

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Сусатская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО

УВЕРЖДАЮ

На педагогическом совете

Протокол № 1 от «12» августа 2022 года



Директор МБОУ Сусатская СОШ

/И. Б. Карташова/

Приказ № 150 от 12.08.2022 года

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«РИТМ»**

Возраст обучающихся: 8-15 лет

Срок реализации: 1 год

Педагог дополнительного образования

Семёнова Людмила Васильевна

х. Сусат,
2022 год

Паспорт дополнительной общеобразовательной программы

Название ДОП	«Ритм»
Сведения об авторе	ФИО: Семёнова Людмила Васильевна
	Место работы: МБОУ Сусатская СОШ
	Адрес образовательной организации: РО, Семикаракорский р-он, х.Сусат, ул. Гагарина, 28/1
	Домашний адрес автора: х. Сусат ул. Гагарина 131
	Телефон: 89514976615
	Должность: педагог дополнительного образования
Участие в конкурсах авторских образовательных программ и программно-методических комплексов/результат	-
Нормативно-правовая база	<p>- Закон об образовании Российской Федерации;</p> <p>- Приказ Министерства Просвещения РФ № 196 от 09.11.2018 года « Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (пункт 11 Приложения « Организации, осуществляющие образовательную деятельность, ежегодно обновляют дополнительные общеобразовательные программы с учётом развития науки, техники , культуры, экономики, технологий социальной сферы);</p> <p>- СанПин 2.4.4.3172-14 « Санитарно – эпидемиологические требования к</p>

	<p>уставу, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Постановление Главного санитарного врача РФ от 04.07.2014г.</p> <p>- Приказ МБОУ Сусатской СОШ от 09.09.2021 года № 292 « Об актуализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».</p>
Материально-техническое оснащение	<p>-Тренировочная одежда и обувь.</p> <p>-Сценические костюмы.</p> <p>-Реквизит для танцев.</p> <p>-Музыкальный центр.</p> <p>-Компьютер (ноутбук) для просмотра обучающего видео.</p> <p>-Обручи, флажки, коврики, маты.</p>
Год разработки, редактирования	2022
Структура программы	<p>1.Пояснительная записка</p> <p>2.Учебно-тематический план</p> <p>3.Содержание изучаемого материала</p> <p>4.Календарный учебный график</p> <p>5.Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы</p> <p>6. Список литературы</p>
Направленность	Художественная
Направление	Хореография
Возраст учащихся	8-15 лет
Срок реализации	1 год
Этапы реализации	<p>1 этап-сентябрь 2022 г.: организационно-диагностический;</p> <p>2 этап- октябрь 2022 г. - апрель 2022 г.: реализация программы;</p> <p>3 этап- май 2023 г.: подведение итогов.</p>
Новизна	состоит не только в обучении танцевальных и акробатических

	<p>постановок, но и в оздоравливающем эффекте от занятий (профилактика заболеваний позвоночника, верхних дыхательных путей и т.д.).</p>
Актуальность	<p>предлагаемая программа позволяет приобретать различные двигательные умения и навыки, развивать эмоционально-волевую сферу, формировать этические установки, создает возможности для выбора идеалов духовности и созидательного творчества. Дети приобретают хорошую физическую форму, укрепляют здоровье, развивают грацию, развивают пластику. Воспитывается музыкальность и чувство ритма, чувство красоты. Обучение по данной программе позволяет средствами коллективной творческой деятельности способствовать общекультурному развитию детей. Удовлетворению естественной потребности в общении и движении, всестороннему раскрытию творческого потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности каждого в условиях коллектива..</p>
Цель	<p>развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.</p>
Ожидаемые результаты	<p>В результате освоения программы дети должны</p> <p>знать:</p> <p>названия классических движений;</p> <p>первичные сведения об искусстве хореографии.</p> <p>позиции рук и ног</p>

	<p>значение слов «легато», «стокатто», ритм, акцент, темп.</p> <p>уметь:</p> <p>воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;</p> <p>соединять отдельные движения в хореографической композиции;</p> <p>исполнять движения классического характера</p> <p>грамотно исполнять движения хореографических постановок;</p> <p>определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;</p> <p>самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.</p> <p>имеют возможность овладеть коммуникативным навыком,</p> <p>осознать свою значительность в коллективе.</p>
Формы занятий	Фронтальные (15 человек)
Режим занятий	Суббота 14.00-14.40, 14.50-15.30
Формы подведения итогов	<ul style="list-style-type: none"> — участие в конкурсах; — выступления детей на открытых мероприятиях; — участие в тематических праздниках; — контрольные занятия; — итоговое занятие; — отчетный концерт по итогам года

Пояснительная записка

Нормативно-правовая база:

1. Закон об образовании Российской Федерации;
 - Приказ Министерства Просвещения РФ № 196 от 09.11.2018 года « Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (пункт 11 Приложения « Организации, осуществляющие образовательную деятельность, ежегодно обновляют дополнительные общеобразовательные программы с учётом развития науки, техники , культуры, экономики, технологий социальной сферы);
 - СанПин 2.4.4.3172-14 « Санитарно – эпидемиологические требования к уставу, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Постановление Главного санитарного врача РФ от 04.07.2014г.
 - Приказ МБОУ Сусатской СОШ от 03.09.2021 года № 292 « Об актуализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».

Направленность и профиль: художественная, хореографическая.

Программа предназначена для внеклассной работы с учащимися среднего и старшего школьного возраста.

Для учащихся общеобразовательной школы высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур организма детей. Если эти органы и структуры не проявляют постоянной активности, то процессы их развития тормозятся и как следствие этого возникают разнообразные функциональные и морфологические нарушения.

Повышение двигательной активности полностью сказывается на физическом состоянии учащихся.

Вид программы: модифицированная, общеразвивающая

Уровень программы: базовый

Данная программа включает в себя изучение русского народного танца. На первое место ставится именно его образная, духовная сторона. Доступность народных танцев, привлекательность и легкость движений приносят детям радость, формируют у них интерес к познанию мира танца в разных его проявлениях.

Помимо народных танцев в программу включено изучение балльных и современных эстрадных танцев, что стимулирует интерес воспитанников к танцевальному искусству и расширяет их кругозор.

Программа составлена с учетом требований предъявляемых к программам дополнительного образования, на основе последних достижений и исследований музыкального творчества, педагогической практики.

Актуальность и новизна данной программы заключается в том, предлагаемая программа позволяет приобретать различные двигательные умения и навыки, развивать эмоционально-волевую сферу, формировать этические установки, создает возможности для выбора идеалов духовности и созидательного творчества. Дети приобретают хорошую физическую форму, укрепляют здоровье, развивают грацию, развивают пластику. Воспитывается музыкальность и чувство ритма, чувство красоты. Обучение по данной программе позволяет средствами коллективной творческой деятельности способствовать общекультурному развитию детей. Удовлетворению естественной потребности в общении и движении, всестороннему раскрытию творческого потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности каждого в условиях коллектива..

Цель программы: развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.

Задачи программы:

Образовательные:

- Обучать навыкам танцевального мастерства.
- Сформировать музыкально-ритмические навыки.
- Научить правильному дыханию во время танцевальных движений.
- Изучение специальной терминологии.

Развивающие:

- Развить эмоциональные качества у детей средствами хореографии.
- Развить артистические способности.
- Развить координацию, гибкость, пластичность.
- Развить внимательность и наблюдательность, фантазию через упражнения и этюды.

Физическое развитие.

Воспитательные:

- Воспитывать чувство доброжелательности, товарищества.
- Воспитывать чувство ответственности.
- Приобщать ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела.
- Воспитание культурной манеры поведения.
- Развитие у детей способности к самостоятельной и коллективной работе.

В программу включены следующие разделы: ритмика, элементы классического танца, элементы русского народного танца, элементы бального танца, элементы национального танца, постановочно-репетиционная работа.

Адресат программы.

Программа разработана для учащихся 4-9 классов (младшего и среднего звеньев).

Объем программы.

Общее количество часов - 56 часов, фактически 60 так как занятия в объединении проводятся в том числе и в каникулярное время.

Количество часов в неделю - 2 часа;

Периодичность в неделю – 1 раза;

Продолжительность занятий – 40 минут - 10 минут перерыв – 40 минут.

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. В связи с тем, что учащиеся не имеют хореографических навыков, программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

Занятия проходят в спортивном зале или классной комнате.. Для занятий используются: музыкальный центр, аудиокассеты, диски, также тренировочный материал: обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты. В течение года учащиеся участвуют в школьных мероприятиях, конкурсах, праздничных концертах.

Формы организации образовательного процесса.

Словесный:

Объяснение музыкального сопровождения, история рождения танца, обсуждение концертных выступлений.

Наглядный:

Показ упражнений, просмотр видеоматериалов с танцами

Практический:

Практический метод используется в форме урока, репетиции, постановочная работа, концерт.

Ожидаемые результаты работы по программе.

В результате освоения программы дети должны знать:

названия классических движений;

первичные сведения об искусстве хореографии.

позиции рук и ног

значение слов «легато», «стокатто», ритм, акцент, темп.

уметь:

воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;

соединять отдельные движения в хореографической композиции;

исполнять движения классического характера

грамотно исполнять движения хореографических постановок;

определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;

самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.

имеют возможность

овладеть коммуникативным навыком,

осознать свою значительность в коллективе.

Формы подведения итогов:

— выступления детей на открытых мероприятиях;

— участие в тематических праздниках;

— контрольные занятия;

— итоговое занятие;

— отчетный концерт по итогам года

Содержание изучаемого материала

Введение. Понятие об основных танцевальных движениях.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения).

Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног.

Классический танец.

Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца.

Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы, шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотом на $\frac{1}{4}$ круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ног. Круг ног по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к веревочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев.

Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя. Техника прыжков и вращений. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с одаренными учениками.

Постановка танцев. Отработка номеров

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце.

Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений.

Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

Отчётные концерты, смотры художественной самодеятельности.

Конкурсные занятия проводятся с целью внесения в процесс обучения элементов соревнований.

Календарно учебный график

№	Репертуарный план занятий	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1	Введение. Знакомство с коллективом. Разбиваемся на группы. Урок ТБ и ПБ	1ч 30м		03.09.22
2	Начинаем репетицию со знакомства с атрибутом для танца пробуем различные движения. 1-я группа Разучиваем движения для казачьего танца. 2-я группа	1ч 30м		10.09.22
3	1-я группа продолжаем изучать отдельные элементы с атрибутами . 2-я группа продолжаем изучать отдельные элементы казачьего танца.	1ч 30м		17.09.22
4	1-я группа продолжаем изучать отдельные элементы 2-я группа продолжаем изучать отдельные элементы казачьего танца.	1ч 30м		24.09.22
5	2-я группа продолжаем изучать	1ч 30м		01.10.22

	отдельные элементы казачьего танца.			
6	2-я группа продолжаем изучать отдельные элементы казачьего танца.	1ч 30м		08.10.22
7	1-я группа соединяем все элементы танца. 2-я группа соединяем все элементы танца.	1ч 30м		15.10.22
8	2-я группа репетиция казачьего танца.	1ч 30м		22.10.22
9	Генеральная репетиция. Выступления для конкурса казачества.	1ч 30м		29.10.22
10	Урок с ТБ И ПБ разбиваемся по группам для изучения танцев ко дню матери	1ч 30м		05.11.22
11	Изучение нового танца с тканью	1ч 30м		12.11.22
12	Изучение танца с тканью	1ч 30м		19.11.22
13	Изучение танца «Русский хоровод» 2-я группа. Изучаем элементы танца.	1ч 30м		26.11.22
14	Изучение танца «С тканью»	1ч 30м		03.12.22
15	Изучение танца «ЗИМНИЙ хоровод»	1ч 30м		10.12.22
16	Изучение танца «ЗИМНИЙ хоровод»	1ч 30м		17.12.22
17	Генеральная репетиция.	1ч 30м		24.12.22
18	Выступления на новогоднем празднике	1ч 30м		31.12.22
19	Урок с ТБ и ПБ. Разбиваемся на группы. Подготовка к 23 февраля	1ч 30м		07.01.23
20	Изучаем элементы танца. «Защитника отечества»	1ч 30м		14.01.23
21	Изучаем элементы танца.	1ч 30м		21.01.23
22	Изучаем элементы танца. Изучаем элементы танца к 8 марта «ромашковые поля»	1ч 30м		28.01.23
23	Изучаем элементы танца.	1ч 30м		04.02.23
24	Изучаем элементы танца.	1ч 30м		11.02.23

25	Генеральная репетиция перед 23 февраля	1ч 30м		18.02.23
26	Генеральная репетиция перед 8 марта	1ч 30м		25.02.23
27	Урок с ТБ и ПБ. Выбираем музыку. Разбиваемся на группы. 1-я группа. Изучаем элементы танца. 2-я группа. Изучаем элементы танца.	1ч 30м		04.03.23
28	Изучаем элементы танца «Военное папури»	1ч 30м		11.03.23
29	Изучаем элементы танца «Военное папури»	1ч 30м		18.03.23
30	Изучаем элементы танца «Военное папури»	1ч 30м		25.03.23
31	Изучаем элементы танца «Военное папури»	1ч 30м		01.04.23
32	Изучаем элементы танца «Военное папури»	1ч 30м		08.04.23
33	Изучаем элементы танца «Военное папури»	1ч 30м		15.04.23
34	Изучаем элементы танца «Военное папури»	1ч 30м		22.04.23
35	Готовим новые композиции ко дню хутора. Изучаем элементы танца с платками	1ч 30м		29.04.23
36	Генеральная репетиция к 9 мая	1ч 30м		06.05.23
37	Готовим новые композиции ко дню хутора. Изучаем элементы танца с платками	1ч 30м		13.05.23
38	Изучаем элементы танца с платками	1ч 30м		20.05.23
39	Изучаем элементы танца с платками	1ч 30м		27.05.23
40	Изучаем элементы танца с платками	1ч 30м		03.06.23
41	Генеральная репетиция перед днем хутора.	1ч 30м		10.06.23
42	Повторяем весь пройденный материал.	1ч 30м		17.06.23
43	Заключительный концерт. Показываем	1ч 30м		24.06.23

	все что выучили за год.			
	Итого:	56 часов		

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы.

Результат реализации программы во многом зависит от подготовки помещения, материально-технического оснащения и учебного оборудования. Помещение для занятий должно быть светлым, сухим, теплым и по объему и размерам полезной площади соответствовать числу занимающихся воспитанников. Помещение должно соответствовать требованиям и нормам СанПиНа и правилам техники безопасности. Оформление кабинета должно нести эстетическую направленность.

Кроме того, необходима следующая материально-техническая база:

- Тренировочная одежда и обувь.
- Сценические костюмы.
- Реквизит для танцев.
- Музыкальный центр.
- Компьютер (ноутбук) для просмотра обучающего видео.
- Обручи, флажки, коврики, маты.

Диагностические материалы:

Целью диагностики является изучение особенности исполнительской (танцевально-ритмической) деятельности детей.

Используемые методы диагностики: беседа, наблюдение, диагностические игровые упражнения, анализ продуктов детской деятельности, беседа с воспитателями, анкетирование родителей.

Беседа с детьми проводится с целью выявить степень заинтересованности детей музыкально-ритмической деятельностью.

Список литературы

Список использованной литературы:

1. Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.
3. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики
4. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.

8. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 2002.

Список литературы для педагогов:

1. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. – М.: Театралис, 2004.
2. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1989.
3. Линке Н.В. Ритмика. Нотное приложение. – Йошкар-Ола, 1998.
4. Музыка для занятий танцевального кружка. – Музгиз, 1958.
5. Мессерер А.М. Уроки классического танца. – СПб.: Изд. «Лань», 2004.
6. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца (с 1 по 8 класс): Учеб.-метод. Пособие.2 изд., доп. – Л.: Искусство, 1981.
7. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1986.
8. Линке Н.В. Ритмика. Нотное приложение. – Йошкар-Ола, 1998.
9. Мессерер А.М. Уроки классического танца. – СПб.: Издательство « Лань», 2004.
10. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М.: Гуманитар. Изд. Центр. ВЛАДОС, 2004.

Список литературы для учащихся:

1. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. – М.: Театралис, 2004.
2. Баглай В.Е. Этническая хореография народов мира: учеб. Пособие. – Ростов н/Д. Феникс, 2007.
3. Лопухов А., Ширяев А., Бочаров А. Основы характерного танца. 4 изд. Стер. – СПб.: Издательство «Планета музыки», издательство « Лань», 2010.

Список литературы для родителей:

1. Захаров Р.С. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1989
2. Идом Х., Кэтрэк Н., «Хочу танцевать». Под редакцией Г. Филатова. - М: «Махаон», 1998.
3. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М., 1974.

Список интернет-ресурсов:

<http://www.taranenkomusic.narod.ru>

http://www.compozitor.spb.ru/catalog/?ELEMENT_ID=22793

<https://baletnik.nethouse.ru>

<http://www.horeograf.com>