

Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №8г. Каменки

Принято
педагогическим советом
школы №8
протокол № 1 от 30.08 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

художественной направленности
«От ритмики к танцу»

на 2021-2022 учебный год

Возраст учащихся: 15-17 лет

Срок обучения: 2 года

Составитель:
педагог дополнительного образования
Пименова Наталья Михайловна

г. Каменка

Содержание.

1. Пояснительная записка.
2. Планируемый результат
3. Учебный план
4. Календарный график образовательного процесса
5. Рабочие программы
6. Организационно-педагогические условия реализации программы
7. Форма аттестации. Система контроля качества освоения программы.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «От ритмики к танцу» художественной направленности (без специального отбора детей, в отличие от специализированных учреждений) рассчитана на 1 год и предлагает проведение занятий с учащимися от 15 до 17 лет и реализуется на базе Муниципального общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №8г. Каменки.

Программа составлена на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ:

- программа «Ритмика и танец» хореографической студии «Ровесник» педагог дополнительного образования Плутенко Л.П., 2009г., г. Новосибирск.

- «Учите детей танцевать», Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., допущено Министерством образования, 2004год, федерального компонента государственного стандарта среднего образования.

Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году учащиеся овладевают определенным количеством хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

Дополнительная общеразвивающая программа «От ритмики к танцу» разработана в соответствии:

- Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012г. (с последующими изменениями);

- Государственная программа РФ «Развитие образования на 2013-2020 годы», утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 года №295;

- Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы, утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 25.05.2015 года №497;

- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденной Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016г. №11);

- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 года №996-р;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.08.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации

режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

- Письмо от 18.11.2015 г. № 09-32-42 «методические рекомендации по проектированию дополнительных образовательных программ»

Программа «От ритмики к танцу» представляет дополнительный образовательный курс *художественной направленности*.

При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления. При составлении программы учитывались способности учащихся, их индивидуальные и возрастные особенности. Использовалась методическая литература, личный опыт работы.

Программа составлена для неспециализированных школ. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение.

Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованны, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Занятия танцами способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Не учащиеся должны адаптироваться к системе образования и воспитания, а программы и методы обучения должны принаравливаться к ребенку и формировать у него осознанную мотивацию к получению знаний и развитию собственного здоровья.

Актуальность

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка. На занятиях танцем увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой,

способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Новизна заключается в том, что программа включает доступные направления в хореографии, в основе которых лежат двигательные действия, поддерживающие на определенном уровне работу сердечно - сосудистой, дыхательной и мышечной систем.

Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку учащихся в течение всего обучения по программе.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия хореографией: укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние детей; развивают силу, гибкость, ловкость, быстроту и координацию движений; способствуют формированию интереса к занятиям хореографией; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку. Программа позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, привить трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручку, общение друг с другом. Это ведущие моменты в процессе обучения.

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

Задачи программы:

- Развивать интерес к занятиям, формам активного досуга, развитию координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, памяти, кругозора;
- Формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма;
- Совершенствовать жизненно-важные навыки и умения чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям;
- Формировать навыки здорового образа жизни, коммуникативные навыки и культура поведения;
- Воспитывать внимательность, инициативность, стремление к саморазвитию.

Программа рассчитана на учащихся от 15 – 17 –летнего возраста и не имеющих специальной подготовки по хореографии.

Возраст учащихся:

9 класс (1 группа) – 15-16 лет

10-11 классы (1 группа) – 16-17 лет

В 15-17 лет складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряжённее их жизнь, тем более она им нравится.

В группах занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 учебному часу. Количество учащихся в группах от 15 до 20 человек. В группу учащиеся принимаются по результатам просмотра и собеседования. Необходимо также заключение врача об отсутствии противопоказаний к занятиям.

Общее количество учебных часов – 144

9 класс – 72 часа

10-11 классы – 72 часа

Форма реализации программы – очная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «От ритмики к танцу» составлена с учетом требований времени и корректировалась в процессе работы в соответствии с интересами детей.

Программа предусматривает последовательное усложнение материала с ежегодным подведением итогов.

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

В объединение принимаются не только те дети, которые обладают способностями и природными данными (т.е. гибкость, растяжка, выворотность, музыкальный слух) для занятий хореографией, а все желающие заниматься танцами (за исключением тех, у которых есть медицинские противопоказания).

Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся, являются: регулярное посещение занятий, настойчивость, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу.

2. Планируемые результаты:

- **личностные** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей

- **метапредметные** - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий

- **предметные** - выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

3. Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
художественной направленности
«От ритмики к танцу» 9 – 11 класс.

| № | Наименование курса (модуля, учебного предмета) | Общая учебная нагрузка (в часах) | Распределение по классам обучения | | Итоговая аттестация (год обучения), форма контроля |
|----|---|-------------------------------------|-----------------------------------|--------------|---|
| | | | 9 класс | 10-11 классы | |
| 1. | Вводное занятие | | 1 | 1 | |
| 2. | Современный (эстрадный), народный танцы Подготовительные упражнения. | | 12 | 14 | |
| 3. | Бальный танец | | 8 | 7 | |
| 4. | Танцы Постановочная и репетиционная работа | | 51 | 50 | |
| 5. | Концертная деятельность, фестивали, конкурсы | | | | |
| | <i>Итого часов</i> | 144 | 72 | 72 | |

Календарный график образовательного процесса
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности «От ритмики к танцу»
(9 класс)

| Календарный график образовательного процесса | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|--|
| | Порядковые номера недель учебного года | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | | |
| Вводное занятие | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Современный (эстрадный), народный танцы. | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Бальный танец. | | | | | | | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Танцы. | | | | | | | | | | | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | п | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | п | | | | |
| Итоговое занятие | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | |

| комплектование | Аудиторные занятия (количество часов в неделю) | Внеаудиторные занятия | Промежуточная аттестация | Итоговая аттестация |
|----------------|---|-----------------------|--------------------------|---------------------|
| К | 2 часа в неделю | в | п | а |

Календарный график образовательного процесса
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности «От ритмики к танцу»
(10-11 классы)

| Календарный график образовательного процесса | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|
| | Порядковые номера недель учебного года | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | |
| Вводное занятие | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Современный (эстрадный), народный танцы. | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Бальный танец. | | | | | | | | 1 | 2 | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Танцы. | | | | | | | | | | | | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | | |
| Итоговое занятие | | | | | | | | | | | | | | | | | п | | | | | | | | | | | | | | | | | п | | 2 | |

| | | | | |
|----------------|---|-----------------------|--------------------------|---------------------|
| комплектование | Аудиторные занятия (количество часов в неделю) | Внеаудиторные занятия | Промежуточная аттестация | Итоговая аттестация |
| к | 2 часа в неделю | в | п | а |

6. Организационно - педагогические условия реализации программы

Одним из условий успешной реализации программы является внимательное, доброжелательное отношение к детям, умение внушить каждому ребенку веру в его возможности. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

Важную роль в реализации программы играют:

- учет возрастных и индивидуальных особенностей детей и общего развития личности;
- доброжелательный психологический климат на занятиях;
- правильный подбор методов и средств обучения соответственно целям и содержанию занятия и эффективность их применения;
- уровень квалификации и мастерства педагога; умение оптимально сочетать индивидуальную, парную, групповую формы обучения.

Техническое и дидактическое обеспечение занятий.

Важным условием выполнения программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие зала, чистого, светлого, с хорошей вентиляцией;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи, диски;
- специальная форма и обувь для занятий;
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями),
- методические разработки и планы, конспекты занятий,
- развивающие и диагностические процедуры: тесты, игры, кроссворды.
- видео-, фотоматериалы,
- интернет источники.

Методическое обеспечение 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.

Один из важных факторов работы обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетания. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию учащихся. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений.

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

Информация, получаемая на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Подготовка к совместному выступлению имеет большое значение в решении воспитательных и образовательных задач. Общие репетиции сближают детей, между членами коллектива устанавливаются дружелюбные, товарищеские отношения, каждый участник танцевального коллектива несет ответственность за каждого члена своей группы.

Основной формой организации образовательного процесса является *групповое, коллективное, индивидуальное, парное занятия*, что позволяет оптимально организовать работу в группе с разными учебными возможностями детей. В результате такой работы у обучающихся формируются такие качества, как ответственность, настойчивость, любознательность, стремление к активной познавательной деятельности. Дети проявляют смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе. Выбатывается умение самостоятельно добывать знания и применять их на практике. Создается ситуация общения на уроке, позволяющая каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность к активной познавательной деятельности. Развивается устойчивый интерес к предмету, на уроке создается ситуация успеха для каждого.

Для реализации программы в работе с обучающимися применяются следующие **методы**:

1. Наглядный.

- непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку;
- показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- использование графических материалов, различных приспособлений при объяснении;

2.Словесный. Обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

3. Практический. В его основе лежит многократное повторение и отработка движений.

4. Видеометод. Просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

5. Стимулирование.

6. Анализ конкретной ситуации.

7. Создание ситуации успеха.

8. Метод рефлексии.

Применяю следующие **педагогические технологии**: технология коллективного взаимообучения, культуровоспитывающая технология дифференцированного обучения по интересам детей, личностно – ориентированные технологии обучения и воспитания, педагогика сотрудничества, здоровьесберегающие технологии, информационно – коммуникативные технологии.

Приемы: комментирование, инструктирование, корректирование.

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма.

Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия. Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и

совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы современного, бального, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия. Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Оценка эффективности занятий

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят в концертах, где они могут показать свой уровень обученности.

Чтобы отследить освоение программы проводится аттестация, как промежуточная, так и итоговая.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- сохранения высокого уровня двигательной активности;
- увеличения гибкости позвоночника, подвижность суставов, эластичности связок и мышц;
- сохранения правильной осанки во время исполнения любого движения;
- сохранения положительного эмоционального состояния.

7. Формы аттестации. Система контроля освоения программы.

Диагностика проводится в форме открытых занятий в конце учебного года. Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка.

Критериями оценки усвоения программы являются следующие:

- восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать);
- элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок, строение музыкального произведения);
- развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, выворотность, шаг, стопа, баллон, апломб, вестибулярный аппарат);
- знание элементарных танцевальных понятий;
- степень усвоения танцевального репертуара.

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- промежуточный – участие в школьных мероприятиях, в концертной деятельности, фестивали, конкурсы;
- итоговый – открытые занятия.

Итоговая аттестация учащихся может проводиться в следующих формах: отчетного концерта, участие в конкурсах районного, областного и всероссийского уровнях.

Результаты итоговой аттестации учащихся оцениваются таким образом, чтобы можно было определить:

- насколько достигнуты прогнозируемые результаты дополнительной образовательной программы каждым учащимся;

- полноту освоения дополнительной образовательной программы;
- результативность самостоятельной деятельности учащегося

Критерии оценки уровня теоретической и практической подготовки:

- **высокий уровень** – учащийся овладел на 100-80% знаниями, умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; демонстрирует высокое овладение навыками правильной постановки корпуса, точных позиций рук и ног, слышит и понимает значение вступительных и заключительных аккордов, выполняет практические задания на высоком уровне; владеет теоретическими знаниями.
- **средний уровень** – у учащегося объём усвоенных знаний, умений и навыков составляет 70-50%; демонстрирует не высокое овладение навыками правильной постановки корпуса, точных позиций рук и ног, слышит и понимает значение вступительных и заключительных аккордов, выполняет задания на основе образца;
- **низкий уровень** – учащийся овладел менее чем 50%, предусмотренных знаний, умений и навыков; учащийся испытывает серьёзные затруднения; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №8г. Каменки

Принято
педагогическим советом
школы №8
протокол № 1 от 21.09 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по реализации дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программы

художественной направленности

«От ритмики к танцу»

на 2021-2022 учебный год

Возраст учащихся: 15-16 лет

Срок обучения: 1 год

Составитель:
педагог дополнительного образования
Пименова Наталья Михайловна

г. Каменка

Структура программы

1. Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

2. Планируемые результаты.

3. Учебно-тематический план.

4. Содержание рабочей программы.

5. Методическое обеспечение учебного процесса.

6. Система контроля и оценивания результатов.

7. Список рекомендуемой методической литературы.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «От ритмики к танцу» разработана в соответствии:

- Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012г. (с последующими изменениями);
- Государственная программа РФ «Развитие образования на 2013-2020 годы», утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 года №295;
- Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы, утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 25.05.2015 года №497;
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденной Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016г. №11);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 года №996-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.08.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Письмо от 18.11.2015 г. № 09-32-42 «методические рекомендации по проектированию дополнительных образовательных программ».

Программа «От ритмики к танцу» представляет дополнительный образовательный курс *художественной направленности*.

При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления. При составлении программы учитывались способности учащихся, их индивидуальные и возрастные особенности. Использовалась методическая литература, личный опыт работы.

Программа составлена для неспециализированных школ. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение.

Занятия танцами способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная

способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Не учащиеся должны адаптироваться к системе образования и воспитания, а программы и методы обучения должны принаравливаться к ребенку и формировать у него осознанную мотивацию к получению знаний и развитию собственного здоровья.

Актуальность

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка. На занятиях танцем увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Новизна заключается в том, что программа включает доступные направления в хореографии, в основе которых лежат двигательные действия, поддерживающие на определенном уровне работу сердечно - сосудистой, дыхательной и мышечной систем.

Педагогическая целесообразность программы «От ритмики к танцу» заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественно-эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

Срок реализации.

Программа на 1 год обучения предназначена для учащихся в возрасте 15-16 лет.

Объем учебного времени.

Объем учебного времени составляет 72 часа (2 раза в неделю).

Форма проведения учебных аудиторных занятий: групповая (15-20 человек). Занятия проходят в соответствии с расписанием - 2 раза в неделю по 1 учебному часу.

Цель программы: разностороннее физическое и духовное развитие подростков, формирование их осознанного отношения к здоровому образу жизни, развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся.

Задачи программы:

- Ознакомление с различными направлениями танца;
- Овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения;
- Развитие общей музыкальности, чувства ритма, художественного вкуса;
- Формирование навыков здорового образа жизни, коммуникативные навыки и культура поведения;
- Стимулирование интереса к творческим видам деятельности;
- Воспитание внимательности, инициативности, стремления к саморазвитию.

Методы обучения

1. Наглядный.

- непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку;
- показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- использование графических материалов, различных приспособлений при объяснении;

2. Словесный. Обращение к сознанию, учащегося добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

3. Практический. В его основе лежит многократное повторение и отработка движений.

4. Видеометод. Просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

5. Стимулирование.

6. Анализ конкретной ситуации.

7. Создание ситуации успеха.

8. Метод рефлексии.

Описание материально-технических условий

Материально-техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Материально-технические условия реализации предмета

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие специального зала, чистого, светлого, с хорошей вентиляцией;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи, диски;

- специальная форма и обувь для занятий;
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).
- книги и пособия – по мере поступления.
- использование сети Интернет.

Условия реализации программы

Одним из условий успешной реализации программы является внимательное, доброжелательное отношение к детям, умение внушить каждому ребенку веру в его возможности. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

Важную роль в реализации программы играют:

- учет возрастных и индивидуальных особенностей детей и общего развития личности;
- доброжелательный психологический климат на занятиях;
- правильный подбор методов и средств обучения соответственно целям и содержанию занятия и эффективность их применения;
- уровень квалификации и мастерства педагога; умение оптимально сочетать индивидуальную, парную, групповую формы обучения.

2. Планируемые результаты

Занятия направлены на достижение личностных и метапредметных результатов, развитие коммуникативных, регулятивных и познавательных, универсальных учебных действий, основным из которых является формирование правильного физического развития и укрепление организма учащихся. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения и общения, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, обогащение кругозора.

Личностные результаты

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями,
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;

- уважительное отношение к одноклассникам в процессе занятий и за пределами танцевального зала;
- положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям;
- способность к самооценке.

Метапредметные результаты

- обнаружение ошибок при выполнении заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видения красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;
- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности.

Регулятивные

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.

Коммуникативные

В процессе обучения учащиеся научатся:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- ставить вопросы;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты

- выполнение хореографических комбинаций на необходимом уровне,
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки),
- развитие чувства ритма,
- умение характеризовать музыкальное произведение,
- согласовать музыку и движение.

3. Учебно – тематический план

| № | Наименование разделов | Количество часов | | | Форма контроля |
|-------|---|------------------|----------|-------|------------------------------------|
| | | теория | практика | всего | |
| 1 | Водное занятие | 1 | - | 1 | Первичная диагностика |
| 2 | Современный (эстрадный), народный танцы. Подготовительные упражнения. | 2 | 10 | 12 | Текущий контроль, наблюдение |
| 3 | Бальный танец. | 1 | 7 | 8 | Текущий контроль, наблюдение |
| 4 | Танцы. Постановочная и репетиционная работа. | 3 | 48 | 51 | Текущий контроль, отчетный концерт |
| Итого | | 7 | 65 | 72 | |

Тематическое планирование (72 часа в год, по 2 часа в неделю)

| № занятия | Тема занятия | Количество часов | | |
|--|---|------------------|----------|-------|
| | | теория | практика | всего |
| 1.Вводное занятие | | | | |
| 1 | Знакомство с предметом деятельности и его содержанием. Беседа о технике безопасности на занятии, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 | - | 1 |
| 2. Современный (эстрадный), народный танцы. Подготовительные упражнения. | | | | |
| 2-3 | Методика исполнения движений. Постановка корпуса. Позиции ног и рук. | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 4 | Ритмические движения в темпе и ритме музыки. | - | 1 | 1 |
| 5 | Движения корпуса, наклоны и повороты. | - | 1 | 1 |
| 6 | Прыжки в различном темпе и ритме. | - | 1 | 1 |
| 7 | Изучение танцевальных движений. | - | 1 | 1 |
| 8 | Вращения на середине и по диагонали. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 9 | Изучение танцевальных движений и соединение их в танцевальные композиции. | - | 1 | 1 |
| 10 | Разучивание движений «елочка», «гармошка», «моталочка», и др. | - | 1 | 1 |

| | | | | |
|-------|--|-----|-----|---|
| 11 | Притопы одинарные и двойные, «ключ». | - | 1 | 1 |
| 12 | Основные движения русского танца: кадильный ход, хороводный шаг. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 13 | Знакомство с различными направлениями современного танца. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| | 3. Бальный танец. | | | |
| 14-16 | Методика и манера исполнения движений и шагов. Разучивание танцевального шага и ходов. | 0.5 | 2.5 | 3 |
| 17 | Положение корпуса, положение рук в паре. | - | 1 | 1 |
| 18 | Разучивание «pas balance». | - | 1 | 1 |
| 19-20 | Разучивание основных движений и их манера исполнения. | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 21 | Закрепление и отработка движений и шагов. | - | 1 | 1 |
| | 4. Танцы. Постановочная и репетиционная работа. | | | |
| 22-24 | Методика исполнения движений. Разучивание основных движений и шагов к танцу «Вальс». | 0.5 | 2.5 | 3 |
| 25 | Поклоны, положение корпуса, рук в паре. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 26 | Разучивание «вальсовой дорожки». | - | 1 | 1 |
| 27-28 | Разучивание «вальсового поворота». | - | 2 | 2 |
| 29-30 | Отработка выученных движений и ходов. | - | 2 | 2 |
| 31-32 | Разучивание и отработка «вальсового квадрата». | - | 2 | 2 |
| 33-34 | Повороты под рукой партнера – девушкам, исполнение в медленном, а затем в обычном темпе. | - | 2 | 2 |
| 35-36 | Отработка техники исполнения движений. | - | 2 | 2 |
| 37-38 | Соединение движений в танцевальные композиции. | - | 2 | 2 |
| 39-40 | Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах. | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 41-42 | Постановка 1-ой части танца «Вальс». | - | 2 | 2 |
| 43-44 | Работа над музыкальностью, синхронностью в исполнении, отработка 1-ой части. | - | 2 | 2 |
| 45-46 | Постановка 2-ой части танца «Вальс». | - | 2 | 2 |
| 47-48 | Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. | - | 2 | 2 |
| 49-50 | Отработка техники исполнения танца «Вальс». | - | 2 | 2 |
| 51 | Знакомство с музыкальным материалом танцевальной композиции русского танца. | 0.5 | 0.5 | 1 |
| 52-54 | Особенности исполнения русского танца. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 55-57 | Изучение танцевальных движений и ходов. | - | 3 | 3 |
| 58-59 | Соединение движений в танцевальные композиции. | - | 2 | 2 |
| 60-62 | Разучивание и отработка рисунков к танцу. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 63-65 | Постановка и отработка 1-ой части композиции. | - | 3 | 3 |

| | | | | |
|--------------|---|----------|-----------|-----------|
| 66-67 | Постановка 2-ой части русского композиции. | - | 2 | 2 |
| 68-69 | Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. | - | 2 | 2 |
| 70-71 | Закрепление и отработка 2-ой части композиции. | - | 2 | 2 |
| 72 | Исполнение и отработка танцевальной композиции. | - | 1 | 1 |
| Итого | | 7 | 65 | 72 |

4. Содержание рабочей программы.

Основное содержание занятий составляют упражнения для развития двигательных качеств и упражнений тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы – развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Материал программы включает следующие **разделы**:

- вводное занятие;
- современный (эстрадный), народный танцы;
- бальный танец;
- танцы, постановочная и репетиционная работа.

Раздел «**Вводное занятие**»

Теория: Знакомство с предметом деятельности и его содержанием. Беседа о технике безопасности на занятии, при выполнении упражнений, разучивании танцев.

Раздел «**Современный (эстрадный), народный танцы**»

Теория: Методика исполнения движений.

Практика: Раздел включает изучение основных позиций и движений народного и современного (эстрадного) танца.

В процессе разучивания движений педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные композиции музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль и национальный характер танца.

Народный танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народному танцу. Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также изучаются элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

Раздел содержит элементы народного, современного танца. Включенные в раздел упражнения экзерсиса способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки, учат правильной постановке корпуса, выработки координации движений, учат правильно дышать при выполнении упражнений и танцев.

Упражнения способствует укреплению мышц шеи, спины, избавляет от физического переутомления, улучшает физическую и психическую форму организма, повышает эмоциональность занятия.

Раздел: «Бальные танцы»

Теория: Методика и манера исполнения движений и шагов.

Практика: Раздел изучает основные движения и вариации из них, а также некоторые популярные танцы, которые развивают чувство ритма, координацию движений, умение двигаться под музыку, коммуникабельность. Улучшается память, внимание, внутренняя организация.

Обучить отдельным бальным танцам, задача которых – отработка корпусного движения, правильного и полного переноса тела, точной работы стопы.

Занятия бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

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 учащихся грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел «Танцы. Постановочная и репетиционная работа»

Теория: Методика и манера исполнения танцев.

Практика: Раздел включает народные, бальные, современные танцы в обучающем, постановочном и сценическом варианте.

Дополнительное включение в программу обширного танцевального материала позволяет повысить интерес учащихся к занятиям и принимать участие в концертах, конкурсах. Это требует от учащихся ответственного отношения к своей художественной деятельности, умение организовать себя

и показать на профессиональном уровне полученные хореографические знания, умения, навыки, раскрыть себя на сцене как творческую личность.

Вначале учащиеся знакомятся с музыкальным сопровождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

5. Методическое обеспечение учебного 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.

Один из важных факторов работы обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетания. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию учащихся. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений.

Информация, получаемая на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Подготовка к совместному выступлению имеет большое значение в решении воспитательных и образовательных задач. Общие репетиции сближают детей, между членами коллектива устанавливаются дружелюбные, товарищеские отношения, каждый участник танцевального коллектива несет ответственность за каждого члена своей группы.

Учебный курс изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, закрепленных практическими занятиями изучением танцевальных композиций и публичного выступления.

Данная программа ориентирована на такие важные компоненты как воспитание ценностных духовно-нравственных качеств личности: дружелюбие, организованность, толерантность, целеустремлённость,

любезность, коммуникабельность, артистичность, способность к эмпатии, организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни.

6. Система контроля и оценивания результатов.

Для полноценной реализации деятельности программы используются разные виды контроля:

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- промежуточный – участие в школьных мероприятиях, в концертной деятельности, фестивали, конкурсы;
- итоговый – открытые занятия.

На протяжении процесса обучения педагог контролирует эффективность работы обучающихся по результатам выполнения танцевальных упражнений, обращая особое внимание на грамотность и выразительность исполнения движений, на эмоциональное состояние обучающихся.

Танцевальная пластика оценивается педагогом по соответствию поставленной задаче, технической и эстетической стороне исполнения. В конце учебного года педагогом подводятся итоги освоения программы обучающимися по таким критериям как:

- освоение танцевальной техники;
- выразительность исполнения;
- взаимодействие с партнерами;
- теоретические знания.

Воспитанники демонстрируют полученные знания на концертах в течение учебного года перед родителями, на сцене учебного заведения, в хореографических конкурсах и фестивалях.

7. Список рекомендуемой методической литературы.

1. Программа «Ритмика и танец» хореографической студии «Ровесник» педагог дополнительного образования Плутенко Л.П., 2009г., г. Новосибирск;
2. «Учите детей танцевать» Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», Москва, 2004 год;
3. «Пособие по ритмике», Москва, изд. «Просвещение», 2001 год;
4. «Методика преподавания народного танца», ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», Москва, 2004 год;
5. «Народный танец», Ткаченко Т., изд. «Искусство», Москва, 1967 год.

- 6.Детскиетанцы | Танцыонлайн, видеоурокитанцев... dance-league.com›taxonomy/term/12018 7.Детскийтанец | horeograf.COM | horeograf.COMhoreograf.com›
- 7.Детскаятанцевальнаямузыкаmuzofon.com›search/
- 8.Бальныетанцы – видеоурокионлайнvideo-dance.ru›
- 9.Музыкадляпостановок, народнаястилизация | Форумperluna-detyam.com.ua›forum/vse-dlya...narodnaya...
- 10.Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
- 11.Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)

Список литературы для обучающихся

1. «Учите детей танцевать» Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», Москва, 2004 год.
- 2.Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
- 3.Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
4. Бочкарева Н.И. «Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии» Бочкарева Н.И.– Кемерово, 1998.– 63 с.
- 5.Бальныетанцы – видеоурокионлайнvideo-dance.ru›

Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №8г. Каменки

Принято
педагогическим советом
школы №8
протокол № 1 от 30.08 20 21 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по реализации дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программы
художественной направленности
«От ритмики к танцу»
на 2021-2022 учебный год

Возраст учащихся: 16-17 лет
Срок обучения: 1 год

Составитель:
педагог дополнительного образования
Пименова Наталья Михайловна

г. Каменка

Структура программы

1. Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

2. Планируемые результаты.

3. Учебно-тематический план.

4. Содержание рабочей программы.

5. Методическое обеспечение учебного процесса.

6. Система контроля и оценивания результатов.

7. Список рекомендуемой методической литературы.

3. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «От ритмики к танцу» разработана в соответствии:

- Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012г. (с последующими изменениями);
- Государственная программа РФ «Развитие образования на 2013-2020 годы», утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 года №295;
- Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы, утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 25.05.2015 года №497;
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденной Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016г. №11);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 года №996-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.08.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Письмо от 18.11.2015 г. № 09-32-42 «методические рекомендации по проектированию дополнительных образовательных программ».

Программа «От ритмики к танцу» представляет дополнительный образовательный курс *художественной направленности*.

При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления. При составлении программы учитывались способности учащихся, их индивидуальные и возрастные особенности. Использовалась методическая литература, личный опыт работы.

Программа составлена для неспециализированных школ. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение.

Занятия танцами способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная

способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Не учащиеся должны адаптироваться к системе образования и воспитания, а программы и методы обучения должны принаравливаться к ребенку и формировать у него осознанную мотивацию к получению знаний и развитию собственного здоровья.

Актуальность

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка. На занятиях танцем увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Новизна заключается в том, что программа включает доступные направления в хореографии, в основе которых лежат двигательные действия, поддерживающие на определенном уровне работу сердечно - сосудистой, дыхательной и мышечной систем.

Педагогическая целесообразность программы «От ритмики к танцу» заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественно-эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

Срок реализации.

Программа на 1 год обучения предназначена для учащихся в возрасте 16-17 лет.

Объем учебного времени.

Объем учебного времени составляет 72 часа (2 раза в неделю).

Форма проведения учебных аудиторных занятий: групповая (15-20 человек). Занятия проходят в соответствии с расписанием - 2 раза в неделю по 1 учебному часу.

Цель программы: разностороннее физическое и духовное развитие подростков, формирование их осознанного отношения к здоровому образу жизни, развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся.

Задачи программы:

- Ознакомление с различными направлениями танца;
- Овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения;
- Развитие общей музыкальности, чувства ритма, художественного вкуса;
- Формирование навыков здорового образа жизни, коммуникативные навыки и культура поведения;
- Стимулирование интереса к творческим видам деятельности;
- Воспитание внимательности, инициативности, стремления к саморазвитию.

Методы обучения

1. Наглядный.

- непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку;
- показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- использование графических материалов, различных приспособлений при объяснении;

2. Словесный. Обращение к сознанию, учащегося добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

3. Практический. В его основе лежит многократное повторение и отработка движений.

4. Видеометод. Просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

5. Стимулирование.

6. Анализ конкретной ситуации.

7. Создание ситуации успеха.

8. Метод рефлексии.

Описание материально-технических условий

Материально-техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Материально-технические условия реализации предмета

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие специального зала, чистого, светлого, с хорошей вентиляцией;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи, диски;

- специальная форма и обувь для занятий;
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).
- книги и пособия – по мере поступления.
- использование сети Интернет.

Условия реализации программы

Одним из условий успешной реализации программы является внимательное, доброжелательное отношение к детям, умение внушить каждому ребенку веру в его возможности. Трудлюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

Важную роль в реализации программы играют:

- учет возрастных и индивидуальных особенностей детей и общего развития личности;
- доброжелательный психологический климат на занятиях;
- правильный подбор методов и средств обучения соответственно целям и содержанию занятия и эффективность их применения;
- уровень квалификации и мастерства педагога; умение оптимально сочетать индивидуальную, парную, групповую формы обучения.

1. Планируемые результаты

Занятия направлены на достижение личностных и метапредметных результатов, развитие коммуникативных, регулятивных и познавательных, универсальных учебных действий, основным из которых является формирование правильного физического развития и укрепление организма учащихся. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения и общения, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, обогащение кругозора.

Личностные

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- уважительное отношение к одноклассникам в процессе занятий и за пределами танцевального зала;
- положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям;
- способность к самооценке.

Метапредметные

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных

действий;

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности.

Регулятивные

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.

Коммуникативные

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- ставить вопросы;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные

- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- выполнение ритмических комбинаций;
- развитие музыкальности, развитие чувства ритма;
- умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

3. Учебно – тематический план

| № | Наименование разделов | Количество часов | | | Форма контроля |
|---|--|------------------|----------|-------|------------------------------|
| | | теория | практика | всего | |
| 1 | Водное занятие | 1 | - | 1 | Первичная диагностика |
| 2 | Современный (эстрадный), народный танцы. Подготовительные упражнения. | 2 | 12 | 14 | Текущий контроль, наблюдение |
| 3 | Бальный танец. | 1 | 6 | 7 | Текущий контроль, наблюдение |
| 4 | Танцы. Постановочная | 3 | 47 | 50 | Текущий |

| | | | | | |
|-------|-------------------------|---|----|----|----------------------------|
| | и репетиционная работа. | | | | контроль, отчетный концерт |
| Итого | | 7 | 65 | 72 | |

Тематическое планирование
(72 часа в год, по 2 часа в неделю)

| № занятия | Тема занятия | Количество часов | | |
|--|---|------------------|----------|-------|
| | | теория | практика | всего |
| 1.Вводное занятие | | | | |
| 1 | Знакомство с предметом деятельности и его содержанием. Беседа о технике безопасности на занятии, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 | - | 1 |
| 2. Современный (эстрадный), народный танцы. Подготовительные упражнения. | | | | |
| 2-3 | Методика исполнения движений. Ритмические движения в темпе и ритме музыки, наклоны и повороты корпуса. | 0.5 | 1,5 | 2 |
| 4 | Прыжки в различном темпе и ритме музыки. | - | 1 | 1 |
| 5 | Исполнение танцевальных движений в характере музыки. | - | 1 | 1 |
| 6 | Шаг в сторону и «кик» - выброс свободной ноги по диагонали накрест перед опорной ногой, два шага в сторону и «кик». | - | 1 | 1 |
| 7-8 | Основные проходки русского народного танца: хороводный ход, кадильный ход. | 0,5 | 2 | 2 |
| 9 | Знакомство с различными направлениями современного танца, манера исполнения. | 0.5 | 0.5 | 1 |
| 10-11 | Свободные танцевальные композиции. | - | 2 | 2 |
| 12 | Основные движения танца «Хастл». | - | 1 | 1 |
| 13-14 | Припадание по 6 позиции, дробный ход. | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 15 | Вращения по диагонали, на месте. | - | 1 | 1 |
| 3. Бальный танец. | | | | |
| 16-17 | Методика исполнения движений: вальсовая дорожка вперед и назад, балансе. | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 18 | Поклоны, положение рук в паре. | - | 1 | 1 |
| 19 | Соединение движений в танцевальные композиции. | - | 1 | 1 |
| 20 | Отработка элементов, работа над музыкальностью, синхронностью. | - | 1 | 1 |
| 21-22 | Отработка четкости и чистоты рисунков. | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 4. Танцы. Постановочная и репетиционная работа. | | | | |
| 23-25 | Методика исполнения движений. Разучивание | 0,5 | 2,5 | 3 |

| | | | | |
|-------|--|-----|-----|---|
| | основных движений и шагов к танцу «Вальс». | | | |
| 26 | Поклоны, положение корпуса, рук в паре. | - | 1 | 1 |
| 27 | «Вальсовая дорожка» с продвижением вперед и назад. | - | 1 | 1 |
| 28-30 | Па вальса с вращением по одному, изучение сложных элементов. | 0,5 | 3 | 3 |
| 31-32 | Исполнение в медленном, а затем в обычном темпе, отработка техники исполнения движений. | 0.5 | 1,5 | 2 |
| 33 | Повороты под рукой партнера – девушкам, исполнение в медленном, а затем в обычном темпе. | - | 1 | 1 |
| 34-35 | Исполнение «вальсового квадрата» в паре, техника исполнения. | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 36-38 | Разучивание танцевальной композиции танца «Вальс» | - | 3 | 3 |
| 39-40 | Разводка танцевальных комбинаций в рисунках и переходах. | - | 2 | 2 |
| 41-42 | Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. | | 2 | 2 |
| 43-44 | Работа над музыкальностью, развитие пластичности. | - | 2 | 2 |
| 45-46 | Отработка синхронности в исполнении. | - | 2 | 2 |
| 47-49 | Работа над техникой танца «Вальс», отработка четкости. | - | 3 | 3 |
| 50-51 | Знакомство с музыкальным материалом постановки современной композиции, движения и шаги. | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 52-53 | Изучение танцевальных движений, их музыкальная раскладка. | - | 2 | 2 |
| 54 | Исполнение движений в медленном, а затем обычном темпе. | - | 1 | 1 |
| 55-56 | Соединение движений в танцевальные композиции и их отработка. | - | 2 | 2 |
| 57-58 | Разводка танцевальных комбинаций в рисунках и переходах. | - | 2 | 2 |
| 59-60 | Отработка элементов, работа над музыкальностью, развитие пластичности, синхронность в исполнении, работа над техникой танца. | - | 2 | 2 |
| 61-62 | Отработка и закрепление четкости и чистоты в исполнении композиции. | - | 2 | 2 |
| 63 | Знакомство с музыкальным материалом танцевальной композиции под песни военных лет. | 0,5 | 1 | 1 |
| 64 | Демонстрация движений и ходов, их музыкальная раскладка. | | 1 | 1 |
| 65-66 | Изучение танцевальных движений и ходов. | | 2 | 2 |
| 67-68 | Соединение движений в танцевальные композиции. | | 2 | 2 |
| 69 | Разводка танцевальных комбинаций в рисунках и переходах. | | 1 | 1 |
| 70 | Отработка и закрепление элементов, синхронность в исполнении. | | 1 | 1 |

| | | | | |
|--------------|--|----------|-----------|-----------|
| 71 | Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. | | 1 | 1 |
| 72 | Отработка техники исполнения танцевальной композиции (темп, ритм, синхронность). | | 1 | 1 |
| Итого | | 7 | 65 | 72 |

5. Содержание рабочей программы.

Основное содержание занятий составляют упражнения для развития двигательных качеств и упражнений тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы – развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Материал программы включает следующие **разделы**:

- вводное занятие;
- современный (эстрадный), народный танцы;
- бальный танец;
- танцы, постановочная и репетиционная работа.

Раздел «**Вводное занятие**»

Теория: Знакомство с предметом деятельности и его содержанием. Беседа о технике безопасности на занятии, при выполнении упражнений, разучивании танцев.

Раздел «**Современный (эстрадный), народный танцы**»

Теория: Методика исполнения движений.

Практика: Раздел включает изучение основных позиций и движений народного и современного (эстрадного) танца.

В процессе разучивания движений педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные композиции музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль и национальный характер танца.

Народный танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народному танцу. Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также изучаются элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

Раздел содержит элементы народного, современного танца. Включенные в раздел упражнения экзерсиса способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки, учат правильной постановке корпуса, выработки координации движений, учат правильно дышать при выполнении упражнений и танцев.

Упражнения способствует укреплению мышц шеи, спины, избавляет от физического переутомления, улучшает физическую и психическую форму организма, повышает эмоциональность занятия.

Раздел: «Бальные танцы»

Теория: Методика и манера исполнения движений и шагов.

Практика: Раздел изучает основные движения и вариации из них, а также некоторые популярные танцы, которые развивают чувство ритма, координацию движений, умение двигаться под музыку, коммуникабельность. Улучшается память, внимание, внутренняя организация.

Обучить отдельным бальным танцам, задача которых – отработка корпусного движения, правильного и полного переноса тела, точной работы стопы.

Занятия бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

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 учащихся грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел «Танцы. Постановочная и репетиционная работа»

Теория: Методика и манера исполнения танцев.

Практика: Раздел включает народные, бальные, современные танцы в обучающем, постановочном и сценическом варианте.

Дополнительное включение в программу обширного танцевального материала позволяет повысить интерес учащихся к занятиям и принимать участие в концертах, конкурсах. Это требует от учащихся ответственного отношения к своей художественной деятельности, умение организовать себя и показать на профессиональном уровне полученные хореографические знания, умения, навыки, раскрыть себя на сцене как творческую личность.

Вначале учащиеся знакомятся с музыкальным сопровождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением,

манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

5. Методическое обеспечение учебного 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.

Один из важных факторов работы обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетания. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию учащихся. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений.

Информация, получаемая на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Подготовка к совместному выступлению имеет большое значение в решении воспитательных и образовательных задач. Общие репетиции сближают детей, между членами коллектива устанавливаются дружелюбные, товарищеские отношения, каждый участник танцевального коллектива несет ответственность за каждого члена своей группы.

Учебный курс изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, закрепленных практическими занятиями изучением танцевальных композиций и публичного выступления.

Данная программа ориентирована на такие важные компоненты как воспитание ценностных духовно-нравственных качеств личности: дружелюбие, организованность, толерантность, целеустремлённость, любознательность, коммуникабельность, артистичность, способность к эмпатии, организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни.

6. Система контроля и оценивания результатов.

Для полноценной реализации деятельности программы используются разные виды контроля:

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- промежуточный – участие в школьных мероприятиях, в концертной деятельности, фестивали, конкурсы;
- итоговый – открытые занятия.

На протяжении процесса обучения педагог контролирует эффективность работы обучающихся по результатам выполнения танцевальных упражнений, обращая особое внимание на грамотность и выразительность исполнения движений, на эмоциональное состояние обучающихся.

Танцевальная пластика оценивается педагогом по соответствию поставленной задаче, технической и эстетической стороне исполнения. В конце учебного года педагогом подводятся итоги освоения программы обучающимися по таким критериям как:

- освоение танцевальной техники;
- выразительность исполнения;
- взаимодействие с партнерами;
- теоретические знания.

Воспитанники демонстрируют полученные знания на концертах в течение учебного года перед родителями, на сцене учебного заведения, в хореографических конкурсах и фестивалях.

7. Список рекомендуемой методической литературы.

1. Программа «Ритмика и танец» хореографической студии «Ровесник» педагог дополнительного образования Плутенко Л.П., 2009г., г. Новосибирск;
2. «Учите детей танцевать» Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», Москва, 2004 год;
3. «Пособие по ритмике», Москва, изд. «Просвещение», 2001 год;
4. «Методика преподавания народного танца», ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», Москва, 2004 год;
5. «Народный танец», Ткаченко Т., изд. «Искусство», Москва, 1967 год.
6. Детские танцы | Танцы онлайн, видеоуроки танцев... dance-league.com/taxonomy/term/12018
7. Детский танец | horeograf.COM | horeograf.COM
7. Детская танцевальная музыка muzofon.com/search/
8. Бальные танцы – видеоуроки онлайн video-dance.ru

9.Музыкадляпостановок, народнаястилизация | Форумperluna-
detyam.com.ua/forum/vse-dlya...narodnaya...

10.Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)

11.Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)

Список литературы для обучающихся

1. «Учите детей танцевать» Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», Москва, 2004 год.

2.Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)

3.Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)

4. Бочкарева Н.И. «Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии» Бочкарева Н.И.– Кемерово, 1998.– 63 с.

5.Бальныетанцы – видеоурокионлайнvideo-dance.ru»