

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств имени С.В. Рахманинова»

<p>«Одобрено» Методическим советом МА УДО «ДШИ им. С.В. Рахманинова» протокол № 1 от «28» августа 2014 года</p>	<p>«Утверждаю» Директор МАУ ДО «ДШИ им. С.В. Рахманинова» Л.В. Гуськова «28» августа 2014 года</p> 
---	---

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

«Ритмика и танец»

Разработчик: Егорова Юлия Александровна, преподаватель хореографического
отделения МАУ ДО «ДШИ им. С.В. Рахманинова»

г. Старая Русса

2014 г.

Структура программы

I. Пояснительная записка

- Характеристика программы, ее место и роль в образовательном процессе
- Срок реализации программы
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию программы
- Форма проведения учебных аудиторных занятий
- Цели и задачи программы
- Структура программы
- Методы обучения
- Описание материально-технических условий реализации программы

II. Содержание учебного предмета

- Учебно-тематический план
- Годовые требования

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

- Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*

V. Методическое обеспечение учебного процесса

VI. Список литературы для преподавателя

I. Пояснительная записка

Характеристика программы, ее место и роль в образовательном процессе

Программа «Ритмика и танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», утвержденных приказом Министерства культуры Российской Федерации №191-01-39/06-ГИ от 21.11.2013 г., а также на основе программы «Ритмика» под редакцией Чернуха Лолы Фархадовны и на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: Пантелеевой Т.И. и Щербаковой Н.Н. Для достижения цели данной программы вношу свои изменения и дополнительный материал.

Педагогическая целесообразность. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. 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. Программа «Ритмика и танец» предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Актуальность программы. Родители и педагоги, стремятся вырастить детей счастливыми, позитивно воспринимающими жизнь, способными к преодолению трудностей, к достижению наиболее полной творческой самореализации. Именно здоровье – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, воли, дарований и природных способностей.

Ритмика помогает творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувства ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка. Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: это может быть последующее обучение хореографии, гимнастике, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях и т.д.

Музыкально-ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственные перегрузки и утомления. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение.

Занятия по ритмике создают такие условия, при которых ребенок по мере своих возможностей выступает публично, преодолевает неуверенность, страх и учится управлять собой, своим поведением, голосом, телодвижениями.

Программа рассчитана на детей в возрасте **6-7 лет**.

Срок реализации программы

Программа «Ритмика и танец» реализуется при 1-годичном сроке обучения. Продолжительность учебных занятий составляет 36 недель в год. Объем учебной нагрузки в неделю составляет 2 учебных часа (2 урока по 40 минут).

Форма проведения учебных занятий

Занятия проводятся в групповой форме, численность учащихся в группе составляет от 10 человек.

Цели и задачи программы «Ритмика и танец»

Цель - содействие гармоничному развитию личности дошкольника средствами хореографического искусства.

Для достижения данной цели формируются следующие задачи:

Обучающие:

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- опираться в обучение на основные принципы педагогики;
- знакомить детей с хореографическими терминами и понятиями;
- научить взаимосвязи музыки и движения, дать основы музыкальной грамоты;
- учить детей мыслить, слушать и слышать учителя, уметь исправлять неточности в исполнении;
- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие).

Развивающие:

- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм;
- развить индивидуальные способности каждого ученика

Воспитывающие:

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству;
- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества.

Структура программы

Программа содержит следующие разделы, отражающие основные характеристики учебного процесса:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;

- формы и методы контроля, система оценок;
- требования к уровню подготовки учащихся.

Методы обучения

- **наглядный** - практический качественный показ;
- **словесный** - объяснение, желательное образное;
- **игровой** - учебный материал в игровой форме;
- **творческий** - самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов.

Описание материально-технических условий реализации программы

Для работы необходимо:

- светлый просторный зал, оснащенный зеркалами, хореографическим станком техническими средствами: (магнитофон и проигрыватель или муз. центр); две раздевалки: для мальчиков и девочек;
- шкафы для хранения гимнастических предметов, ковриков, необходимого реквизита для занятий, методической литературы, учебных тетрадей и др.
- при возможности необходимо приобрести видеоаппаратуру: телевизор, видеоманитофон, видеокамеру, видеокассеты для записи и просмотра материала.
- гимнастические предметы: скакалки, обручи, мячи среднего размера;
- реквизит: сапоги для мальчиков, платочки для девочек, головные уборы и др. (по усмотрению руководителя);
- коврики учащиеся приносят лично.
- в/кассеты, аудиокассеты, компакт диски для записи фонограммы и танцевальных номеров;
- пошив сценических костюмов к постановочным номерам, концертная обувь;
- баян или аккордеон, фортепиано для аккомпаниатора;

- методическая литература хореографического содержания: книги, сборники, журналы, методички, разработки и т.д.
- репетиционная форма (лично): купальник, юбка, лосины, балетные тапочки, чешки, танцевальные туфли. Для мальчиков можно шорты и футболки.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы представлено в учебно-тематическом плане.

Учебно-тематический план отражает последовательность изучения разделов и тем программы с указанием распределения учебных часов.

Задания адаптированы и доступны для учащихся 6-7 лет, учитывают возрастные и психологические особенности данного возраста.

Предложенные в содержании программы разделы имеют общую методическую структуру подачи учебного материала: объяснение, мастер-класс, выполнение учащимися упражнений, закрепление знаний в процессе выполнения творческих заданий в различных техниках.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название темы	Количество часов		
		Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Упражнения партерной гимнастики; - Игропластика - Упражнения для отдельных групп мышц	25	2	23
2.	Образно-игровые упражнения	15	3	12
3.	Музыкально-подвижные игры; Игроритмика	12	2	10

4.	Тренаж на середине зала: - Упражнения на координацию рук и ног - Танцевальные движения; «Танцевальная азбука»: Элементы Народно — сценического танца («ковырялочка», «присядка»); Детские бальные танцы: - Построения и перестроения в парах - Расстояние между парами (интервалы) - Парный танец «Прогулка» - Танец «Зарядка» - Танец «Веселый паровозик»	20	2	18
ИТОГО		72	9	63

Содержание

Содержание программы по ритмике определяют следующие разделы:

- Игроритмика;
- танцевально-ритмическая гимнастика;
- Игропластика (игровой стретчинг и элементы йоги);
- музыкально-подвижные игры;
- элементы хореографии;
- образно-игровые движения (упражнения с превращениями);
- Ритмические движения с предметами
- Танцевальная азбука

«Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности.

В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры

«Танцевально-ритмическая гимнастика». Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов.

«Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений (йога и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме).

Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. Все упражнения для занятий подобраны с учетом их корригирующего значения.

Стретчинг – это система естественных статических растяжек мышц тела и суставно - связочного аппарата рук, ног, способствующая укреплению позвоночника и позволяющая предотвратить нарушения осанки и исправить ее. Также растяжка способствует развитию гибкости, раскрепощенности и уверенности в себе.

Йога – это тренировка тела и духа. Цель йоги - формировать правильную осанку; сохранять и развивать гибкость и эластичность позвоночника, подвижность суставов; учить детей чувствовать свое тело во время движений; развивать умение быть организованными, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Нехитрые упражнения позволят ускорить развитие детской

моторики, укрепят уверенность малышей в себе и своих силах, сделают маленьких непосед уравновешенными и научат их добиваться цели. А самое главное поднимут настроение.

«Музыкально-подвижные игры» содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике.

«Элементы хореографии». Они используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища. Все хореографические упражнения являются прекрасным средством формирования осанки и культуры движений.

«Образно-игровые упражнения» представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д. Для детей среднего дошкольного возраста предлагается следующая последовательность использования образов:

- знакомые детям животные и птицы;
- интересные предметы;
- растения и явления природы;
- люди, профессии.

Ритмические движения с предметами. Значительное место на уроках ритмики отводится гимнастическим упражнениям с мячами, ленточками, платочками и другими предметами. Игры с мячом вызывают особый интерес у детей. С помощью больших мячей дети учатся выполнять точный бросок через круг, удары об пол, перебрасывать мяч рядом стоящему товарищу. Игры с мелкими мячами развивают мелкую мускулатуру рук, цепкость пальцев.

«Танцевальная азбука».

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

В процессе разучивания **танца** педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы **музыкально, выразительно, осмысленно.**

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

1 год обучения

По окончании учащийся должен знать:

- танцевальные игры
- шаг-подскок; приставные шаги; галоп прямой и боковой;
- упражнения на координацию рук и ног;
- ритмичный ход и бег (различные вариации);
- прыжки в повороте на 90 градусов по 6 позиции;
- упражнения партерной гимнастики;
- Понятия: круг, шеренга, колонна;

Учащийся должен уметь:

- ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко-умеренно-тихо; громко-тише);
- отмечать в движении и хлопком сильную долю такта;
- ориентироваться в пространстве;
- шаг на носках, каблуках;
- перекаты стопы;

- выпады;
- ход лицом и спиной;
- закреплять навык самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки;
- выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры.

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ. КРИТЕРИИ ОЦЕНОК

Формами подведения итогов реализации являются открытые уроки для родителей в конце I и II полугодий, выступление на концертах, итоговый контрольный урок в конце учебного года.

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Целостный процесс обучения танцевально-ритмическим движениям можно условно разделить на 3 этапа:

- начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению).
- этап углубленного разучивания упражнения.
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение:

- ***Название упражнения***
- ***Показ упражнения***
- ***Объяснение техники***
- ***Расчлененный метод***

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом - *соревновательный* и *игровой*.

Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

VI. Список литературы для преподавателя

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
2. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
3. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно–методическое пособие. –М.: Аркти, 2005. – 108 с.
4. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
5. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007. - 112 с.
6. Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. - 240 с.
7. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
8. Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок. Веста. 2005 – 64 с.
9. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.

10. Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.
11. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.
12. Савчук О. Школа танцев для детей -СПб.: Ленинградское издательство, 2009.- 224с.
13. Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально– ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.-120 с.
14. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
15. Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006. – 44с.
16. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
17. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.
18. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007-384с.
19. Федорова Г.П. Весенний бал. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.
20. Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.