

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 64»
городского округа «Город Лесной»
Свердловской области

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
протокол № 1 от 29.08.2019



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 64
Е.А. Болдырев
_____ 20__ г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Ритмика»**

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 7-10 лет
Количество часов в год: 34 часа
Разработчик:
Казакова Оксана Анатольевна,
учитель начальных классов

г.Лесной

Аннотация

1.1. Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика» имеет художественную направленность.

1.2. Уровень программы

Уровень программы - ознакомительный

1.3. Актуальность программы

В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает своё особое значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью. Уже в наскальных рисунках, созданных несколько тысячелетий тому назад, встречаются изображения пляшущих людей. «Танец возник тогда, когда искусство, выраженное в движении и жесте подчинилось ритму и музыке». Танцы первобытных людей сменили сценические танцы древних греков и римлян, затем «хороводы», «бранли», появились первые балеты.

Изменялось общество - изменялось и танцевальное искусство. XX век принёс с собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. «В танце есть элемент и легенды и жизни, Танец есть мост, перекинутый из нашей обыденной жизни к воздушным замкам свободного творчества. И, именно, потому, что в танце есть нечто от искусства, и нечто от жизни, в нём должна раскрываться та таинственная связь, которая сковывает творчество жизни со свободным творчеством...»

Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства. Танец - искусство - многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Занятия программы получения знаний и навыков с учётом получения знаний и навыков в непринуждённой обстановке, перенапряжение и утомляемость снимается за счёт переключения на разнообразные виды деятельности в ходе урока. Внедрение в программу интегрированных занятий, индивидуальных, интегрированных занятий с элементами импровизации, является отличительной чертой от других программ. В процессе обучения возникла необходимость дополнить интегрированные занятия элементами импровизации. Разработанные интегрированные занятия «Фантази - Данс» с элементами импровизации позволили обучающимся не только реализовать себя в различных видах деятельности, но и создавать «лично» выступить в роли «новатора» в любом виде искусств.

Данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.

Соответственно были выбраны следующие педагогические принципы и идеи:

- гуманизация образования; - личностно-ориентированного подхода;
- научности;
- интеграции;
- осуществление, как целостного, так и индивидуального подхода к воспитанию личности ребёнка;
- соответствие содержания возрастным особенностям обучающихся.

Методы и формы работы:

- эвристический;
- исследовательский;
- поощрения;
- интеграции;
- игровой;
- беседы

Одним из главных методов программы является метод интеграции, позволяющий собрать в единое целое различные виды искусств, выбрать большую информативную ёмкость учебного материала. Несмотря на большой объём информации, программа отличается компактностью и сжатостью учебного материала, внедрением в неё более совершенных методов и приёмов. Метод интеграции позволил соединить элементы различных предметов, что способствовало рождению качественно новых знаний, взаимообогащающая предметы, способствуя эффективной реализации триединой дидактической цели.

Занятия по программе оказали положительное влияние на развитие познавательных интересов, на социальную активность обучающихся, на раскрытие потенциальных способностей, на формирование художественно-эстетического вкуса.

Обучающиеся танцевального объединения значительно укрепили своё здоровье, что подтверждает показатель посещения занятий.

Цели и задачи программы

Все идеи, принципы, формы и методы, помещенные в разделах программы, нацелены на реализацию целей и задач: формирование всесторонне развитой личности, раскрытие потенциальных способностей, а также сохранение и укрепление здоровья детей.

Стратегической **целью** программы: является формирование целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности.

Выполнение целевых установок предполагает создание условий для выполнения следующих **задач**:

В области хореографии:

- расширение знаний в области современного хореографического искусства;
- выражение собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- умение понимать «язык» движений, их красоту.

В области воспитания:

- содействия гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- развития чувства гармонии, чувства ритма;
- совершенствования нравственно-эстетических, духовных и физических потребностей.

В области физической подготовки:

- развитие гибкости, координации движений;
- развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;
- укрепление физического и психологического здоровья.

Программа рассчитана на три года, 33/34 часа в год, продолжительность занятий 1 час. Возраст детей 7- 10 лет, количество детей в группе – 12/15 человек.

Ожидаемые результаты

В результате освоения программы **1 года обучения** дети должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе, должны знать:

- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.
- позиции рук и ног

уметь:

- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения классического характера

В конце 2 года обучения учащиеся должны закрепить знания 1 года обучения, чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью, должны знать:

- названия классических движений нового экзерсиса;
- 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.

В конце 3 года обучения учащиеся должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, должны знать:

- новые направления, виды хореографии и музыки;
- классические термины;
- жанры музыкальных произведений.

уметь:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку.

Содержательный раздел

Учебно-тематический план 1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	<i>Вводное занятие.</i>	2	2	-
2	<i>Танцы народов мира.</i>	3	3	
2.1	Чарльстон. Твист.	1	-	-
2.2	Цыганский танец.	1	-	-
2.3	Полька. Краковяк.	1	-	-
4	<i>Игровые технологии.</i>	10	-	10
4.1	Ласточка. Аист (на координацию движений).	2	-	2
4.2	Изгиб. Ромашка (познавательные игры).	4	-	4
4.3	Пропоем, прохлопаем любимую мелодию (развитие слуха).	1	-	1
4.4	Колокол. Великий мастер (снятие внутренних зажимов)	1	-	1
5	<i>Интегрированные занятия.</i>	3	-	3
6	<i>Ритмика.</i>	3	-	3
7	<i>Репетиционно-постановочная работа .</i>	5	2	3
8	<i>Азбука классического танца.</i>	5	1	4
9	<i>Итоговые занятия и досуговые мероприятия.</i>	2	-	2
	<i>Всего:</i>	33 часа		

Учебно-тематический план 2 год обучения

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	<i>Вводное занятие.</i>	2	2	-
2	<i>Танцы народов мира.</i>	4	3	1
2.1	Донской край, казачьи пляски.	2	1	1
2.2	Казачий костюм.	1	1	-
2.4	Все о рок-н-ролле.	1	1	-
3	<i>Танец - сегодня.</i>	4	4	-
3.1	Жизненная энергия	1	1	-

3.2	Если болезнь нельзя вылечить, то ее...	1	1	-
3.3	Две грани искусства.	1	1	-
3.4	Фольклорные, хореографические коллективы	1	1	-
4	Игровые технологии.	5	-	5
4.1	Рок-н-ролл, танец (на координацию движения).	2	-	2
4.2	Постановка жеста (на воображение).	1	-	1
4.3	Я в музыке услышу кто ты, что ты? (развитие чувства ритма).	2	-	2
6	Интегрированное занятие "Фантази-Данс" с элементами импровизации.	4	-	4
6.1	Импульс времени (новинки музыки, хореографии в России и странах Европы).	2	-	2
6.2	Танцевальная мозаика: "За волшебной дверью".	2	-	2
7	Ритмика.	4	1	3
8	Репетиционно-постановочная работа.	6	-	6
8.1	Постановка и изучение танца.	2		2
8.2	Отработка движений танца.	4		4
9	Азбука классического танца.	3	1	2
10	Итоговые занятия и досуговые мероприятия.	2	-	2
	Всего:	34часа		

**Учебно-тематический план
3 года обучения**

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие.	1	1	-
2	Танец - сегодня.	6	6	-
2.1	Игровые технологии.	3	-	3
2.2	Угадай слово. Портрет (на воображение).	1	-	1
2.3	Измени образ человека (на актерское мастерство).	1	-	1
2.4	Дорисуй настроение человека (на актерское мастерство).	1	-	1
3	Интегрированное занятие "Фантази-Данс" с элементами импровизации.	6	-	6
3.1	Ритм, движение и поиск.	2	-	2
3.2	Стили, стилизация.	2	-	2
3.3	Создание художественного образа.	2	-	2
4	Ритмика.	6	-	6
4.1	Повторение пройденных тем на новом музыкальном материале.	1	-	1
4.2	Расширение знаний, представление о танцевальных жанрах.	2	-	2
4.3	Слушание и анализ музыки для новых танцевальных	3	-	3

	композиций.			
5	Репетиционно- постановочная работа.	7	-	7
5.1	Постановка и изучение танца.	2	-	2
5.2	Общеразвивающие упражнения.	2	-	2
5.3	Отработка движений танца.	3	-	3
	Азбука классического танца.	3	1	2
	Индивидуальные занятия.	4	-	4
	Постановка, изучение сольного танца и танца малых форм.	2	-	2
	Отработка сложных моментов танца.	2	-	2
	Итоговые занятия и досуговые мероприятия	1	-	1
	Всего:	34 часа		

Содержание программы

1. Вводные занятия.

Педагог знакомит в игровой форме с одним из видов искусства -хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

2. Танцы народов мира

Цикл бесед знакомит с разнообразными видами и жанрами хореографии:

- Бальные танцы - танго, вальс, полька, краковяк.
- Народные танцы - русские народные, испанские танцы и т.д.
- Особенности восточного танца - Турция, Египет.
- Классический танец - история балетного искусства, танец - как вид искусства, искусство миллионов.
- Современные танцы XX века - чарльстон, рок - н - ролл, свободные танцы, танец модерн.

3.Танец сегодня

Беседы знакомят с популярными танцевальными группами, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве, рассказывают о выдающихся танцорах нашего времени.

Самая титулованная пара России Тимохин Дмитрий и Анна Безикова. Вечернее танго в Буэнос-Айресе. Стремление быть не как все (Московская академия хореографии) Анастасия Волочкова. Музыкальная таблетка (о лечебной силе музыки). Жизненная энергия, шоу - балет «Тодес» (энергия танца, составляющая часть здоровья). Две грани искусства. На всё нужна сноровка (о курьёзах во время выступления на сцене). Учитель танцев. Танец живота - красота и здоровье. Если болезнь нельзя вылечить, её можно затанцевать, (психотерапевтическая роль танца). Поговорим о ...

4.Игровые технологии.

«Человеком можно стать, только играя», утверждал Ф.Шиллер. По его мнению, человек в игре и посредством игры творит себя, и мир в котором живет.

С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «возвращения» личности. Личностное самоопределение - это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность. Личностный подход реализуется посредством

деятельности, которая имеет не только внешние атрибуты совместности, но и своим внутренним содержанием предполагает сотрудничество, саморазвитие субъектов учебной деятельности, проявление их личностных функций: мотивирующей, опосредующей, коллизийной, критической ориентирующей автономности, творчески преобразующей и само - реализующей. Игра в достаточной мере способствует становлению этих функций.

Роль игры в обществе исторически менялась, но она всегда была фактором развития культуры.

Особое место игра всегда занимала и продолжает занимать в сфере культуры и искусства.

Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны в хороводе и в фигурном танце с другой - в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение, как, например, в менуэте или кадрили.

Игровые технологии программы:

- Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук настанет и удары ладош». «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Игры на развитие актёрского мастерства» и т.д.

5.Интегрированные занятия

Совместный процесс прослушивания музыки помогает мне заинтересовать и приобщить детей к сокровищам музыкальной культуры, подсказать неожиданные замыслы будущих танцев детям старшей возрастной группы, которые делают творческие попытки и пробы самостоятельного сочинения танцевальных произведений. Приступая к постановочной работе, дети знакомятся с различной литературой, которая помогает ощутить атмосферу эпохи, культуры, национальной особенности пластики танца. Интерес к работе над образом создает мотивацию к изучению исторических, литературных, музыкальных материалов, что является составляющими элементами интегрированных занятий программы.

Преимущество интегрированных занятий:

- повышают мотивацию, формируют познавательный интерес, что способствует к повышению уровня обученности и воспитанности учащихся;
- способствуют развитию устной и письменной речи, помогают глубже понять лексическое значение слова, его эстетическую сущность;
- способствуют развитию музыкальных умений и навыков;
- позволяют систематизировать знания;
- способствуют развитию в большей степени, чем обычные уроки, эстетического восприятия, воображения, внимания, памяти, мышления учащихся (логического, художественно-образного, творческого);
- обладая большой информативной емкостью, способствуют увеличению темпа выполняемых учебных операций, позволяют вовлечь каждого школьника в активную работу на каждой минуте урока и способствуют творческому подходу к выполнению учебного задания.

Так в процессе изобразительной деятельности учащиеся изучая строение объектов, изображение их пространственного положения, форму, вместе с тем одновременно познают и законы красоты. В процессе чтения чувства обогащаются, становятся более полными и глубокими, танец не может существовать без чувств, эмоций. Чтение

художественной литературы, прослушивание и разбор музыкальных произведений способствуют развитию музыкальных умений и навыков. Изображение художественных образов танца помогает учащимся понять смысл танца, характер образов и стиль исполнения.

6. Интегрированные занятия «Фэнтези - Данс» с элементами импровизации

Данное занятие было создано для учащихся прошедших программу, для учащихся которые уже имеют определённый баланс знаний по хореографии, музыке, литературе. Занятия «Фэнтези-Данс» способствуют непринуждённому получению навыков, развивают «самость», снимают перенапряжение и утомляемость за счёт переключения на разнообразные виды деятельности. Вид деятельности ребёнок может выбирать самостоятельно, педагог только предлагает. На занятиях учащиеся прослушивают мелодии, и возникшие ощущения выражают или через танцевальные движения, или через рисунок, или через художественное слово. Импровизация -- один из главных элементов данного занятия. Если учащийся изучает по программе восточный танец или современный, то на занятиях «Фэнтези Данс» предлагается придумать и смоделировать костюм, изобразив его на бумаге, или изобразить костюм для себя с учётом своей индивидуальности, а так же предлагается пофантазировать о новой постановке танца, когда педагог предлагает новую мелодию.

Задачи занятия «Фэнтези —Данс»:

- раскрыть потенциальные способности;
- закрепление музыкальных и хореографических знаний;
- увеличить границы самостоятельного творчества; - содействовать личностному самоопределению.

7.«Ритмика»

Раздел «Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточной музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма. При этом в первую очередь, следует обратить внимание на те навыки, развитие которых не могут в полной степени обеспечить другие дисциплины учебного плана. К ним относятся: умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и, особенно, умение согласовывать музыку с движением.

На занятиях «Ритмика» учащиеся слушают классические мелодии, современную музыку, изотерические мелодии, музыку для души, анализируют, разбирают музыкальные произведения.

8.Репетиционно-постановочная работа

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар.

Дети очень интересуются жизнью в других странах, поэтому в репертуаре есть любимые нами и нашими зрителями танцы народов мира «Восточный», «Испанский»,

«Цыганский». Современная жизнь также предоставляет разнообразный интересный материал. Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров, чем классическим танцем.

Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если хотят и делают это для себя, для своей души.

9. Азбука классического танца

Изменение позиции рук и ног, основные движения, расширение знаний в области классических терминов «па», изучение и исполнение классического экзерсиса. Выполняя движение классического экзерсиса, дети приобретают aplomb, выразительность и четкость в движениях, что важно для любого танцовщика. Оздоровительный момент экзерсиса это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

10. Индивидуальные занятия

Каждый новый танец становится для ребенка «открытием ума, сердца и души». Душа ребенка самобытна, индивидуальна. Для каждого ребенка необходим индивидуальный подход. Индивидуальные занятия 3 года обучения направлены на:

- развитие творческой индивидуальности;
- развитие коммуникативного воображения;
- развитие логического мышления;
- развитие изобретательности; - формирование устойчивого интереса к поисковой творческой деятельности.

Индивидуально-дифференцированная форма организации образовательного процесса наиболее сложная, так как требует уровня высокой профессиональной культуры и педагога. Она ориентирована на создание условий для творческой самореализации, как ребенка, так и педагога. Суть данной формы состоит в том, что педагог создает в группе насыщенные, разнообразные эмоционально-личностные и пространственно-предметные условия, побуждающие ребенка самостоятельно избирать деятельность, организовывать вокруг себя предметное пространство и общение.

11. Итоговые занятия и досуговые мероприятия

В роли итоговых занятий выступают конкурсно-игровые программы, урок-концерт, викторины, игровые программы. Досуговые мероприятия это походы в лес, вечера отдыха и игровые программы.

Программы итоговых и досуговых мероприятий придуманы и составлены самим педагогом.

Организационный раздел

Условия реализации программы

В программе использованы приоритетные формы занятий: интегрированные, интегрированные с элементами импровизации, индивидуальные. В репетиционно-постановочные занятия включают количество разделов программы самостоятельно, интегрируя их в зависимости от сложности постановки танца или его тематики.

«История создания танцев народов мира» не является систематическим изложением курса истории хореографического искусства. Задача бесед - дать учащимся общее

представление об основных этапах развития танцевального искусства в России и других странах, сформировать понятие о его видах и жанрах. Задача данных бесед - не меняется на 3 годах обучения.

Игры долгие годы остаются главным и любимым занятием всех детей. Правильно используя игры можно многого добиться в воспитании детей. Ребенок моделирует в игре свои отношения с окружающим миром, проигрывает различные ситуации - в одних он лидирует, в других подчиняется, в-третьих осуществляет совместную деятельность с другими детьми и взрослыми. В игре происходит рефлексирование, самореализация, обучающийся принимает решение, за которое он в ответе, игра предполагает творческое начало, - Раздел «Игровые технологии» включён во все года обучения.

Занятия проводятся в школьной рекреации во внеурочное время, генеральные репетиции проводятся на сцене ОУ. В распоряжении танцевального объединения: костюмы, головные уборы, магнитофон.. На интегрированных занятиях учащиеся используют для работы: альбомные листы, картон, карандаши, акварельные краски, кисточки, фломастеры, клей, фольгу, аудиокассеты.

Результативность усвоения программного материала

В программе определены уровни усвоения программного материала.

При поступлении необходимо обращать внимание на внешние сценические данные поступающего, а также проводить проверку профессиональных физических данных детей, состояние стоп, координация движений, музыкально- ритмическая координация. Используя этот метод, определяются уровни подготовленности воспитанников.

Результат работы воспитанников танцевального коллектива можно увидеть на открытых уроках, отчётном концерте и т. д.

Ещё одним немаловажным результатом является то, что воспитанники начинают лучше учиться в школе, наблюдается рост авторитетности воспитанников среди учащихся школ, так и среди педагогического коллектива.

Важнейшим аспектом реализации программы является создание условий для поддержания повышенного и стойкого интереса к данному виду деятельности.

Одно из главных условий работы объединения:

- соблюдение правил охраны труда, норм санитарной гигиены в помещении и правил противопожарной безопасности.

Для успешной реализации данной программы необходимо:

- просторный специализированный зал, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам (температурный режим, световой режим и т.д.);
- музыкальное сопровождение;
- костюмы.