

муниципальное автономное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
« 21 » сентября 2022г.
протокол № 3



УТВЕРЖДАЮ
директор MAOУДО «ЦДТ»
Шульман М.А.
Приказ № 154/2-2 от 21.09.2022г.

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
« ___ » _____ 202__ г.
протокол № _____

УТВЕРЖДАЮ
директор MAOУДО «ЦДТ»
Шульман М.А.
Приказ № _____ от _____

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
« ___ » _____ 202__ г.
протокол № _____

УТВЕРЖДАЮ
директор MAOУДО «ЦДТ»
Шульман М.А.
Приказ № _____ от _____

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

по ритмике

(для обучающихся ГОЦ)

Возраст обучающихся: 6-7 лет

Срок реализации: 1 год

**Байрамова Севиндж Аскеровна -
педагог дополнительного образования**

г. Биробиджан,
2022г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, его гармоничного духовного и физического развития.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Данная программа ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

В программу ритмики включены движения классического, народного, современного и бального танцев, доступные детям 8-10 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навыки ориентации в пространстве.

Программа рассчитана на один год обучения. Возраст детей -7 лет.

Цель программы: приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Задачи программы:

Обучающая:

- формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающая:

- способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная:

- способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Обучение проводится 1 раза в неделю по 1 занятию (30 минут).

Групповая форма занятий позволяет педагогу внимательней наблюдать за качественным преобразованием двигательной активностью обучающихся, создать непринуждённую атмосферу поисковых действий, помочь каждому ребёнку развивать его собственные импульсы пластических ощущений.

Организация образовательного процесса.

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

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

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Методы и приёмы обучения: наглядный, словесный, практический.

Наглядный метод включает приемы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;
- наглядно-слуховой прием; демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий и другие.

Словесный метод состоит из приёмов: рассказ, объяснение, инструкция, лекция, беседа, анализ и обсуждение.

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

К концу года обучающиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге, колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в различных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением интервалов, не сужая и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ.

Высокий уровень освоения программы:

Точное знание терминологий и правил исполнения движений, музыкальность и выразительность исполнения, ритмичность исполнения, точное знание комбинаций движений. Активное участие в итоговой постановке танца.

Средний уровень освоения программы:

Неполное владение терминологией и правилами исполнения движений. Недостаточно точное исполнение движений и комбинаций с точки зрения координации движений и музыкальности. Неполное участие в постановке итогового танца (эпизодические роли, задний план)

Низкий уровень освоения программы:

Слабое усвоение теоретического программного материала, неточное исполнение танцевальных движений, комбинаций, немзыкальное, неритмичное исполнение. В постановке танца не участвует.

ВИДЫ И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ.

Контроль проводится в следующих формах: контрольные упражнения, контрольное занятие, открытое занятие, выступление на итоговом концерте.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Методы и приемы обучения.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;
- наглядно-слуховой прием, демонстрация эмоционально-мимических навыков;

-использование наглядных пособий и др.

Словесный метод состоит из многочисленных приемов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция, лекция;
- беседа;
- анализ и обсуждение;
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;
- прием раскладки хореографического па;
- прием закрепления целостного танцевального движения-комбинации.

Практический метод обогащен комплексом различных приемов:

- игровой прием;
- использование ассоциаций, образов, метафор;
- комплексный прием обучения;
- выработка динамического стереотипа;
- прием пространственной ориентации;
- хореографическая импровизация;
- прием художественного перевоплощения.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Темы занятий	Содержание занятий	Количество часов	
			теория	практика
1.	Введение. Что такое ритмика.	Знакомство с детьми, ознакомление детей с предметом ритмика.	1	
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Начать приучать учащихся к танцевальной технологии. Разучить поклон. Научить детей не смотреть себе под ноги.		1
3.	Первый подход к ритмическому исполнению. (Хлопки, выстукивания, притоп.)	Научить ритмично исполнять различные мелодии.		1
4.	Понятие о правой и левой руке. Правой и левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	Проверить знания учащихся о правой и левой руке, стороне.		1
5.	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	Разучить основные упражнения для рук в форме танцевальной зарядки.		1
6.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	Разучить простейшие танцевальные элементы в форме игры.		1
7.	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	Дать понятие пантомима. Рассказать об этюдной работе.	1	
8	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластическая гимнастика.	Развивать пластичность и мягкость движений под музыку.		1
9.	Упражнения для профилактики плоскостопия.	Разучить комплекс упражнений для профилактики плоскостопия.		1
10.	Гимнастика.	Научить правильно дышать во время упражнений, следить за осанкой.	1	
11.	Упражнения на дыхание, упражнения на развитие правильной осанки. Упражнения для суставов. Разминка «Буратино»	Провести небольшую профилактику суставов.		1
12.	Упражнения на расслабление мышц.	Научить детей расслаблять мышцы.		1
13.	Этюдная работа. Пантомима.	Поиграть в различные игры, связанные с этюдной работой.		1

14.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	Научиться определять мелодии. Определять темп – медленно, быстро, умеренно.		1
15.	Понятие размер, музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	Продолжить знакомить детей с музыкальными понятиями.	1	
16.	Прохлопывание ритмического рисунка и прозвучавшей мелодии.	Продолжать развитие музыкального слуха.		1
17.	Партерная гимнастика.	Познакомить с партерной гимнастикой.	1	1
18.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, ворота, змейка.	Рассмотреть и разучить основные фигуры в танце.	1	1
20.	Аэробика.	Увлечь детей занятиями аэробикой.		2
21..	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки, галоп.	Разучить танцевальные элементы.		1
22.	Гимнастические элементы.	Рассмотреть и выучить несколько гимнастических элементов.		2
23.	Знакомство с растяжкой.	Для чего нужна растяжка. Как правильно растягивать мышцы.	1	
24.	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	Разучить несколько комбинаций ритмических упражнений.		2
25.	Марш. Понятие о марше, ритмический счет.	Научиться маршировать, отличать марш от других танцев. Счет, темы марша, простукивание 1-2-3-4.	1	1
26.	Русский народный танец. «Каблучок», «ковырялочка», «гармошка»	Познакомить с самыми простыми русскими танцами.		2
27.	Постановка танцевального этюда.	Работа над постановкой танцевального этюда к концерту.		4
			8	28
ИТОГО:			36 часов.	

V. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Основными составляющими воспитательного процесса на занятиях по ритмике являются: эмоциональное развитие и воспитание, обогащение внутреннего духовного мира; знакомство с историческими и культурными традициями; снятие психологических стрессов и нагрузок, воспитание культуры общения и поведения; разумные и рациональные физические нагрузки на организм ребенка, которых так не хватает современным детям. Также следует отметить и глубокое чувство радости, которое доставляет ребенку движение в танце.

Воспитание творческой личности - важнейшая цель как всего процесса обучения в танцевальном коллективе, так и образования в целом. Без него невозможно решить важнейшую задачу всестороннего и гармоничного развития личности. Совершенно очевидно, что каждый педагог посредством эстетического воспитания готовит детей к преобразовательной деятельности. Педагог-хореограф должен сформировать, развить и укрепить у детей потребность в общении с искусством, понимание его языка, любовь и хороший вкус к нему. Занятия в хореографическом коллективе снимают отрицательные психологические факторы у детей: закомплексованность в движении, в походке, поведении. Педагог должен научить детей способности сопереживать чужой беде, выражать свою точку зрения, воспитывать порядочность, долг и честь в человеческих отношениях.

1. Танцевальная деятельность организует и воспитывает детей, расширяет их художественно-эстетический кругозор, приучает к аккуратности, подтянутости.

2. Занимаясь в коллективе, дети развивают в себе особо ценное качество - чувство «локтя», чувство ответственности за общее дело, учатся четко распределять свое свободное время, организованно продумывать свои планы.

4. Занятия помогают выявить наиболее одаренных детей, которые, возможно, в дальнейшем посвятят свою судьбу профессиональному искусству.

В целях повышения эффективности воспитательной работы важно использовать проблемную методику. В отличие от традиционной методики обучения, когда детям сообщается «готовая» информация, проблемная методика предлагает более активную умственную и эмоциональную деятельность. Причем обучение и воспитание должно проходить так, чтобы ребенок чувствовал себя искателем и открывателем знаний. Только при этом условии, однообразная, утомительная, напряженная работа окрашивается радостными чувствами.

В творческой деятельности заложены огромные возможности воспитательного характера. Это и художественный педагогический уровень репертуара, и планомерные и систематические учебные занятия, и взаимоотношения с педагогом, с окружающим миром. Посещения спектаклей, концертов, художественных выставок, специальные беседы, лекции на этические темы формируют человека, развивают в нем чувство прекрасного. Педагог использует для этого либо специально организованное внеурочное время, либо непосредственно учебные занятия.

Решению задач воспитания подрастающего поколения на традициях отечественной культуры, приобщению детей к отечественным ценностям во многом способствуют занятия народным танцем. Ведь именно развитие народного творчества тесно связано со своей историей народа своей малой Родине, а народный танец с помощью танцевальных образов, в специфической форме выражает и раскрывает духовную жизнь народа, его

быт, вкусы и идеалы. Изучение народного танца способствует знакомству обучающихся с богатейшим хореографическим фольклором нашей страны, воспитанию любви к Родине, к своей нации.

Приобщение детей к отечественным ценностям посредством занятий народным танцем во многом способствует решению задач патриотического воспитания подрастающего поколения на традициях отечественной культуры. Ведь именно народный танец с помощью танцевальных образов, в специфической форме выражает и раскрывает духовную жизнь народа. Народный танец тесно связан со своей историей, дает богатейший воспитательный потенциал в патриотизме, в основе которого лежит развитие нравственных чувств.

Знакомство с богатством танцевального творчества народов и сейчас служит действенным средством гражданско-патриотического воспитания детей. Сохранение богатств и традиций танцевального фольклора, органичное включение их в современную хореографическую культуру является важнейшей практической и теоретической задачей.

Таким образом, хореография на занятиях развивает не только физические способности ребёнка, но и совместное решение задач нравственно-патриотического воспитания детей.

Занимаясь классическим танцем, ребенок знакомится с шедеврами танцевального, музыкального, художественного искусства. Накопление опыта восприятия высокохудожественных произведений различных видов искусства и развитие эмоциональной отзывчивости на них является необходимым условием формирования основ танцевальной культуры детей. Творческие особенности детей формируются в опоре на развитие эстетического самосознания - эстетических эмоций, чувств, интереса, вкуса, потребностей, представлений о красоте движения, звука, линии, цвета, формы. Именно в детстве у детей формируются эталоны красоты, накапливается опыт деятельности, от которого во многом зависит их последующее общее развитие. И наконец, музыка совершенствует человека – дает особое видение окружающего мира, учит не только слушать и смотреть, но и слышать и видеть, а, следовательно, чувствовать. Ваш ребенок станет более эмоциональным, жизнерадостным, его мир будет гораздо насыщеннее и красочнее. Он никогда не станет брюзгой или занудой, но вырастет веселым, всесторонне развитым, уверенным в себе и, значит, счастливым человеком.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», Санкт-Петербург, 1996г.
2. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие» М., МГИУ, 2008 г.
3. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. Са-фи-данс «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебное пособие» СПб., Детство-пресс, 2001 год.
4. Ротерс Т.Т «Музыкально-ритмическое воспитание» М., Просвещение, 1989 год.
5. Устинова Т.А. Беречь красоту русского танца. М., 1959г.
6. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., 1998г.
7. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу» М., 2008г.