

Утверждена
Приказом директора
МБОУ СОШ №117
№ 01-08/120 от 04.09.2017

**Дополнительная образовательная общеразвивающая
программа
художественной направленности
«Ритмика и танцы»**

Составитель программы: Лебедева П.А.,
Педагог дополнительного образования

Педагог, реализующий программу: Кулакова И.В.,
Педагог дополнительного образования высшей категории

Возрастная категория детей: 1-4 классы
Срок реализации программы: 4 года

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя образовательная школа №117»

Пояснительная записка.

Танец – форма самовыражения, которая так необходима детям. Красивая, эмоциональная музыка доставляет детям радость, поднимает настроение, вызывает желание двигаться под неё, поскольку испытывают постоянную потребность в движении.

Через танец дети начинают знакомство с жанровыми понятиями музыки: вальс, полька, марш, русский народный танец. При разучивании того или иного танца программа предусматривает разговор об эпохе, в которую он возник, показ иллюстраций костюмов и жанровых сцен. Необходимо объяснять детям, что музыка неразрывно связана с движениями, что она «душа танца» и сама подсказывает характер танцевальных движений. Можно озорно, весело скакать в польке или неторопливо двигаться, «плыть как лебёдушка», в хороводе, весело притопывать каблучком в русской пляске.

Кроме обучающих уроков (репетиций) необходима предварительная работа над сложными композициями в танце, отдельными танцевальными движениями. Необходимо закреплять пластику рук у детей, отрабатывать мягкие, скользящие движения в вальсе, легкие подскоки в разных направлениях и ритмичные хлопки в польке.

Ритмика – предмет, обучающий детей свободному владению своим телом. В основе ритмики лежит обучение управлять своим телом через работу мышц. Постепенно через умение управлять своими мышцами вырабатывается навык раскрытия эмоционального внутреннего состояния ребёнка. Такая форма занятий, где пластика тела и музыка соединяются в целое, помогает раскрыть потенциальные способности ребёнка, создает разностороннего творческого человека.

Программа рассчитана на четыре года, предназначена для детей 6,6 –11 лет (учащиеся начальной школы). В 2017-2018 учебном году реализация программы реализуется с 01.10.2017, поэтому программа рассчитана на 30 учебных недель в каждом классе (1 час в неделю).

Цели и задачи программы:

Занятия танцами и ритмикой нацелены на то, чтобы развивать в детях музыкально-пластические способности, соединения внутреннего состояния с внешними физическими действиями.

Для достижения этих целей задачи делятся на 3 группы:

- эстетические
- физические
- воспитательные

Эстетические задачи.

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки.

Всё можно выразить языком движений (растущий цветок, мерцание звёзд, падающие капли дождя и т.д.);

- развивать музыкальный вкус и кругозор;
- приобщать к совместному движению с педагогом

Физические задачи.

- развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность, точность движений;
- научить детей чувствовать характер музыкального сопровождения в своём движении;
- преодолеть физические недостатки, связанные с нарушением опорно-двигательного аппарата (сколиоза, кифоза, лордоза).

Воспитательные задачи.

- воспитать у детей интерес к занятиям танцами и ритмикой;
- психологически раскрепостить ребёнка;

- воспитать умение работать в коллективе.

**По методам и формам решения поставленных задач-
занятия делятся на несколько видов:**

1. Обучающие занятия.

Детально разбираются движения. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, основных позиций и танцевальных движений в медленном темпе. Объясняется приём его использования. На уроке может быть введено не более 2–3 комбинаций. При разучивании танца необходимо обратить внимание на движения или перестроения, которые могут показаться сложными для детей. Выучите их сначала как отдельные ритмические этюды.

2. Закрепляющие занятия.

Происходит повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Для лучшего закрепления движений в ритмическом рисунке конкретного фрагмента танца руководитель может использовать потешку, хлопки, приём «эхо», т.е. отхлопывание ритмического рисунка мелодии с повтором его детьми. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других или идёт соревнование – игра между второй и первой линиями.

3. Итоговые занятия.

Дети самостоятельно, без подсказки должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации. Проследить за выполнением движений и оценить работу детей лучше всего через концертную деятельность т.к. дети очень любят выступать на сцене.

4. Импровизационная работа.

Дети танцуют придуманные ими вариации, или сочиняют танец на тему, данную руководителем. Ребёнок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать своё видение мира и образа. Овладевая навыками танцевальных движений, и чутко откликаясь на музыку, дети по окончании курса участвуют в создании (по выбор) композиций танца Таким образом походит участие детей в проектной деятельности.

Требования к знаниям, умениям и навыкам:

- Учащиеся должны знать музыкальные жанры танцев, определять их на слух и выполнять в зависимости от жанра музыки элементы танцевальных движений ;
- Дети должны приобрести умение двигаться по кругу в разных направлениях, освоить отдельные этюды с движениями хоровода: выворачивание круга – «улитка», смена направления – «расческа»
- Знать и уметь показать исходные позиции ног и рук ;
- Знать и уметь выполнить изученные виды шага;
- Уметь выполнить изученные танцевальные движения;
- Защитить проект по заданной музыкальной теме.

Учебно-тематический план

1 класс

(при занятиях 1 час в неделю - 30 часов)

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	<i>Вводное занятие.</i>	1	1	-
3	«Танец медведей»	4	2	2
4	Танец «Зимняя фантазия»	3	1	2
5	«Танец Месяца и Звездочек»	3	1	2

6	Танец «На палубе корабля»	4	2	2
7	«Русский танец с павлопосадскими платками»	3	1	2
8	«Вальс с разноцветными шарами»	4	2	2
9	«Хоровод с зелеными ветками»	3	1	2
10	Концертная деятельность.	4	-	4
11	Итоговое занятие	1	-	1
	ИТОГО	30	11	19

2 класс

(при занятиях 1 час в неделю – 30 часов)

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие.	1	1	-
2	Вальс «Летняя фантазия»	4	2	2
3	Танец «Парный танец в валенках»	3	1	2
4	Танец «Шаловливые часы»	3	1	2
5	Танец «Моряков»	4	2	2
6	Танец полька «Веселое настроение»	3	1	2
7	Танец «Веселые дети»	4	2	2
8	Танец «Веселые ложкари»	3	1	2
9	Концертная деятельность.	4	-	4
10	Итоговое занятие	1	-	1
	ИТОГО	30	11	19

Учебно-тематический план 3 класс

(при занятиях 1 час в неделю – 30 часов)

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие.	1	1	-
2	Танец «Барыня»	4	2	2
3	Танец «Гжельские узоры»	3	1	2
4	Танец «Снежный танец»	3	1	2
5	Танец «Танец богатырей»	3	1	2
6	Танец «Танец с куклами»	3	1	2
7	Танец «Современный»	4	2	2
8	Танец «Парный весенний танец»	4	2	2
9	Концертная деятельность.	4	-	4
10	Итоговое занятие	1	-	1
	ИТОГО	30	11	19

Учебно-тематический план 4 класс

(при занятиях 1 час в неделю – 30 часов)

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий.	Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие.	1	1	-
2	Танец «Пляска с балалайками»	3	1	2
4	Танец «Танец елочек»	3	1	2
5	Вальс «Новогодний дождь»	3	1	2
6	Танец «Марш с обручами и голубями»	4	2	2
7	Танец «Русский чай»	4	2	2
8	Танец «Джентельмены с тростью»	4	2	2
9	Танец «Цыганский танец»	3	1	2
10	Концертная деятельность.	4	-	4
11	Итоговое занятие	1	-	1
	ИТОГО	30	11	19

Учебно-методическое обеспечение занятий.

Занятия проводятся в танцевальном зале школы. В распоряжении танцевального объединения: костюмы, магнитофон, музыкальный центр, танцевальный зал, актовый зал школы. Гимнастические ковры, предметы для танцев (ленты, мячи, платки)

Рекомендуемая литература:

1. З.Я.Роот «Танцы с нотами» Москва «Айрис-Пресс» 2007г.
2. З.Я.Роот «Бал на лесной полянке» Москва «Школьная пресса» 2004г.
3. Н.В. Зарецкая, З.Я. Роот «Танцы в детском саду» Москва «Айрис-Пресс»2006г.
- 4.Журнал «Воспитание школьников» № 70 2004г.
- 5.Н. Картовых «Школа танцев для детей» Лениздат 2010 г.
- 6.DVD «Танцкейс. Танцы для праздник

