

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе

«Танцевальные жемчужины. Ритмика»

Направленность: художественно-эстетическое

Форма обучения: групповая.

Год обучения: 1 год

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

Программа содержит следующие разделы: *«Ритмика»*, *«Основы русского народного танца»*, *«Танцы народов мира»*, *«Современный бальный танец»*

Режим занятий: Учебная нагрузка 34 часа в год. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу (педагогический час - 45 мин).

Муниципальное казённое образовательное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеский центр Ачинского района»

Рассмотрено и рекомендовано
методическим советом
МКОУ ДО
«ДЮЦ Ачинского района»
Протокол №1
от «20» сентября 2016 г.

Утверждаю
Директор МКОУ ДО «ДЮЦ
Ачинского района»

И.В. Нечипоренко
Приказ № 23
от «20» сентября 2016г.



Рабочая программа
на 2016-2017 учебный год
к дополнительной общеобразовательной программе
«Танцевальные жемчужины. Ритмика»

Разработчик программы:
Тарасова Елена Валентиновна,
педагог дополнительного образования

Составитель и реализует программу:
Киселёва Наталья Николаевна,
педагог дополнительного образования

Ачинский район
2016 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «**Танцевальные жемчужины. Ритмика**» художественно-эстетической направленности. При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления.

Актуальность проблем художественно-эстетической направленности обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчёркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус.

Проблема формирования у обучающихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания. Это обуславливает не только интерес к этой проблеме со стороны научно-педагогической общественности, но и необходимость её творческого осмысления и верного практического решения.

Форма обучения: групповая.

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

Год обучения: 1 год обучения.

Особенности обучения:

Занятия в объединение способствуют социальной активности ребёнка, там он знакомится с основами искусства, приобщается к одному из его видов. В танцевальных группах немаловажное место занимает подготовка репертуара и выступление перед зрителем. Каждый хореографический номер, осваемый в учебном курсе, требует от обучающихся эмоциональности, творческой активности, мобилизации духовных и физических сил.

Программа содержит следующие разделы.

Раздел «**Ритмика**» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкально-ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять её характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением.

Также целесообразно ввести и использование аэробики, как тренажа, которая помимо развития и укрепления мышц шеи, рук, плечевого пояса, ног, туловища, стопы, развивает детей ритмически, вносит в занятие массу положительных эмоций, доставляет детям радость и удовлетворение от красивых двигательных упражнений, воспитывает эстетически.

Раздел «**Основы русского народного танца**» даёт широкое представление о русском народном танце, одном из наиболее распространенных и древних видов творчества русского народа. Русский народный танец – средство приобщения подрастающего поколения к

богатству танцевального и музыкального творчества. На протяжении многовековой истории своего развития он всегда был связан с песней, бытом, трудом и обычаями русского человека.

При изучении раздела **«Танцы народов мира»** учащиеся знакомятся с национальными особенностями народных танцев, народных обрядов, жизнью и историей народа. Всё это усилит выразительность исполнения, поможет более глубокому проникновению в национальный характер, воспитывает чувства интернациональной дружбы, коллективизма, культуру поведения и общения.

«Современный бальный танец» - задача этого раздела дать представление о стилистических особенностях и манере исполнения историко-бытовых и современных бальных танцев различных эпох, научить понимать характер исполнения танца, научить общению партнёров, культуре поведения. Изучение этого раздела является наиболее общедоступной формой приобщения школьников к хореографии.

Программа может изменяться по усмотрению руководителя без нарушения целостности программы и соотношения тренировочных занятий с разучиванием бальных танцев разных стилистических групп.

Основой программы является репертуар, который рекомендуется для разучивания и исполнения не только на школьных уроках, но и праздниках, конкурсах, концертах.

Основная цель программы «Танцевальные жемчужины» - способствовать эстетическому развитию подрастающего поколения через хореографию.

Обучающиеся задачи:

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- знакомить детей с хореографическими терминами и понятиями;
- научить взаимосвязи музыки и движения;
- 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 задачи:

- развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развить танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

Воспитательные задачи:

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству ;
- сплотить коллектив, строить в нём отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- принимать участие в концертной жизни школы, посёлка, района.

Режим занятий: занятия проводятся один раз в неделю, по 45 минут.

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 является: 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 выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем

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 их элементов; отработка композиций.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (движения у палки); хореографические упражнения; элементы современного балльного танца, народного танца, танцевальные композиции; постановочная работа

На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в части строится с учётом 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, которые доставляет детям радость.

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

Эффективность занятий оценивается педагогам в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год всё 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 позволяет ему корректировать свою работу.

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

Для реализации программы в работе с обучающимися применяются следующие методы:

- метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонации в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы;
- метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология. Историческая справка и др;
- метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;
- метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические **принципы:**

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения овладению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного, бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Ожидаемые результаты:

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 1 года обучения:

1. Уметь различать характер и темп музыки. Уметь строиться в колонну по одному, по два, четыре на месте и в продвижении.
2. Научиться выполнять движения: полуприседание, танцевальный шаг с носка, одинарные, двойные и тройные притопы, боковые приставные шаги, тройные хлопки, попеременные подскоки.
3. Иметь представления о характере, выразительности исполняемых танцев, знать элементарные правила общения в паре. Иметь общее понятие о танце, его видах.

Эти критерии отслеживались по всем разделам программы и уровням обучения.

Критерии имеют следующие уровни (адаптированы ко всем уровням программы):

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Не владеет понятийным аппаратом, слабо знает программный материал, путается в последовательности исполнения движений, не музыкален, работает вяло, пассивен на уроке.	Программный материал освоен, но допускаются незначительные ошибки, которые старается исправить; на занятиях проявляет инициативу.	Владеет понятийным аппаратом, знает программный материал и умело применяет его на практике, характеризуется высоким уровнем исполнительской культуры и актерской выразительности, музыкален, принимает активное участие в работе.

Формы проведения промежуточной аттестации: 1 год обучения - зачёт

Особенности организации образовательного процесса:

	Год обучения
	1
Количество часов в неделю по годам обучения	1
Количество учебных недель	34
Количество учебных часов по программе	34
Количество учебных часов согласно расписанию	34

Содержание программы 1-го года обучения

Ритмика.

Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты. Исполнения хлопками, притопами ритмических рисунков некоторых музыкальных произведений, включённых в программу 1 класса. Овладение простейшими навыками координации движений. Развитие выворотности, правильной осанки, гибкости, музыкальности. Слушание и анализ музыки.

1) Элементы музыкальной грамоты.

Определение и передача в движении:

- характера музыки (весёлый, грустный);
- темпа (медленный, быстрый);

- динамических оттенков (тихо, громко);
- куплетная форма (вступление, запев, припев);
- жанров музыки (марш, песня, танец);
- метроритма (длительный: четверть-шаг, восьмая-бег)
- пауза (четверной, восьмой)

2) Упражнения на развитие ориентации в пространстве.

Построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками в движении и на месте. Построение в круг, движение по кругу

3) Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Напряжение и расслабление мышц рук. Сгибание кистей: вниз, вверх, вперёд, назад. Поднимание рук вверх и опускание вниз. Напряжение и расслабление мышц ног. Вращение стопы: поднимание носком вверх и опускание вниз, отведение вправо, влево. Наклоны, повороты головы, круговые движения плечами.

4) Упражнения на развитие художественно-творческих способностей:

«упражнение с воображаемыми цветами», «хитрая лиса и волк», «мама спит», «прогулка по лесу».

5) Слушание и анализ танцевальной музыки.

- П. И. Чайковский. Музыка из балета «Щелкунчик» (фрагменты)
- Детский альбом. П. И. Чайковский.
- Октябрь (Осенняя песня). Из цикла «Времена года».

Русский народный танец.

В задачу этого года обучения входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов и движений на середине, развитие координации движений. Научить детей двигаться по кругу по одному и в парах на примере несложных игровых массовых танцев.

Рассказать о значении танца в жизни русского народа.

Русский народный танец – часть национальной культуры русского народа. Связь русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом народа. Места, где проходили гулянья. Разнообразие народных игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой, Традиции, сложившиеся в исполнении русского народного танца.

Основные движения русского танца:

- простой поклон на месте;
- простой поклон с продвижением вперёд;
- одинарные, тройные притопы;
- простой шаг вперёд, скользящий шаг, переменный, быстрый шаг вперёд, галоп;

- простаяковырялочка: носок, каблук;
- припадание по 6-й позиции вперёд в продвижении;
- подготовка к присядкам: приседание по 6-й позиции;
- подскоки.

Умения и навыки, приобретённые при разучивании движения, демонстрируются во время постановочных этюдов:

- «Сударушка» (муз. народная)
- Круговой галоп (венгерская народная мелодия)

Танцы народов мира.

В задачу первого года обучения входит знакомство с прибалтийским народным танцем. Особенности предлагаемого материала является его внешняя схожесть. Дети знакомятся с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение этих элементов на середине, развитие элементарных навыков координации движений. В работе используется только 6-я позиция ног и 1-я и 3-я свободная позиция.

Литовский народный танец.

По своему характеру литовские танцы спокойны или сдержанно оживленны. Им свойственна простота и не непосредственность. С начала и до конца танец исполняется либо плавно, степенно. Либо весело, без резких смен ритма.

Отличительная черта литовских танцев – продуманность построения разнообразие и богатство фигур. Распространены в Литве танцы, изображающие животных. С большим юмором и меткой наблюдательностью они передают характер и особенности животных.

Элементы танца «Козлик»

- «прогулка»– простые шаги на приседание
- Перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением
- Прыжки из 6-й позиции во 2-ю и обратно
- «бодание» -прыжки с перекрещенными ногами
- «брыкание» - прыжки с выбрасыванием ног в сторону
- Прыжки с поджатыми ногами на месте с продвижением

Современный бальный танец.

Учебно-тренировочная работа: связь элементов тренажа с разучиванием танцев. Азбука музыкального движения. Пластические упражнения в характере и темпе музыки. Танцевальный шаг с носка, шаг на полупальцах, лёгкий бег, шаг с подскоком. Танцевальные шаги в образе различных животных, любимых героев мультфильмов.

- «Танец с хлопками» – парный, построен на лёгком беге и хлопками.

- «Пляска цифр и букв» – в руках у детей цифры и буквы. Танец построен на боковом шаге в сторону, тройном притопе на месте, отведение ноги вперёд на носок, в сторону на каблук.

Календарно-тематическое планирование

№	Название темы	Количество часов	Дата	
			проведения занятия	планируемая / фактическая
1	Вводное занятие	1	03.10.2016	
2	Ритмика. Элементы музыкальной грамоты. Определение и передача в движении.	1	10.10.2016	
3	Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками в движении и на месте.	1	17.10.2016	
4	Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Построение в круг, движение по кругу	1	24.10.2016	
5	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Напряжение и расслабление мышц	1	31.10.2016	
6	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Наклоны, повороты головы, круговые движения плечами.	1	07.11.2016	
7	Слушание - Детский альбом. П. И. Чайковский	1	14.11.2016	
8	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей. Упражнение с воображаемыми цветами.	1	21.11.2016	
9	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей. Музыкальные игры «мама спит», «прогулка по лесу».	1	28.11.2016	
10	П. И. Чайковский. Музыка из балета «Щелкунчик» (фрагменты)	1	05.12.2016	
11	Русский народный танец.	1	19.12.2016	

№	Название темы	Количество часов	Дата	
			проведения занятия	планируемая / фактическая
	Знакомство с русским народным танцем его истоками, традициями.			
12	Простой поклон на месте, простой поклон с продвижением вперёд.	1	19.12.2016	
13	Этюд на выученных движениях (промежуточная аттестация)	1	26.12.2016	
14	Одинарные, тройные притопы. Простая ковырялочка: носок, каблук	1	02.01.2017	
15	Припадание по 6-й позиции вперёд в продвижении; подготовка к присядкам: приседание по 6-й позиции.	1	09.01.2017	
16 -20	Разучивание танца, на основе выученных движений русского народного танца	1	16.01.2017	
		1	23.01.2017	
		1	30.01.2017	
		1	06.02.2017	
		1	13.02.2017	
21	Танцы народов мира. Знакомство с литовской танцевальной культурой	1	20.02.2017	
22	Танец «Козлик». Движения «прогулка» – простые шаги на приседание. Перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением	1	27.02.2017	
23	Прыжки из 6-й позиции во 2-ю и обратно. Прыжки с поджатыми ногами на месте с продвижением.	1	06.03.2017	
24	«Бодание» - прыжки с перекрещенными ногами	1	13.03.2017	
25	«Брыкание» - прыжки с выбрасыванием ног в сторону	1	20.03.2017	
26	Современный бальный танец. Пластические упражнения в характере и темпе музыки.	1	27.03.2017	

№	Название темы	Количество часов	Дата	
			проведения занятия	планируемая / фактическая
27	Пластические упражнения в характере и темпе музыки	1	03.04.2017	
28	Танцевальный шаг с носка, шаг на полупальцах, лёгкий бег, шаг с подскоком.	1	10.04.2017	
29	Танцевальные шаги в образе различных животных, любимых героев мультфильмов.	1	17.04.2017	
30	Азбука музыкального движения.	1	24.04.17	
31	«Танец с хлопками» – парный, построен на лёгком беге и хлопками.	1	08.05.16	
32	«Танец с хлопками» – парный, построен на лёгком беге и хлопками.	1	15.05.17	
33	«Пляска цифр и букв». Боковой шаг в сторону, тройной притоп на месте, отведение ноги вперёд на носок, в сторону на каблук.	1	22.05.17	
34	«Пляска цифр и букв». Урок-концерт (Аттестация обучающихся)	1	29.05.17	

Список литературы

1. Т. Н. Фисанович. Танцы для девочек.
2. Секрет танца, Издательство «Диамант» 1997г.
3. Начальный курс. Танцы. Издательство «Астрель» 2001г
4. Молодёжная эстрада №1 2001г.
5. Журналы «Мир танца» выпуски №3, №4 2001г.
6. З. Я. Роот. Танцы в начальной школе. Практическое пособие.
7. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – Л. – М, 1963
8. Пасюткинская В. Волшебный мир танца. – М, 1985
9. Айседора Дункан. Моя исповедь. Айседора Дункан в воспоминаниях современников.
10. Видеокассеты с материалом о современном и джазовом танце. Новосибирск

Техническое и дидактическое обеспечение

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

- наличие специального зала,
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи, видеозаписи;
- костюмы для концертных номеров.