

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
(территориальный, административный округ(город, район, поселок)
средняя общеобразовательная школа №93 имени Кронида Обойщикова
(полное наименование образовательного учреждения)

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от 30.08.2024 года протокол №1
Председатель _____ Дегтярева О.Н.
подпись руководителя ФИО

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по конкретным видам внеурочной деятельности
(тип программы)

кружок «Ритмика»
(кружок, факультатив, научное объединение/наименование)

4 года (1-4 класс – 7-11 лет)

(срок реализации программы)

Количество часов – 33 ч (1 класс)

Количество часов – 34 ч (2-4 класс)

Педагог-организатор – Кузнецова Е.Ю.

Программа разработана на основе методических рекомендаций Гусева Г.П.
«Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и
комбинации на середине зала». - М.: «Владос» 2014г
(указать программу/программы, издательство, год издания при наличии)

Пояснительная записка

Современный этап развития дополнительного образования детей характеризуется завершением так называемого «переходного периода». В попытке преодолеть негативные процессы в обществе возникла насущная потребность совершенствования такой системы дополнительного образования, которая формировала бы разностороннюю творческую личность ребенка, брала свое начало в период дошкольного возраста и одновременно была ориентирована на духовное совершенствование каждого человека.

Чем раньше ребенок воспримет гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, особенно в таком виде деятельности, как движение под музыку - тем более гармоничным, естественным и успешным будет дальнейшее развитие ребенка, и возможно меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формирования красивой осанки.

Данная программа по хореографии нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие ребенка, поэтому можно определить ее **направленность** как художественно-эстетическую, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться и варьироваться в зависимости от возможности детей.

Эти функциональные особенности определяет **актуальность** такой дисциплины как хореография в системе дополнительного образования детей.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что в процессе музыкально-ритмического воспитания акцентируется внимание не только на обучении движениям, но и на анализе внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движений под музыку. По двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития детей.

Целью данной программы по хореографии является формирование средствами музыки и ритмических движений способностей, качеств личности; развитие образного мышления и фантазии.

Задачи программы:

Обучающие:

- ознакомление детей с историей возникновения и развития хореографического искусства;
- развитие основ музыкальной культуры, танцевальности, артистизма; эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;
- поэтапное овладение детьми каждой возрастной группы (по принципу нарастающего интереса) ритмикой, основами народно-сценического танца с элементами свободной пластики в игровой, образно-ассоциативной, эмоциональной форме с

опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал;

Развивающие:

- развитие репродуктивного и продуктивного воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления художественного осмысления хореографического материала;
- развитие элементарных пространственных представлений; ориентация детей в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных перестроениях танцевальных рисунков-фигур;
- формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата ребенка;
- снятие мышечных «зажимов» и психологического процесса торможения средствами танца; баланса в системе «возбуждение-торможение»;

Воспитательные:

- воспитание коммуникативных способностей детей, развитие чувства «локтя партнера», группового, коллективного «ансамблевого» действия ;
- воспитание музыкальности, выразительности и эмоциональности исполнения;
- воспитание культуры поведения и общения;
- формирование потребности здорового образа жизни.

В процессе музыкально-ритмических занятий наряду с задачами общего физического развития, оздоровления детей решаются задачи эстетического воспитания ребенка. Музыка, хорошо подобранная к движениям, помогает занимающимся закреплять мышечное чувство, а слуховым анализаторам запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Все это постепенно воспитывает музыкальную память, закрепляет привычку двигаться ритмично, красиво. Овладевая новыми всё более сложными музыкальными движениями, занимающиеся стремятся соразмерять их во времени и пространстве, подчинять ритмическому рисунку, требованиям пластики и внешней выразительности.

Отличительной особенностью данной программы от уже существующих является возможность использования бесконечных вариаций движений (по форме, структуре, последовательности выполнения). В зависимости от создаваемого музыкального образа позволяет занимающимся расширить представления о двигательных возможностях организма, познавать закономерности движений во взаимосвязи с музыкой и

таким образом практически осуществлять связь между умственным образованием и физическим воспитанием.

Программа рассчитана на детей в возрасте от 7 до 11 лет. Срок реализации 4 год, который включает в себя 3 этапа для подготовки обучающихся, каждый из которых решает специфические задачи.

Этапы образовательного процесса:

1 этап – начальное разучивание. На этом этапе формируются двигательные представления о действии в каждой опорной точке и выполнении движения в целом.

2 этап – детализированное обучение. Формируется полная развернутая основа движения, уточняются действия по частям. Движения отрабатываются с помощью многократных повторов элементов и движения в целом.

3 этап – закрепление и дальнейшее совершенствование. Разученные танцевальные движения объединяются в этюд, танец. Учащиеся проявляя творчество самостоятельно придумывают композиции из разученных элементов.

Доказано, что занятия движениями под музыку для детей имеет особое значение, потому что двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов (исследования Н.А.Бернштейна, В.М.Бехтерева, методика М.Фильденкрайза и др.) В то же время, движения под музыку являются для ребенка и одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить свои эмоции, проявить свою энергию.

Положительные эмоции вызывают стремление выполнять движения красивее, энергичнее, что усиливает их воздействие на организм, способствует повышению работоспособности, а также оздоровлению и активному отдыху. Музыкальный ритм организует движения, повышает настроение занимающихся.

Формой обучения является **практическое занятие**.

Режим занятий:

- занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу, всего 36 часов в год.

Ожидаемые результаты обучения:

В результате обучения по предмету «Хореография» в течение 1 года, каждый учащийся должен обладать определенной суммой знаний и навыков:

- Освоить азы ритмики («от простого хлопка – к притопу»), точно «прохлопывать» основной метроритмический рисунок музыки с последующим «протанцовыванием» притопами
- Познакомиться и освоить «програмный» объем движений танца (основные шаги, ходы и бег, переступания, притопы, выносы ног на каблук, ковырялочки, галоп, шаг-галоп) и элементарный хореографический репертуар;

- Определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей (двухчастная простая музыкальная форма)
- иметь глубокие знания, умения, навыки по хореографии, уровень физической подготовки, познавательной деятельности;
- уметь грамотно выполнять основные элементы, изученные комбинации и композиционные построения изученные на уроках ритмики и определенные программным материалом;
- развить в ходе тренировочной работы такие качества как трудолюбие, самодисциплина, коммуникабельность;
- научиться танцевальному этикету и культуре поведения в обществе.

Формы подведения итогов обучения:

За период обучения по предмету «Хореография» ученики получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой. Ежегодно хореографическим отделением проводится творческий отчет о работе педагога и детей, сделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Содержание курса

Раздел 1. Вводное занятие, знакомство с предметом хореография

Раздел 2. Правила техники безопасности

Раздел 3. Слушание музыки, определение ее темпа, характера, настроения

Раздел 4. Разучивание поклона (варианты поклонов)

Раздел 5. «Виды шагов»

- Бытовой и танцевальный шаг
- Шаги на высоких полупальцах и пятках
- Шаг с высоким подъемом колена – марш

Раздел 6. Изучение музыкального размера 2/4, выделение сильной доли

Раздел 7. «Понятия и примеры перестроений»

- Понятия «круг», «шеренга», «колонна» (простейшие перестроения)
- Понятие «линия танца», лицом к центру и спиной
- Построение в линию, перестроение из одной линии в две («шахматный порядок»)
- Построение в круг, умение двигаться по кругу

Раздел 8. «Изучение основных движений ритмики»

- Изучение движения подскок на месте и в продвижении
- Изучение движения галоп, прямой и боковой галоп
- Марш, подскоки, галоп в продвижении по кругу. Понятие сохранения дистанции при движении

Раздел 9. «Разминка»

- Разучивание элементов разминки в линиях
- Разучивание элементов разминки в продвижении по кругу

Раздел 10. Изучение VI, I, II, III позиций ног при неполной выворотности ног

Раздел 11. Образные пластические этюды на отображение характера и настроения музыки, работа педагога с учениками и самостоятельная работа учащихся

Раздел 12. Ритмические комбинации на хлопки и притопы

Раздел 13. «Изучение различных положений рук»

- Работа над пластикой рук
- Изучение позиций рук (подготовительное положение, I, II, III).
Переводы из позиции в позицию
- I port de bras
- Изучение различных положений рук (на основе русского танца)

Раздел 14. Разучивание танцевально-ритмического этюда на 32 такта

Раздел 15. Изучение понятия правого и левого квадрата

Раздел 16. Марш по квадрату вправо и влево на месте

Раздел 17. «Работа в парах»

- Понятие работы в паре
- Упражнения на хлопки и притопы, работа в парах
- Работа в парах в продвижении (шаг польки, галоп)

Раздел 18. «Изучение понятия диагональ»

- Понятие правой и левой диагонали в танцевальном классе
- Марш и подскоки в продвижении в диагональ
- Галоп прямой и боковой в продвижении в диагональ
- Упражнение марш и подскоки в продвижении спиной

Раздел 19. Изучение музыкального размера 3/4 , выделение сильной доли

Раздел 20. Изучение вальсовой дорожки

Раздел 21. Изучение шага польки из III позиции

Раздел 22. «Упражнения на перестроения»

- Упражнение перестроение из круга в колонну, в пары, в четверки
- Умение двигаться шеренгами, умение держать линию и дистанцию при передвижении

Раздел 23. Изучение плана класса (8 точек)

Раздел 24. «Подготовка к вращению»

- Изучение подготовки к вращению по VI позиции на месте (понятие спиной и лицом по отношению к точке 1 танцевального класса)
- Подготовка к вращению в диагональ «циркуль»

Раздел 25. «Прыжки»

- Прыжок sate по VI и I невыворотной позиции
- Прыжок мячик и прыжок разножка по VI позиции

Раздел 26. Урок-фантазия на тему «Развитие у детей двигательной, эмоциональной и мыслительной активности с использованием разнохарактерной музыки и изученных ранее танцевальных

элементов и статистических поз». Работа с педагогом и самостоятельная работа учащихся

Раздел 27. Изучение простейших элементов русского танца (притопы, ковырялочки, battements tendus носок-каблук по VI позиции). Использование элементов в комбинациях

Раздел 28. Изучение танцевального этюда на 64 такта на материале изученных элементов детского танца

Раздел 29. «Сценический танцевальный репертуар»

- Освоение сценического танцевального репертуара
- «Топотуха»
- «Калинка»

Раздел 30. «Сценическое пространство»

- Освоение сценического пространства
- Пространство репетиционного зала и сценической площадки
- Прием переноса танцевального зала на сцену и наоборот
- Понятие «эпольманы корпуса»
- Освоение танцевального репертуара в пространстве сцены
- Прием сохранения рисунков и интервалов в танце
- Прием образного решения танцевальных рисунков и фигур в пространстве сцены

Раздел 31. Использование эмоциональной окраски в танце посредством мимики и пластики

Раздел 32. Урок «Актерская пятиминутка» (кричалки, смешилки, страшилки, дразнилки, плакалки, удивлялки и так далее). Самостоятельная работа учеников в классе и по одному

Раздел 33. Прием «зеркального отображения». Работа педагога с классом и работа в парах

Раздел 34. Понятие музыки – как помощницы в сочинении и раскрытии образа танца. Практические занятия

Методическое обеспечение образовательной программы

На занятиях «Хореографии» используются:

- работа в парах, индивидуальная, групповая формы проведения и организации занятий;
- словесный, наглядный и практический методы организации учебно-воспитательного процесса;
- такие приемы как – объяснение нового материала, упражнения, игры, репетиции, показ видеоматериалов;
- литература по теме «Ритмика и танец», как методическое пособие для педагога;
- специальная литература, видео и аудио записи, как дидактический материал;

- промежуточные формы контроля (контрольное занятие, участие в концертах, фестивалях, конкурсах) и итоговая форма контроля (открытые занятия для родителей, переводные и выпускной экзамены).

Для успешной реализации данной программы необходимо следующее:

Занятия хореографией должны проходить в просторном, проветренном классе с наличием зеркал. При занятиях зеркало помогает проверить правильность выполнения упражнений, стройности, осанки, красоту позы. Оно отмечает и ошибки, и достижения. Обувь должна быть легкой, облегчающей свободу движений (балетки). Форма для занятий должна быть удобной и не стеснять движений (ласины и купальник). Волосы аккуратно причесаны и собраны в пучок. Занятие должно проводиться под аккомпанемент, что способствует музыкальному образованию детей.

Список используемой литературы

1. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 – 7 лет творчества в танце. – М.: Гном и Д, 2002г.
2. Ерохина О. В. Школа танцев для детей/ серия «Мир вашего ребенка». – Ростов - на – Дону: Феникс, 2003г.
3. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003г.
4. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006г.