

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детская школа искусств № 6 Энгельсского муниципального района»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА «ПОСТИГАЯ ПРЕКРАСНОЕ»**

ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Занимательная ритмика»

г. Энгельс 2014

<p>«Одобрено» Методическим советом Протокол № 2 « 06» 06 2014г.</p>	<p>Директор — Апарина Ирина Юрьевна «Утверждаю» Приказ № 67а-ОД «01» 09 20 г.</p>
---	---

Разработчик(и) — Бузанова Т.С., преподаватель МБУДО «ДШИ № 6 ЭМР»

1. Пояснительная записка.

Программа учебного предмета «Занимательная ритмика» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, а также с учетом современных тенденций в области хореографического искусства.

Ритмика закладывает надёжный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребят. Движения, совершаемые под музыку, выполняются легче. Дыхательный аппарат работает более энергично, увеличивается глубина дыхания, повышается поглощение кислорода. Дети учатся владеть своим телом, приобретают раскованность, лёгкость в движениях. Тем самым ритмичные упражнения способствуют физическому воспитанию и укреплению детского организма. В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности. Таким образом, занятия ритмикой оказывают разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности. Ритмика создаёт ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, сообщает более светлое восприятие жизни. Ритмичное движение под музыку вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него. Ритмика в переводе с греч. «порядок движения, построенный на сочетании музыкальных форм и пластических движений». Детская ритмика способствует развитию у ребят музыкального восприятия, эмоциональной образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. В детской ритмике сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека.

2. Срок реализации учебного предмета

Срок реализации учебного предмета – 1 год.

Программа предназначена для детей от 7-9 лет, не имеющих начальной хореографической подготовки.

3. Объём учебного времени и форма проведения занятий, предусмотренные на реализацию учебного предмета

Максимальная учебная нагрузка по предмету «Занимательная ритмика» составляет:

1 год обучения – 2 часа в неделю.

Основной формой учебной работы является групповое занятие – урок (групповая форма проведения занятий, наполняемость группы от 11 человек). Рекомендуемая продолжительность урока – 45 минут. Учебно-тематический план каждого года обучения рассчитан на 34 недели. Общий объём аудиторной нагрузки за весь период обучения составляет 68 часов.

4. Цель и задачи учебного предмета «Занимательная ритмика»

Целью учебного предмета является создание условий для воспитания творчески развитой личности ребёнка средствами музыки и движения, развитие его художественного вкуса, музыкального чувства ритма, интереса. А также раскрытие творческих способностей детей, создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации посредством ритмических занятий.

Задачи учебного предмета:

1. Создание благоприятных психолого-педагогических условий для развития личности, самоутверждение каждого учащегося.
2. Сохранение неповторимости и раскрытие потенциальных способностей ребёнка.
3. Развитие творческого мышления детей.
4. Развитие мышечно-связочного аппарата и профессиональных данных.
5. Раскрытие индивидуальности ребёнка и его потенциальных возможностей.
6. Развитие танцевально-ритмической координации и выразительности.

Все перечисленные задачи курса тесно связаны между собой. Результаты их освоении взаимообусловлены, имеют взаимозависимый характер. Ритмика включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является тормозом в развитии их музыкально-двигательных способностей.

5. Обоснование структуры программы

Программа учебного предмета «Занимательная ритмика» содержит:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки учащихся;
- методическое обеспечение учебного процесса.

6. Методы обучения

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений. Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий. Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов;
- проблемно-поисковые методы обучения. Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией;
- методы эмоционального восприятия. Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося;
- методы контроля обучения (опросы, контрольные уроки, зачеты и экзамены и т.д.).
- особое место необходимо уделить игровому методу, который делает учебно-воспитательный процесс более привлекательным, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Качество знаний, умений и практических навыков учащихся выявляются на контрольных уроках и дифференцированном зачете по окончанию курса.

7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Минимально необходимый для реализации программы «Занимательная ритмика» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 учащихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе, аудиоаппаратуры для обеспечения звучания фонограммы;
- раздевалки для учащихся и преподавателей.

II. Содержание учебного предмета

Учебно - тематический план:

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	теория	практика
	Подготовительная часть урока			
I.	Введение	2	1	1
	Основная часть урока			
II.	Азбука музыкального движения	50	9	41
1.	Ориентировка в пространстве	4	1	3
2.	Упражнения с предметами	4	1	3
3.	Музыкально-ритмические движения	20	4	16
4.	Музыкальные игры	4	1	3
5.	Танцевальные упражнения	18	2	16
	Заключительная часть урока			
III.	Творческая деятельность	16	4	12
1.	Игровые этюды			
2.	Музыкально - танцевальные игры			
	Итого:	68	14	54

I. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I. РАЗДЕЛ. Введение.

Теория: Программа и режим занятий; правила поведения и техники безопасности. *Мелодия и движение:* темп – быстро, медленно, умеренность.

Контрастность музыки: быстрая – медленная, веселая – грустная. Начало и конец фразы, характер музыки, динамика, темп.

Практика: Сюжетно-ролевая игра «Знакомство».

II. РАЗДЕЛ. Азбука музыкального движения

Тема 1. Ориентировка в пространстве.

Теория. Знакомство ребят с необходимостью предварительной разминки тела перед занятием.

Упражнения на ориентировку в пространстве. Исходные положения. Основные понятия построения: колонка; шеренга; цепочка; круг. Основные понятия перестроения: из колонны в цепочку; из шеренги в цепочку; из колонны в шеренгу.

Практика. Упражнения для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп. Примеры упражнений: “деревянные и тряпичные куклы”; “твердые и мягкие руки”; “мельница”; “маятник” - перенос корпуса с носков на пятки и обратно; “растягивание резинки” - упражнение для рук; -“пружинки” - приседание. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий). Построение и перестроение на практике.

Тема 2. Упражнения с предметами

Теория. Упражнения с предметами.

Практика. Упражнения на равновесие. Практическое занятие-упражнение: руки опущены вниз; руки отведены в стороны; подбоченившись; хлопки в ладоши; взмахи платочком; использование предмета: платочек, веточка, лента, мяч и др.

Тема 3. Музыкально-ритмические движения

Теория. Музыкально-ритмические движения. Танцевально-ритмическая гимнастика. Теоретическое сопровождение ритмических движений в процессе их выполнения. Правила расположения рук в каждом положении.

Практика. Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный). Определение музыкального размера. Восприятие сильной и слабой доли на слух, выполнение акцента в движениях. Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног. Контрастные темпы. Музыкально – пространственные композиции. Сужение и расширение круга. Выполнение ритмических движений: ходьба бодрая и спокойная с подниманием ног на всей стопе и полупальцах; шаг с носка; бег с отбрасыванием ног назад и подъемом вверх; сочетание бега с ритмичными хлопками; сочетание ходьбы с бегом; работа над образными

движениями. Примеры: “Ходит балерина”, “Шагают спортсмены”, хороводный сценический шаг; притопы (одинарные, двойные, тройной); выставление ноги на пятку и носок.

Виды шагов и ходов:

- изучение позиций ног – 1 и 2 свободная позиция;
- танцевальный шаг с носка по 1 свободной позиции;
- свободный шаг на полупальцах в достаточно быстром темпе;
- приставной шаг по всем направлениям одновременно, «до-за-до»;
- маршевый шаг в сочетании с подскоком и другими движениями, стоя на месте;
- галоп по кругу в повороте (лицом-спиной в круг) по 16 и по 8;
- подскок с работой рук и без, на месте и в продвижении;
- качания в сторону с ноги на ногу по 2 свобод. поз. Образное упр-ие «Неволяшки».
- шаги на полупальцах, стоя в паре, держа руки в «лодочке», в повороте пары.
- выпад в сторону с паузой в сочетании с хлопком и без него.
- перескок с ноги на ногу с выносом рабочей ноги вперёд на пятку, затем на носок.
- повороты по точкам класса на полупальцах, на месте, в сочетании с приседанием, на $\frac{1}{4}$ и на $\frac{1}{2}$ с остановкой по точкам и с остановкой только в первую точку.

Прыжки и бег.

- на обеих ногах в повороте вокруг себя на месте;
- «разножка» вперёд-назад - прыжок с просветом по 4 позиции
- боковой прыжок держа ноги вместе по 1 прям. поз

Тема 4. Музыкальные игры.

Теория. Музыкальные игры. Объяснение правил. Музыкально-подвижные игры.

Практика. *Практика:* Игровое занятие: “Внимание! Музыка”; “Веселый поезд”; “В походе”; “Найти свое место”; “Кот и мыши”; “В стране чудес”. Музыкально-подвижные игры. Игры - путешествия.

Тема 5. Танцевальные упражнения

Теория. Элементы русской пляски. Ритм, ритмический рисунок.

Практика. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения). Происхождение и особенности русского хоровода. Положение рук в русской пляске. Построения и перестроения, орнаментальные хороводы. Хороводные шаги: переменный, тройной шаг. Хороводные шаги: топающий (топотушки, перетопы), дробный шаг. Движение по линии танца, против хода, в колонне по диагонали, в шеренге взявшись за руки. Движение с ускорением, замедлением темпа. Хороводные шаги: приставной шаг, шаг с притопом. Перепляс. Танцевальные комбинации русских танцев.

III. РАЗДЕЛ. Творческая деятельность

Тема 1. Игровые этюды.

Теория. Организация творческой деятельности учащихся. Беседа на тему создания детьми несложного музыкального образа. Развитие через игру воображения, мышечной, зрительной, эмоциональной памяти.

Практика. В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. Примеры игр: “День и ночь”, “Лиса и куры”, “Повторяшки”. Темы для самостоятельной работы. Придумать интересный образ для игры “День и ночь”. Сочинить простые движения для игры “Повторяшки”.

Тема 2. Музыкально - танцевальные игры.

Теория. Музыкально - танцевальные игры.

Практика. Танцевальные импровизации. Сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему. Задания по развитию ритмопластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений. Танцуют с героями любимых сказок.

IV. Раздел. Итоговые занятия.

Анализ выполнения программы (промежуточная и итоговая аттестация). Проверка теоретических знаний в игровой форме. Творческое выполнение заданий.

Ожидаемые результаты

учащиеся будут знать:

- музыкальные размеры и темпы;
- названия танцевальных жанров;
- основные движения шага, прыжка, поворота;
- технику безопасности при выполнении упражнений;
- понятие о трех жанрах музыки (песня – танец – марш);

учащиеся будут уметь:

- согласовать свои движения с музыкой;
- исполнять поклон, реверанс;
- выделять сильную долю в такте;
- строиться в линии, колонны, круг, диагональ;

- правильно пройти в ритме музыкального сопровождения, сохраняя красивую осанку;
- понимать такт и затакт;
- ходить легко, ритмично, бегать быстро с высоким подъемом ног, скакать с ноги на ногу, выполнять движения различного характера, пружинить на ногах;
- передавать игровые образы различного характера;
- строить совместно с группой ровный круг;
- расходится из пар в разные стороны;
- сидя на коврик держать спину ровно;
- начинать и заканчивать движение с началом и концом музыки.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы: развлекательная программа, занятие-игра, концертная программа, открытое занятие для родителей и др.

После изучения каждой темы и в конце полугодий проводится промежуточная или итоговая аттестация учащихся с использованием *критериев оценки знаний, умений, навыков*.

II. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа составлена с учетом требований современной педагогики, на основе знаний возрастных, психолого-педагогических, физических особенностей детей, корректировалась в соответствии с их интересами. Важный этап в обучении – индивидуальный подход. Это способствует развитию познавательных сил, активности, склонностей, дарований обучающихся.

Принципы обучения

- *доступности* – при изложении материала учитываются возрастные особенности детей, уровень их развития, подготовленности, степень формирования коллектива;
- *наглядности* – на занятиях используется много демонстративного и раздаточного материала, используется показ видеозаписей;
- *сознательности и активности* – для активации деятельности необходимо пробудить в них интерес к обучению, определить мотивы для получения знаний.

1. Методическое сопровождение

- *учебной работы педагога:* методика контроля усвоения учащимися учебного материала; методика диагностики (стимулирования) творческой активности

учащихся; наличие специальной методической литературы по хореографии, ритмике и музыке; методики проведения занятия по конкретной теме; методы обновления содержания образовательного процесса;

- *воспитательной работы педагога*: методика формирования детского коллектива; наличие специальной методической литературы по педагогике и психологии; методика организации воспитательной работы;
- *работы педагога по организации учебного процесса*: методика анализа результатов деятельности;
- *массовой работы*: методика организации и проведения массового мероприятия (конкурса, праздника, игровой программы); план и методика проведения родительского собрания и др.

Виды методической продукции:

- методическое пособие, методическая разработка, методическая инструкция;
- материалы образовательного процесса (слайд – фильмы (презентации), подготовленные педагогом и учащимися) и др.

Виды дидактических материалов:

- *звуковые* (записи выступлений, концертов);
- *смешанный* (видеозаписи, аудио- и видеоматериалы и т.д.);
- *учебные пособия*, журналы, книги;
- *тематические подборки* материалов, сценариев, игр.

Дидактический материал подбирается и систематизируется в соответствии с учебно-тематическим планом (по каждой теме), возрастными и психологическими особенностями детей, уровнем их развития и способностями.

Для реализации познавательной и творческой активности учащихся в учебном процессе используются *современные образовательно-воспитательные технологии*, дающие возможность повышать качество образования, более эффективно использовать учебное время и добиваться высоких результатов обученности: *лично-ориентированные технологии, технология создания ситуации успеха* (поощрение даже небольшого успеха ребенка (хотя бы добрым словом), его личные достижения при выполнении какого-либо задания, упражнения, работы), *игровые технологии, технологии здоровьесберегающие, технология коллективной творческой деятельности*.

Для обеспечения формирования знаний, умений и навыков, необходимых для решения учебно-воспитательных задач используются:

- *методы обучения*, в основе которых лежит *способ организации занятия*: *словесные* (устное изложение, беседа, объяснение и др.), *наглядные* (показ

иллюстраций, приёмов исполнения, наблюдение, работа по образцу и др.), *практические* (исполнение танца или отдельных его элементов);

- *методы*, в основе которых лежит *уровень деятельности детей*: *объяснительно-иллюстративные* (беседы, ознакомление детей с дополнительной литературой по музыке, пластике и ритмике, другими источниками текстовой, фото- и видеоинформации по танцам; небольшие сообщения по отдельным темам); *репродуктивные* (копирование элементов танца); *частично-поисковые* (разработка творческих коллективных работ – одного или двух коллективных танцевальных номеров).

Постоянный поиск новых форм и методов организации учебного и воспитательного процесса делает работу с детьми более разнообразной, эмоционально и информационно насыщенной.

III. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Авдеев А.А. «Там, где рождается танец», М. 2007г.
2. Авилова, Т.В. Калинина Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С. А. (-Волгоград: Учитель, 2008)
3. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат» (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
4. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца», Л. 2003г.
5. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 2009)
6. Белова Е. «Ракурсы танца», М. 2011г.
7. Блок Л.Д. «Классический танец», М. 2007г.
8. Богаткова Л. «Хоровод друзей», М. 2009г.
9. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Композиция и постановка танца. - Орел, 2011. – 47 с.
10. Ваганова Л.Я. Основы классического танца. – М.: Просвещение. 2004. – 48 с.
11. Васильева В. «Танец», М. 2010
12. Великанова Э. «Здесь танцуют», Л. 2007г.
13. Габович М.М. «Душой исполненный полет», М. 2011г.
14. Галанов А.С. Игры, которые лечат. - М.: 2003. – 49 с.
15. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в образовательном учреждении. - М.: Скрипторий. - 2009. – 78 с.
16. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. - М.: ВЛАДОС, 2009. – 141 с.
17. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
18. Добровольская Г. «Танец, пантомима, балет», Л. 2005г.
19. Захаров В.М. «Радуга русского танца», М. 2006г.