

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
Самарская средняя общеобразовательная школа**

Рассмотрено:
На заседании МС
Протокол № 1 от __08.2024г

Утверждено
приказом №143 от 02.09.2024

**Дополнительная общеразвивающая программа
Художественно-эстетической направленности
«Ритм»**

Адресат программы: 7-15 лет, 1-9 класс

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:

Захаревич Дарья Олеговна,

педагог дополнительного образования.

с.Самара 2024 г.

Пояснительная записка

Данная образовательная программа творческого объединения «Ритм» направлена на воспитание и развитие у детей танцевальной техники и имеет художественно-эстетическую направленность. Основой для разработки является авторская программа по хореографии Оксаны Калининой «Прекрасный мир танца», Харьков 2012г.

Хореография - искусство, любимое детьми. Хореография таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания, она сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, но и приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

Одна из основных задач педагога - выявление и развитие творческой индивидуальности каждого учащегося.

Данная программа содержит несколько разделов: ритмика, детский танец, элементы классического танца, элементы народного танца, элементы современных танцевальных стилей, культурно-национальная хореография и в мире танцев.

При составлении рабочей программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции. Автором программы использовалась методическая литература, базовые программы, личный опыт работы.

Программа спроектирована в соответствии с современными требованиями и следующими документами:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей от 04. 09. 2014 №1726-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
- Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р «План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей» (п.12,17,21);
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41).

Отличительные особенности программы заключаются в самой структуре программы, в её содержательной части, в организационно- педагогической основе обучения:

групповая форма работы в сочетании с индивидуальным подходом;

обучение, развитие и воспитание на основе современных педагогических технологий лично-ориентированной направленности, методов, форм, приёмов, способствующих наибольшей заинтересованности детей в этом виде деятельности, а так же более полному раскрытию их творческого потенциала и формированию стремления к саморазвитию и дальнейшему самосовершенствованию.

Дополнительная образовательная программа отнесена к программам художественной направленности. Ее цель и задачи направлены на свободное развитие личности ребёнка, поддержание его физического и психического здоровья, формирование его учебно-предметной, социальной, информационно-

коммуникативной, креативной компетентностей, на формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

Актуальность программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях в отношении современной хореографии. Создание данной программы позволит детям реализовать желание – научиться правильно и красиво двигаться, исполнять танцевальные номера, получить возможность для творческого самовыражения.

Педагогическая целесообразность программы. Занятие любым видом творческой деятельности заметно обогащает внутренний мир человека, выводит его на совершенно иную орбиту общения с окружающим миром.

Классический, народный, современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Цель – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности детей посредством хореографического искусства.

Задачи:

1. обучающая - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
2. развивающая – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;
3. воспитывающая – воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре.

Программа предназначена для учащихся в возрасте от 7 до 13 лет, для детей, желающих обучаться по данной программе, имеющих необходимый уровень развития музыкальных способностей, удовлетворительных вокальных данных, здоровый голосовой аппарат, артистические задатки.

Программа работы кружка рассчитана на один учебный год.

Форма обучения – очная.

Основная форма организации - учебные занятия (индивидуальные и групповые).

Периодичность и продолжительность занятий:

количество часов в год – 148 часов

количество часов и занятий в неделю – 4 раза в неделю по 1 часу.

Ожидаемый результат

- уметь точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- уметь различать динамические изменения в музыке, создавать музыкально-двигательный образ;
- научиться внимательно слушать музыку;
- научиться исполнять танцевальные номера.

Учебный план

№ п.п	Разделы программы и темы занятий	В том числе		Всего часов	Проме жуточ ная аттеста ция
		Теория	Практика		
1.	Введение в программу	1		1	
2.	Ритмика Игра - «Знакомство»; Музыкально-танцевальные упражнения; Музыкальная игра; Игровые этюды; Характер музыки; Маршевая и танцевальная музыка.	10	23	33	
3.	Элементы классического танца Позиции ног. Позиции рук. Demi-plie. Battement tendu. Port de bras(первое). Port de bras(третье). Releve.Закрепление.	10	30	40	
4.	Элементы народного танца Позиции ног. Позиции рук. Положения головы: голова прямо, повёрнута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад. Направления движения: основные и производные.	8	30	38	
5.	Детские танцы Цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны; Воротца, карусель; Веселая зарядка: полька.	1	9	10	
6.	В мире танцев Знакомство с историей возникновения хореографии. Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце. Отработка исполнительской техники	4	9	13	

7.	Создание сценического макияжа. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Работа над координацией движений, танцевальных комбинаций.	3	3	6	
8.	Концертная деятельность	1	5	6	
9.	Итоговое занятие		1	1	Показ номера в на меропр иятии
	ИТОГО:	33	115	148	

Содержание рабочей программы

Тема: Ритмика

Теория:

1. Характер музыки, темп(подскоки, галоп, разные виды бега), ритм, динамические оттенки в музыке(форте, пиано), характер исполнения(легато, стаккато), длительность звука, такт, фраза, предложение, эмоциональная выразительность.
2. Строение музыкальной речи(вступление, окончание вступления, начало и окончание части, периода, предложения, фразы), метроритм(2-4,3-4,4-4).
3. Маршевая и танцевальная музыка.
4. Игровые этюды(«Песенка крокодилы Гена», «Я-чайник»).

Практика:

1. Поклон. Ходьба. Ходьба под музыку.
2. Ходьба с координацией рук и ног. Ходьба с остановкой.
3. Ходьба с приставным шагом. Ходьба на пятках и на носках, не сгибая колени.
4. Ходьба вперед и назад.
5. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.
6. Ходьба с движениями рук.
7. Бег. Бег на носках мелкими шагами.
8. Бег с хлопками.
9. Ходьба, подскоки, остановка.
10. Подскоки переменным шагом с продвижением вперед. Упражнения на подскоки.
11. Закрепление.

Тема : Элементы классического танца

Теория:

1. Позиции ног(1,2,3). Для заучивания и закрепления позиций ног можно использовать игру «Ножки, ножки...».
- Эту игру можно также использовать при заучивании позиции рук.

2. Позиции рук(1,2,3)

Практика:

1. Demi-plie.

Это упражнение заставляет сдерживать мускулы, приседая, не выпячивать ягодицы, вся фигура более сконцентрирована.

2. Battement tendu.

Это упражнение вырабатывает надёжную и прочную выворотность, чтобы впоследствии, в прыжках, ноги сами при нимали правильную, отчётливую позицию.

3. Port de bras(первое).

4. Port de bras(третье).

Это упражнение лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождения своего места для рук завершает художественный облик и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту всему рисунку, а завершает его взгляд.

5. Releve.

6. Закрепление.

Тема: Элементы народного танца

Теория:

1 год обучения включает в себя следующие движения:

1. Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)

2. Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)

3. Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке.

4. Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.

5. Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.

6. Положения головы: голова прямо, повернута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.

7. Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх.

8. Направления движения: основные и производные

Практика:

Занятия народного танца у станка, особенно в начале обучения, выстраиваются не сразу. Постепенно из отдельных элементов, движений складываются учебные комбинации. Новое движение разучивается лицом к станку, исполняется с одной, затем с другой ноги. При составлении занятия необходимо учитывать, в какое время дня проводится занятие, какая температура в классе и многое другое, что может повлиять на состояние учащихся. Занятия включают 8-9 упражнений, построенных по принципу чередования: упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими.

Важен практический показ каждого упражнения под музыку. Должен сохраняться единый темп занятия. Объяснения упражнения не должно быть продолжительным, так как затянувшаяся пауза между разучиваемыми движениями приводит к переохлаждению физического аппарата исполнителей. Слишком высокий темп проведения занятия, большое число повторений комбинаций также недопустимы, так как это может привести к перезагрузкам тех или иных групп мышц, а порой- к их заболеванию. Для отдыха можно исполнить одно-два танцевальных движения на середине зала. Разнообразие материала, его умелое чередование и последовательность освоения, умеренная нагрузка на суставно-связочный аппарат-залог успешного проведения занятия и достижения главной цели.

1.Приседания: полуприседания .

2.Приседания: полные приседания.

3.Закрепление.

Приседания вводят в работу коленные, голеностопные и тазобедренные суставы, укрепляют икроножные и ягодичные мышцы, мышцы бедра, пяточное сухожилие, суставы стопы, развивают мягкость, эластичность движений, силу ног. Музыкальный размер 3/4, 2/4, 4/4, 6/8.

Эти упражнения подготавливают учащихся к освоению прыжковых движений.

Тема: Детские танцы

Теория:

Для освоения детских танцев необходимо ознакомить учащихся с наиболее характерными рисунками танца. Важно также научить их переходу из одного построения в другое :

1. круг, полукруг, два круга
2. колонна по одному, по два, по четыре, шеренга
3. цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны
4. круг в круге, корзиночка
5. воротца, карусель

Практика:

После усвоения рисунков танца и построений создаются небольшие композиции:

1. Веселая зарядка: полька
2. Приглашение: композиция танца состоит из двух фигур. Первая фигура исполняется в медленном темпе, вторая- в быстром.
3. Смени пару: полька
4. Лошадки: в основе игрового, образного танца- имитация движений запряженных в тройку лошадей.
5. Закрепление.

Тема: В мире танцев(14ч.)

Теория:

1. Знакомство о истории возникновения хореографии.

Практика:

1. Разучивание современных танцев.
2. Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце.
3. Отработка исполнительской техники.
4. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Календарный учебный график

	Раздел 1	Раздел 2	Раздел 3	Раздел 4	Раздел 5	Раздел 6	Промежуточная аттестация	Всего
Сентябрь	10ч	6ч						16ч
Октябрь	10ч	6ч						16ч
Ноябрь	10ч	6ч						16ч
Декабрь		7ч	6ч				3ч	16ч
Январь			6ч	6ч				12ч
Февраль		6ч	6ч	4ч				16ч
Март		6ч	6ч		4ч			16ч
Апрель			10ч		4ч	2ч		16ч
Май		3ч	4ч			2ч	3ч	16ч
Июнь	3ч				6ч	3ч		12ч
Всего								148ч

Условия реализации программы

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

Информационные интернет-ресурсы

1. <http://www.balletmusic.ru> (балетная и музыкальная музыка);
2. <http://www.taranenkomusic.narod.ru> (персональный творческий сайт Сергея Тараненко с музыкой для урока хореографии на CD. В лёгкой красочной оркестровке);
3. <http://www.revskaya.ru> (Сайт Нины Ревской для балетных концертмейстеров, хореографов и балетмейстеров. Музыкант-профессионал, много лет посвятивший работе в хореографии, Н. Е. Ревская известна также по неоднократно издававшимся учебным пособиям и хрестоматиям к урокам танца);
4. <http://www.classicalballetmusic.com> (Балетная и танцевальная музыка, музыка для балетного класса в аудио формате. В большинстве случаев можно прослушать лишь фрагменты представленных произведений);
5. <http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров);
6. <https://baletnik.nethouse.ru/> (Сборники А. Стрельниковой)
7. <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam> (сборники по хореографии и танцам)

Методическая литература для учителя

1. Т. Барышникова «Азбука хореографии». Айрис пресс «Рольф» Москва 1999г.
2. А.Я. Ваганова «Основы классического танца». Санкт-Петербург 2002г.
3. Г. Я. Власенко «Танцы народов Поволжья». Издательство «Самарский университет» 1992г.
4. Г.П. Гусев «Методика преподавания народного танца» ГИЦ «Владос» Москва 2002г.

5. М.Я. Жорницкая «Танцы народов севера». Москва «Советская Россия» 1988г.
6. С.И. Мерзлякова « Фольклор – музыка – театр» ГИЦ «Владос»
Москва 1999г.
7. Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная « Учите детей танцевать
Гуманитарный издательский центр « Владос» Москва 2003г.
8. «Танцуем, играем и поем». Молодежная эстрада 1-2000г.
9. «Учимся танцевать» шаг за шагом. «Попурри» Минск 2002г.

Методическая литература для учащегося

1. Т. Барышникова «Азбука хореографии». Айрис пресс «Рольф»
Москва 1999г.
2. А.Я. Ваганова «Основы классического танца». Санкт-Петербург 2002г.
3. М.Я. Жорницкая «Танцы народов севера». Москва «Советская Россия» 1988г.