деятельность. *Коммуникативные танцы-игры* – содержат несложные движение, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания. *Импровизационные игры* - дети импровизируют выразительно-изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняют. *Сюжетно-ролевой игры* воплощаются ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.
- Упражнения с предметами. Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. Позволяет детям не только выполнять упражнения вместе с педагогом, но и самостоятельно составлять комплекс упражнения или комбинацию, что благоприятно влияет на развитие творческих способностей.

Второй год обучения

- Детский танец. Элементы ритмики и музыкальной грамоты (хлопки громкие и тихие, в темпе музыки; воспроизведение хлопками ритмического рисунка, состоящего из четвертей, восьмых, половинных и целых).
- Игры. Повторение некоторых пройденных игр: «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Сделай сам - покажи другим», «Зеркало». Изучение новых игр «Солнце, воздух и вода», «Ручеёк».
- Основы образно-игровой партерной гимнастики. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.
- Азбука классического танца. Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки.
- Упражнения на ориентировку в пространстве – включает изучение пространственных построений и передвижений, используемых в гимнастических упражнениях и танцевальных композициях.
- Сказочная аэробика - выполнена в виде серии сказок, даёт возможность развивать чувство ритма, гибкость, координацию движения, формировать правильную осанку. Занимаясь, дети играют сказку, одновременно учат танцевальные движения.

Цель: способствовать формированию устойчивого интереса к занятиям танцами

Задачи:

- сформировать элементарные знания о функциях организма;
- формировать у детей умения отображать ритмический рисунок композиции и находить сильную долю музыкального такта;
- познакомить с терминологией, принятой в хореографии.

Ожидаемые результаты освоения модульного курса:

1 год обучения:

будут знать:

- владеть программной терминологией, ориентироваться в различных формах рисунка.

будут уметь:

- красиво и непринуждённо держать корпус и голову;
- начинать и заканчивать движение с музыкой;
- координировать движения ног, рук, головы и корпуса в танцевальной композиции.

2 год обучения:**будут знать:**

- правила исполнения программных упражнений и танцевальных элементов;
- позиции ног и рук;

будут уметь:

- различать музыкальные и танцевальные жанры (марш, песня, вальс, полька, полонез);
- исправлять ошибки.

Учебный план модульного курса:

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|----------------------------------|---|------------------|-----------|-----------|----------------------------------|
| | | теория | практика | всего | |
| Первый год обучения | | | | | |
| 1 | Раздел 1. «Азбука ритмики» | 6 | 8 | 14 | |
| 1.1 | Введение в образовательную программу | 2 | | 2 | |
| 1.2 | Знакомство с азбукой ритмики | 2 | 6 | 8 | |
| 1.3 | Танцевальные упражнения | 2 | 2 | 4 | |
| 2 | Раздел 2. «Партерная гимнастика» | 6 | 52 | 58 | |
| 2.1 | Основы образно-игровой партерной гимнастики | 2 | 32 | 34 | |
| 2.2 | Творческая деятельность | 2 | 4 | 6 | |
| 2.3 | Упражнения с предметами | 2 | 16 | 18 | |
| Всего первый год обучения | | 12 | 60 | 72 | выступление на творческом отчете |
| Второй год обучения | | | | | |
| 1 | Раздел 1. «Детский танец» | 6 | 36 | 44 | |
| 1.1 | Элементы ритмики и музыкальной грамоты | 2 | 6 | 8 | |
| 1.2 | Игры | 2 | 4 | 6 | |
| 1.3 | Основы образно-игровой партерной гимнастики | 2 | 28 | 30 | |
| 2 | Раздел 2. «Азбука классического танца» | 6 | 22 | 28 | |
| 2.1 | Подготовительный | 2 | 4 | 6 | |

| | | | | | |
|----------------------------------|--|-----------|------------|------------|-------|
| | комплекс на ковриках | | | | |
| 2.2 | Упражнения на ориентировку в пространстве тональностях | 2 | 6 | 8 | |
| 2.3 | Сказочная аэробика | 2 | 12 | 14 | |
| Всего второй год обучения | | 12 | 60 | 72 | зачет |
| Всего по модулю | | 24 | 120 | 144 | |

Содержание обучения

Первый год обучения

Тема 1. Введение в образовательную программу.

Теория. Инструктаж. Познакомить с понятием «хореография». Танец и его виды. Пробудить интерес к занятиям хореографии.

Практика. Поклон. Разминка. Парные игровые упражнения.

Тема 2. Знакомство с азбукой ритмики.

Теория. Включает в себя знакомство с основными выразительными средствами музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр).

Практика. Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуся», «Музыкальный оркестр».

Тема 3. Танцевальные упражнения.

Теория. Развивают у детей легкость, красоту движений, выразительность.

Практика. Выполнение простейших танцевальных упражнений с детьми в кругу, колонне, шеренге.

Тема 4. Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Теория. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Практика. Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок, укрепление «мышечного корсета».

Тема 5. Творческая деятельность.

Теория. Коммуникативные танцы-игры – содержат несложные движение, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания. Импровизационные игры - дети импровизируют выразительно-изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняют. Сюжетно-ролевой игры воплощается ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

Практика. Коммуникативные танцы-игры, импровизационные игры, сюжетно-ролевой игры воплощается ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

Тема 6. Упражнения с предметами

Теория. Позволяет детям не только выполнять упражнения вместе с педагогом, но и самостоятельно составлять комплекс упражнения или комбинацию, что благоприятно влияет на развитие творческих способностей.

Практика. Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой.

Второй год обучения.

Тема 1. Детский танец.

Теория. Элементы ритмики и музыкальной грамоты.

Практика. Хлопки громкие и тихие, в темпе музыки; воспроизведение хлопками ритмического рисунка, состоящего из четвертей, восьмых, половинных и целых.

Тема 2. Игры.

Теория. Повторение некоторых пройденных игр.

Практика. «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Сделай сам - покажи другим».

Тема 3. Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Теория. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Практика. Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок, укрепление «мышечного корсета».

Тема 4. Азбука классического танца.

Теория. Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц.

Практика. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки.

Тема 5. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Теория. Включает изучение пространственных построений и передвижений, используемых в гимнастических упражнениях и танцевальных композициях.

Практика. Разучивание и отработка связок.

Тема 6. Сказочная аэробика.

Теория. Выполнена в виде серии сказок, даёт возможность развивать чувство ритма, гибкость, координацию движения, формировать правильную осанку. Занимаясь, дети играют сказку, одновременно учат танцевальные движения.

Практика. Разучивание и отработка связок.

Учебный модуль «Мир танца»

Первый год обучения

- Вводное занятие. Формировать мотивацию к занятиям по разным направлениям хореографии. Разминка, работа в группах по заданию. Творческая самостоятельная работа всей группой по созданию этюда в любом танцевальном направлении.
- Детский танец. Элементы ритмики и музыкальной грамоты. Освоить понятия: «ритмический рисунок»; длительность, акцент, строение музыкального произведения: вступление, части, музыкальные фразы; особенности танцевальных жанров: вальс, полька, марш.
- Игры. Повторение некоторых пройденных игр: «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Сделай сам - покажи другим». Изучение новых игр «Зеркало», «Солнце, воздух и вода», «Ручеёк».
- Комбинации. Комбинации из подскоков, галопа, прыжков, хлопков, шагов и бега.
- Основы образно-игровой партерной гимнастики. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений. Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; укрепление «мышечного корсета».
- Танцевальные упражнения развивают у детей легкость, красоту движений, выразительность. Правильное выполнение этих упражнений способствует формированию хорошей осанки. Простейшие танцевальные упражнения с детьми можно выполнять в кругу, колонне, шеренге.

Второй год обучения

- Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках. Научить выполнять основные элементы акробатики и простые трюки. Понятие «акробатика». Техника безопасности.
- Азбука классического танца. Подготовительный комплекс на ковриках. Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки.
- Русский народный танец. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук). Изучение поклона, знакомство с элементами народного танца, прослушивание музыки в разных жанрах (хоровод, кадрили и др.), положение рук и ног в народном танце.
- Творческая деятельность. *Коммуникативные танцы-игры* – содержат несложные движения, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания. *Импровизационные игры* - дети импровизируют выразительно-изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняют. *Сюжетно-ролевой игры* воплощаются ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

- Основы образно-игровой партерной гимнастики. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.
- Современный танец. Отработка комбинаций, простые постановки.

Цель: познакомить детей со спецификой обучения, сформировать мотивацию к занятиям по разным направлениям хореографии

Задачи:

- обучить передаче образа с помощью движения, мимики;
- сформировать у детей умения отображать ритмический рисунок композиции и находить сильную долю музыкального такта.

Ожидаемые результаты освоения модуля:

1 год обучения:

будут знать:

- специфические отличия классической, народной и современной хореографии.

будут уметь:

- различать музыкальные и танцевальные жанры (марш, песня, вальс, полька, полонез);
- передавать характер, ритмические особенности музыки в движении.

2 год обучения:

будут знать:

- владеть программной терминологией;

будут уметь:

- ориентироваться в композиционном пространстве.
- исправлять ошибки;
- применять на практике нормы взаимоотношения в парном и ансамблевом исполнении.

Учебный план модуля

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|----------------------------------|---|------------------|-----------|-----------|---------------------------|
| | | теория | практика | всего | |
| Первый год обучения | | | | | |
| 1 | Раздел 1. «Детский танец» | 6 | 8 | 14 | |
| 1.1 | Введение в образовательную программу | 2 | | 2 | |
| 1.2 | Элементы ритмики и музыкальной грамоты | 2 | 6 | 8 | |
| 1.3 | Игры | 2 | 2 | 4 | |
| 2 | Раздел 2. «Партерная гимнастика» | 6 | 52 | 58 | |
| 2.1 | Основы образно-игровой партерной гимнастики | 2 | 16 | 18 | |
| 2.2 | Комбинации | 2 | 32 | 34 | |
| 2.3 | Танцевальные упражнения | 2 | 4 | 6 | |
| Всего первый год обучения | | 12 | 60 | 72 | зачет |
| Второй год обучения | | | | | |
| 1 | Раздел 1. «Партерная | 8 | 44 | 52 | |

| | | | | | |
|----------------------------------|--|-----------|------------|------------|----------------------------------|
| | гимнастика и акробатика» | | | | |
| 1.1 | Основные элементы акробатики | 2 | 28 | 30 | |
| 1.2 | Азбука классического танца | 2 | 4 | 6 | |
| 1.3 | Русский народный танец | 2 | 6 | 8 | |
| 1.4 | Современный танец | 2 | 6 | 8 | |
| 2 | Раздел 2. «Творческая деятельность» | 4 | 16 | 20 | |
| 2.2 | Коммуникативные танцы-игры | 2 | 8 | 10 | |
| 2.3 | Импровизационные игры | 2 | 8 | 10 | |
| Всего второй год обучения | | 12 | 60 | 72 | выступление на творческом отчете |
| Всего по модулю | | 24 | 120 | 144 | |

Содержание обучения:

Первый год обучения

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Формировать мотивацию к занятиям по разным направлениям хореографии.

Практика. Разминка, работа в группах по заданию. Творческая самостоятельная работа всей группой по созданию этюда в любом танцевальном направлении.

Тема 2. Детский танец.

Теория. Элементы ритмики и музыкальной грамоты.

Практика. Хлопки громкие и тихие, в темпе музыки, воспроизведение хлопками ритмического рисунка, состоящего из четвертей, восьмых, половинных и целых.

Тема 3. Игры.

Теория. Повторение некоторых пройденных игр, объяснение новых правил.

Практика. «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Сделай сам - покажи другим», «Зеркало», «Солнце, воздух и вода», «Ручеёк».

Тема 4. Комбинации и постановки.

Теория. Изучение комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней.

Практика. Разучивание и отработка.

Тема 5. Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Теория. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Практика. Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок, укрепление «мышечного корсета».

Тема 6. Танцевальные упражнения.

Теория. Развивают у детей легкость, красоту движений, выразительность.

Практика. Выполнение простейших танцевальных упражнений с детьми в кругу, колонне, шеренге.

Второй год обучения

Тема 1. Основные элементы акробатики.

Теория. Научить выполнять основные элементы акробатики и простые трюки. Понятие «акробатика». Техника безопасности.

Практика. Мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.

Тема 2. Азбука классического танца.

Теория. Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. **Практика.** Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки.

Тема 3. Русский народный танец.

Теория. Основы русского народного танца.

Практика. Изучение поклона, знакомство с элементами народного танца, прослушивание музыки в разных жанрах (хоровод, кадрили и др.), положение рук и ног в народном танце.

Тема 4. Творческая деятельность.

Теория. Коммуникативные танцы-игры – содержат несложные движения, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания. Импровизационные игры - дети импровизируют выразительно-изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняют. Сюжетно-ролевой игры воплощаются ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

Практика. Коммуникативные танцы-игры, импровизационные игры, сюжетно-ролевой игры воплощаются ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

Тема 5. Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Теория. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Практика. Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок, укрепление «мышечного корсета».

Тема 6. Современный танец.

Теория. Комбинации, простые постановки.

Практика. Раздел - изоляция. Изучаются следующие движения:

- голова: наклоны, повороты, круги;
- плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;
- грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат.

Учебный модуль «Мой танец»

Первый год обучения

- Вводное занятие. Познакомить детей с планом работы, ознакомить с новыми направлениями работы. Пробудить интерес к дальнейшим занятиям.
- Партерная гимнастика и акробатика. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса. Растяжка. Шпагаты.
- Детский танец. Элементы ритмики и музыкальной грамоты. Освоить понятия: «ритмический рисунок»; длительность, акцент, строение музыкального произведения: вступление, части, музыкальные фразы; особенности танцевальных жанров: вальс, полька, марш.
- Творческая деятельность. Коммуникативные танцы-игры – содержат несложные движения, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания. Импровизационные игры - дети импровизируют выразительно-изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняют. Сюжетно-ролевой игры воплощаются ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.
- Упражнения с предметами. Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. Позволяет детям не только выполнять упражнения вместе с педагогом, но и самостоятельно составлять комплекс упражнения или комбинацию, что благоприятно влияет на развитие творческих способностей.
- Упражнения на ориентировку в пространстве – включает изучение пространственных построений и передвижений, используемых в гимнастических упражнениях и танцевальных композициях.

Второй год обучения

- Основы образно-игровой партерной гимнастики. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений. Упражнения партерного тренажа включают в себя упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.
- Упражнения на ориентировку в пространстве – включает изучение пространственных построений и передвижений, используемых в гимнастических упражнениях и танцевальных композициях.
- Сказочная аэробика - выполнена в виде серии сказок, даёт возможность развивать чувство ритма, гибкость, координацию движения, формировать правильную осанку. Занимаясь, дети играют сказку, одновременно учат танцевальные движения.
- Танцевальные упражнения развивают у детей легкость, красоту движений, выразительность. Правильное выполнение этих упражнений способствует формированию хорошей осанки. Простейшие танцевальные упражнения с детьми можно выполнять в кругу, колонне, шеренге.
- Классический танец. Методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок. Методика исполнения элементов классического танца на середине зала.
- Русский народный танец. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук). Изучение поклона, знакомство с элементами народного танца, прослушивание музыки в разных жанрах (хоровод, кадрили и др.), положение рук и ног в народном танце.

Цель: совершенствование ранее полученных навыков и применение их в творческой практике.

Задачи:

- сформировать двигательные навыки;
- научить детей самовыражаться с помощью танца.

Ожидаемые результаты освоения модуля:

1 год обучения:

будут знать:

- базовые знания по классической, народной и современной хореографии;
- этику группового исполнения, владение культурой поведения на концертах, за кулисами, основы сценического мастерства.

будут уметь:

- передать характер, ритмические особенности музыки в движении.

2 год обучения:

будут знать:

- этику группового исполнения, владение культурой поведения на концертах, за кулисами, основы сценического мастерства.

будут уметь:

- обладать музыкальностью, координацией, актерской выразительностью и применять полученные навыки и знания в самостоятельном творчестве;
- передавать характер, ритмические особенности музыки в движении;
- выражать образ с помощью движений;
- анализировать музыкальное произведение с позиции структуры, выразительных средств мелодии и аккомпанемента.

Учебный план модуля:

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|----------------------------|---------------------------|------------------|----------|-------|------------------------------|
| | | теория | практика | всего | |
| Первый год обучения | | | | | |

| | | | | | |
|----------------------------------|--|-----------|------------|------------|-------|
| 1 | Раздел 1. Партерная гимнастика | 6 | 36 | 42 | |
| 1.1 | Введение в образовательную программу | 2 | | 2 | |
| 1.2 | Партерная гимнастика и акробатика | 2 | 32 | 34 | |
| 1.3 | Детский танец | 2 | 4 | 6 | |
| 2 | Раздел 2. Творческая деятельность | 8 | 22 | 30 | |
| 2.1 | Коммуникативные танцы-игры | 2 | 4 | 6 | |
| 2.2 | Импровизационные игры | 2 | 4 | 6 | |
| 2.3 | Упражнения с предметами | 2 | 4 | 6 | |
| 2.4 | Упражнения на ориентировку в пространстве | 2 | 10 | 12 | |
| Всего первый год обучения | | 14 | 58 | 72 | зачет |
| Второй год обучения | | | | | |
| 1 | Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве | 6 | 6 | 12 | |
| 1.1 | «Спираль» | 2 | 2 | 4 | |
| 1.2 | «Звёздочка» | 2 | 2 | 4 | |
| 1.3 | «Зигзаг» | 2 | 2 | 4 | |
| 2 | Раздел 2. Основы образно-игровой партерной гимнастики | 10 | 50 | 60 | |
| 2.2 | Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений | 2 | 28 | 30 | |
| 2.3 | Сказочная аэробика | 2 | 8 | 10 | |
| 2.4 | Танцевальные упражнения | 2 | 6 | 8 | |
| 2.5 | Творческая деятельность | 2 | 6 | 8 | |
| 2.6 | Классический танец | 2 | 2 | 4 | |
| Всего второй год обучения | | 16 | 56 | 72 | зачет |
| Всего по модулю | | 30 | 114 | 144 | |

Содержание обучения:

Первый год обучения

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Познакомить детей с планом работы, ознакомить с новыми направлениями работы. Пробудить интерес к дальнейшим занятиям.

Практика. Разминка, работа в группах по заданию.

Тема 2. Партерная гимнастика и акробатика.

Теория. Развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Практика. Растяжка. Шпагаты.

Тема 3. Детский танец.

Теория. Элементы ритмики и музыкальной грамоты.

Практика. Хлопки громкие и тихие, в темпе музыки, воспроизведение хлопками ритмического рисунка, состоящего из четвертей, восьмых, половинных и целых.

Тема 4. Творческая деятельность.

Теория. Коммуникативные танцы-игры – содержат несложные движение, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания. Импровизационные игры - дети импровизируют выразительно-изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняют. Сюжетно-ролевой игры воплощается ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

Практика. Коммуникативные танцы-игры, импровизационные игры, сюжетно-ролевой игры воплощается ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

Тема 5. Упражнения с предметами

Теория. Позволяет детям не только выполнять упражнения вместе с педагогом, но и самостоятельно составлять комплекс упражнения или комбинацию, что благоприятно влияет на развитие творческих способностей.

Практика. Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой.

Тема 6. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Теория. Включает изучение пространственных построений и передвижений, используемых в гимнастических упражнениях и танцевальных композициях.

Практика. Разучивание и отработка связок.

Второй год обучения

Тема 1. Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Теория. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Практика. Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок, укрепление «мышечного корсета».

Тема 2. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Теория. Включает изучение пространственных построений и передвижений, используемых в гимнастических упражнениях и танцевальных композициях.

Практика. Разучивание и отработка связок.

Тема 3. Сказочная аэробика.

Теория. Выполнена в виде серии сказок, даёт возможность развивать чувство ритма, гибкость, координацию движения, формировать правильную осанку. Занимаясь, дети играют сказку, одновременно учат танцевальные движения.

Практика. Разучивание и отработка связок.

Тема 4. Танцевальные упражнения.

Теория. Развивают у детей легкость, красоту движений, выразительность.

Практика. Выполнение простейших танцевальных упражнений с детьми в кругу, колонне, шеренге.

Тема 5. Классический танец.

Теория. Упражнения на середине зала.

Практика. Реливе. Прыжки (соте по I, II позициям).

Тема 6. Творческая деятельность.

Теория. Коммуникативные танцы-игры – содержат несложные движение, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания. Импровизационные игры - дети импровизируют выразительно-изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняют. Сюжетно-ролевой игры воплощается ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

Практика. Коммуникативные танцы-игры, импровизационные игры, сюжетно-ролевой игры воплощаются ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

При изучении курса используются следующие методы:

- *игровой метод.* Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире;

- *метод аналогий.* В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребёнка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания;

- *словесный метод.* Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка;

- *практический метод* заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения;

- *наглядный метод* – выразительный показ под счёт, с музыкой.

Основными формами занятий являются:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- контрольное занятие;
- индивидуальное занятие.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Занятия проходят в специально оборудованном классе. В работе используются фонограммы различных стилей, жанров, дидактический материал для подвижных игр и танцевально-ритмической гимнастики. Наличие компьютера позволяет знакомить детей с танцами народов мира, способом просмотра видео. Специальный реквизит для каждого ребёнка (коврики, мячи, скакалки, ленты, платки, султанчики).

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 (участие в конкурсах разного уровня), итоговая аттестация

Продолжительность учебного года с 1 сентября по 31 мая - 36 недель.

Расписание занятий по программе «От ритмики к танцу» составляется в зависимости от расписания занятий в общеобразовательном учреждении.

Продолжительность учебного занятия 45 минут. Между занятиями обязательно предусмотрен перерыв 10 минут.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания динамики освоения данной дополнительной общеразвивающей программы и анализа результатов образовательной деятельности разработан педагогический мониторинг. Мониторинг осуществляется в течение всего учебного года и включает первичную диагностику, текущий и итоговый контроль.

Вводный контроль (первичная/входная диагностика) проводится в начале учебного года (сентябрь) для определения уровня подготовки обучающихся. Форма проведения - беседа.

Текущий контроль осуществляется в процессе освоения обучающимися содержания раздела ритмика учебного плана. Форма проведения - практические задания. При определении уровня освоения педагог использует 5-ти балльную систему оценки:

Пять баллов по всем параметрам получают дети, обладающие высоким уровнем способностей, с легкостью исполняющие задания педагога.

Четыре балла получают дети, хорошо справляющиеся с заданиями, обладающие средним уровнем способностей.

Три балла – если ребёнок испытывает трудности, показывает низкий уровень способностей.

Два балла – ребёнок не понимает педагога, не может выполнить задания, плохая память, координация и чувство ритма отсутствуют.

| № | Критерии оценивания | Баллы |
|-------------------------------|--|-------|
| 1. | Развитие музыкальности | |
| 2. | Ритмичность | |
| 3. | Эмоциональность | |
| 4. | Трудоспособность | |
| 5. | Осанка | |
| 6. | Координация | |
| 7. | Владение изученными танцевальными движениями | |
| Общий балл по предмету | | |

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе. Форма проведения - творческий проект (самостоятельная постановка танцевальной композиции на заданную тему).

Творческий проект оценивается по пятибалльной системе по трём критериям, затем по общей сумме баллов выводится оценка.

| Ф.И. обучающегося | | | | | |
|-------------------|---------------------------------|---|---------------------------------------|------|--------|
| Танец | Техника исполнения (1-5 баллов) | Оригинальность хореографического решения (1-5 баллов) | Артистичность исполнения (1-5 баллов) | итог | оценка |
| | | | | | |

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

для педагогов:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
2. Бриске И.Э. Хореография. - Челябинск, 1995.
3. Ваганова А. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980.
4. Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету». – М.: ГИТИС, 1994.
5. Джоан Ван дер Маст. Хрестоматия для преподавания современного Танца. - Челябинск, 2011.
6. Ивлева Л.Д. Джазовый танец, Учебное пособие. - Челябинск, 1996.
7. Крючек Е.С. из серии «Спорт в школе», 2008.
8. Смирнова М.В. Методические разработки по классическому танцу. – М.: Гимнастическая аэробика, 1987.

9. Суриц Е.Я. Танец модерн. Маски современной культуры. - М., 2002.
10. Фокин М. Против течения. - М.: Искусство, 1962.
11. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. - М.: Искусство, 1985.

для обучающихся и родителей:

1. Дешкова И. Иллюстрационная энциклопедия балет в рассказах и исторических анекдотах для детей и их родителей. – М., 1995.
2. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе» Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2003.
3. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. – М., 2008.