

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом творчества «Измайловский»
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 1
от 30.08.2024

УТВЕРЖДЕНА
приказом от 31.08.2024 № 197
Директор ГБУ ДО ДТ «Измайловский»
_____ Н.В. Шаталова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ОТ РИТМИКИ К ТАНЦУ»

/название программы/

1 год

/ срок освоения /

от 6 до 9 лет

/ возраст обучающихся /

Разработчик: Мартынов С.В., педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «От ритмики к танцу» (далее – образовательная программа, программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Адресат образовательной программы. Программа адресована детям в возрасте от 6 до 9 лет.

Актуальность образовательной программы. В эстетическом воспитании подрастающего поколения важная роль отводится искусству, в частности хореографическому. Танцевальное искусство с каждым годом приобретает особое значение, становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности.

Танцевальное искусство доступно всем. Благодаря хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление с современной хореографией и постановками крупных балетмейстеров, с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев.

Ритмика - это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Танец воспитывает в ребенке такие черты характера, как трудолюбие, ответственность, коммуникабельность.

Занятия ритмикой:

- способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма;
- развивают эстетический вкус, культуру поведения и общения, художественно-творческую и танцевальную способность, фантазию, память, обогащают кругозор;
- направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевальной выворотности, танцевального шага и т. п. Развивается также и познавательный интерес. Подобранные упражнения, пляски, игры, воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру.

Уровень освоения образовательной программы – общекультурный. Результативность освоения программы заключается в:

- освоении прогнозируемых результатов программы;
- презентации результатов на уровне образовательной организации.

Объём образовательной программы: 1 вариант – 144 часа, 2 вариант - 216 часов, **срок освоения** – 1 год.

Цель образовательной программы – создание условий для творческого развития учащихся посредством обучения искусству детского бального танца.

Достижение цели раскрывается через следующие группы **задач**:

Обучающие:

- познакомить с историей происхождения детского бального танца в Санкт-Петербурге;
- обучить технике исполнения детских бальных танцев возрастной группы 6-9 лет;
- научить правильно и выразительно исполнять элементы, комбинации и композиции танцев;
- формировать умения и навыки выступления перед зрителями.

Развивающие:

- развивать чувство ритма, координацию движений;
- развивать музыкальность и эмоциональную выразительность;
- способствовать формированию правильной и красивой осанки;
- развить творческую инициативу и способность к самовыражению в танце;

Воспитательные:

- привитие интереса учащихся к искусству танца;
- воспитывать коммуникативные навыки и культуру взаимодействия танцоров в паре.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, получаемые учащимися в результате освоения программы:

Личностные:

Сформируют

- коммуникативные навыки и культуру взаимодействия танцоров в паре;
- потребность в поддержании правильной и красивой осанки;
- интерес к искусству танца.

Метапредметные

- разовьют творческие способности, чувство ритма, координацию движений;
- разовьют музыкальность и эмоциональную выразительность;
- разовьют творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.

Предметные:

- познакомятся с историей происхождения детских балльных танцев в Санкт-Петербурге;
- овладеют техникой исполнения детских балльных танцев группы 6-8 лет;
- научиться правильно и выразительно исполнять элементы, комбинации и композиции танцев.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Обучение по программе осуществляется на русском языке.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации образовательной программы

Программа предусматривает внеаудиторную самостоятельную работу учащихся над отработкой техники танцев.

Условия набора и формирования групп. Набор детей осуществляется на свободной основе. Для обучения по программе необходима медицинская справка о допуске ребенка к занятиям по ритмике.

Наполняемость групп – не менее 15 человек.

Форма организации занятий – групповая. Занятия проводятся всем составом объединения. Образовательный процесс, строится в соответствии с возрастными и психологическими возможностями и особенностями детей

Формы проведения занятий: учебное занятие, репетиция, сводная репетиция, концерт, творческая встреча, мастер-класс.

Формы организации деятельности учащихся на занятии

– фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);

– групповая: организация работы в малых группах, в парах, для выполнения определенных задач.

– коллективная: репетиция, постановочная работа, концерт.

Учебные занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Материально-техническое оснащение

Для реализации образовательной программы необходимы:

- танцевальный зал (просторное помещение) с зеркалами;
- аудио и видеопроекторная аппаратура.

Для занятий учащимся необходима форма:

девочки: чешки для танцев (любого цвета), купальник гимнастический с юбочкой, носочки белые (короткие);

мальчики: чешки для танцев, футболка черная/белая с коротким рукавом, шорты черные, носочки белые (короткие).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 ВАРИАНТ

№	Тема	Количество часов			Формы контроля/ промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	-
2.	Основы танцевально-ритмического движения	10	2	8	Исполнение комбинаций
3.	Детский балльный танец	20	2	18	Исполнение комбинаций
4.	Детские массовые танцы	22	2	20	Исполнение комбинаций
5.	Развивающие этюды и композиции	8	2	6	Исполнение комбинаций
6.	Репетиционная деятельность	4	1	3	Выполнение изученных движений
7.	Контрольное занятие	4	0	4	Тестирование, выполнение изученных движений
8.	Итоговое занятие	2	0	2	
	Итого	72	10	62	

2 ВАРИАНТ

№	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	-
2.	Основы танцевально - ритмического движения	30	2	28	Исполнение комбинаций
3.	Детский балльный танец	52	2	50	Исполнение комбинаций
4.	Детские массовые танцы	40	2	38	Исполнение комбинаций
5.	Развивающие этюды и композиции	10	2	8	Исполнение комбинаций
6.	Репетиционная деятельность	4	1	3	Выполнение изученных движений
7.	Контрольное занятие	4	0	4	Тестирование, выполнение изученных композиций
8.	Итоговое занятие	2	0	2	
	Итого	144	10	134	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеразвивающей программе «От ритмики к танцу»
ЗАДАЧИ:

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие.

Теория. Задачи года обучения. Инструктаж по охране труда. Форма одежды, прическа, обувь. Роль танца в жизни человека.

Практика. Разучивание поклона-приветствия. Танцевальная разминка для определения начального уровня физического развития учащихся.

2. Основы танцевально-ритмического движения.

Теория. Музыкальные жанры. Характер музыки. Средства музыкальной выразительности. Такт, музыкальная фраза, мелодия. Сильные доли такта. Музыкальный размер 4/4, 3/4. Осанка. Баланс.

Практика. Упражнения, музыкальные и музыкально-подвижные игры, развивающие ритмический слух и координацию движения. Построения и перестроения в колонны, шеренги повороты на месте, упражнения на ориентацию в танцевальном зале. Исполнение шагов, бега, танцевальных элементов в различном темпе. Упражнения, направленные на укрепление мышечного аппарата.

Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке. Комплексы упражнений «Часики», «На бережку», «Кузнечик»

Игры: «Шишка, желудь, гриб, орех», «Ты мне зеркальце скажи», «Машины в гаражи», «Цок, цок» и др.

3. Детский балльный танец

Теория. История возникновения детских балльных танцев в Санкт-Петербурге. Танцевальная азбука: позиций ног, рук и корпуса. Особенности исполнения движений классических и балльных танцев. Основные танцевальные шаги и элементы хореографии.

Практика. Работа над постановкой корпуса: изучение позиций ног (1, 2, 6 - бытовые), изучение основных позиций и положений рук (подготовительная, 1, 2, 3) при исполнении танцевальных «па», варианты простых *port de bras* с вытянутыми руками. Постановка корпуса. Упражнения на натянутость ног. Упражнения, направленные на подготовку организма к основной нагрузке (на основе балльной хореографии).

Детские балльные танцы: «Па де грас», «Полька Вертушка», «Маленький Вальс»

4. Детские массовые танцы

Теория. История развития массовой танцевальной культуры. Массовые, ритмические композиции и линейные танцы. Элементарные (основные) танцевальные движения характерные для большинства танцевальных композиций.

Практика. Разучивание танцевальных движений, характерных для большинства танцевальных композиций, с различным ритмом и длительностью. Упражнения для освоения элементов и основных движений изучаемых танцев. Разучивание линейных танцев на диско элементах. Разучивание круговых массовых танцев. Разучивание парных массовых танцев.

Перечень: «Бесконечный Галоп», «Променад», «Привет», «Большая Прогулка», «Диско», «Вальс Дружбы», «Лошадки», «Утки», «Кремена», «Автостоп», «Модный Рок» и др.

5. Развивающие этюды и композиции

Теория. Элементы и фигуры танца. Музыкальное сопровождение танца, музыкальный ритм, базовые элементы и фигуры, этюды и композиции. Импровизация.

Практика. Работа над простыми танцевально-ритмическими этюдами и композициями на основе пройденных движений. Импровизации на заданную музыку и создание образа.

6. Репетиционная деятельность

Теория. Характер музыки, ритмические акценты. Средства музыкальной выразительности, динамические оттенки. Образы, рисунок композиции. Индивидуальность, характер исполнения. Репетиционный процесс и его результат.

Практика. Разучивание схемы, отработка технического исполнения. Упражнения на развитие выразительности и музыкальности.

7. Контрольное занятие.

Практика. Тестирование, выполнение изученных танцевальных композиций.

8. Итоговое занятие.

Практика. Показательное выступление.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Рекомендации к обучению детским балльным танцам

Технологии и методы обучения:

При реализации образовательной программы применяются следующие *педагогические технологии*:

- технология дифференцированного обучения (обучение в одной группе детей, имеющих разный уровень специальной подготовки, способностей);
- технология личностно-ориентированного обучения (обучение каждого ребенка с учетом его индивидуального развития);
- игровые технологии (обучение детей с применением различных педагогических игр);
- здоровьесберегающие технологии (организация обучения детей без ущерба для их здоровья, повышения эмоционального состояния учащихся);
- информационно-коммуникативные технологии (обучение с применением ЭОР: мультимедийных материалов, презентаций, видеофильмов, видео занятия по разным темам).

Формы и методы обучения:

Словесные: рассказ педагога; объяснение методики исполнения движения; анализ и обсуждение; диалог.

Наглядные: показ; демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов и фотоматериалов.

Практические: упражнения, игры.

Теоретический материал усваивается учащимися в процессе объяснения элементов тренировочных упражнений, разбора правильной силовой нагрузки на группы мышц. Существующая последовательность исполнения элементов тренировочных упражнений способствует усвоению профессиональной терминологии.

Приобретение практических навыков напрямую связаны с трудоспособностью детей и их физической выносливостью, что непременно учитывается при проведении занятий.

Методика и организация учебно-воспитательного процесса

Методика и организация учебно-воспитательного процесса проводится с учетом психофизических и возрастных особенностей развития ребенка.

Основными принципами обучения являются – от простого к сложному, системность, последовательность, доступность.

Обучение строится на взаимодействии видов деятельности – подражательной, познавательной, коммуникативной, ценностно-ориентированной, творческой.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагогов:

1. Каплунова И., Новосильцева И. Этот удивительный ритм. - СПб Композитор, 2005.
2. Жигалко Е., Казанская Е. Музыка. Фантазия. Игра: Учебное пособие по ритмике. сольфеджио, слушанию музыки для детей 5-8 лет. – СПб.: Композитор, 1999.
3. Минеева Л. Музыка для ритмики. – СПб.: Композитор, 2002.
4. Лифиц И.В. Ритмика: учебное пособие. - М.: Академия, 1999.
5. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991. -110 с.
6. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. - М.: Советский композитор, 1989.
7. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике: 1 класс для музыкальной школы. - М.: «Музыка», 1995
8. Зятямина Т.А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика: Учебно-методическое пособие. М., Издательство «Глобус», 2009.

Для учащихся:

1. Волынский А.Л. Книга ликований: - М., Артист. Режиссер театра, 1992.
2. Еремина М. Роман с танцем: - СПб.: Танец, 1998.
3. Иванова С. Марина Семенова: - М.: Искусство, 1965.
4. Лисенкова И.Н. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах. - М., 1989. - 84 с.
5. Львов Б. Алла Шелест: - М.: Искусство, 1964.
6. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца: - М.: Просвещение, 1985.

Электронные образовательные ресурсы:

1. <http://www.horeograf.com/>
2. <http://www.globaldance.info>
3. <http://www.math.rsu.ru>
4. <http://bmsi.ru>

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Входной контроль осуществляется при поступлении учащихся в объединение с целью выявления их физических данных, артистических и творческих способностей.

Формы проведения: собеседование, определение начального уровня физического развития учащихся.

Текущий контроль осуществляется в форме педагогического наблюдения, опроса для определения уровня усвоения теоретического материала, исполнении комбинаций, анализе творческих выступлений.

Промежуточный контроль осуществляется в конце декабря в форме тестирования, педагогического наблюдения при выполнении учащимися практических заданий.

Итоговый контроль проводится в конце обучения и выявляет уровень освоения программы учащимися, сформированности их теоретических знаний, танцевальных навыков и умений.

Формы: тестирование по разделам программы, показательные выступления.

Входной контроль

Диагностическая карта

ФИО педагога _____

Дополнительная общеразвивающая программа «От ритмики к танцу»

Дата заполнения _____ № группы _____

№	Ф.И. учащихся	Параметры оценки							Сумма баллов	Уровень
		Физические данные				Творческие способности				Высокий (В) Средний (С) Низкий (Н)
		Подъем стопы	Прыгучесть	Гибкость	Координация	Музыкальность, эмоциональность	Чувство ритма	Память и внимание		
1										
2										
3										
...										

Критерии оценки:

от 1-3 баллов – низкий уровень;

от 4-6 баллов – средний уровень;

от 7-10 баллов – высокий уровень.

Общее количество баллов:

до 21 баллов – низкий уровень;

от 22- 43 баллов – средний уровень;

от 44 - 70 баллов – высокий уровень.

ИТОГО: Высокий: __чел. - __%, Средний: __чел. - __%, Низкий: __чел. - __%.

**Диагностическая карта результативности освоения
дополнительной общеразвивающей программы «От ритмики к танцу»**

Ф.И.О. педагога -

Дата заполнения «___» _____ 202__ г.

Ожидаемые результаты:

Теория		Практика	
А	История развития детских балльных танцев	Д	Танец. Движение в паре в соответствии с музыкой
Б	Танцевальная терминология	Е	Техника исполнения танцевальных движений. Эмоциональность и выразительность в танце.
В	Знание танцевальных композиций	Ж	Ориентирование в танцевальном пространстве
Г	Знание базовых танцевальных фигур	З	

Результаты исследования:

№ п/п	ФИО обучающегося	Дата рождения	Параметры								Всего баллов	Уровень освоения
			А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З		
1.												
2.												
3.												

Критерии оценки параметров:

- 1 – низкий уровень (навык отсутствует);
- 2 – ниже среднего (навык скорее отсутствует, чем присутствует);
- 3 – средний уровень (навык присутствует, но не стабилен);
- 4 – достаточно высокий (навык присутствует, но его применение неуверенно);
- 5- высокий (уверенное применение сформированного навыка)

Определение уровня освоения по общему количеству баллов:

- 8 – 16 баллов - НИЗКИЙ уровень
- 24 – 34 баллов – СРЕДНИЙ уровень
- 35 – 40 баллов – ВЫСОКИЙ уровень

ИТОГО по 8-ми параметрам:

- 1). Низкий уровень - 0 человек - 0 %
- 2). Средний уровень -
- 3). Высокий уровень