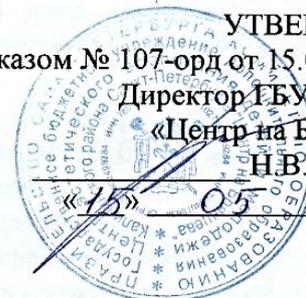


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
«ЦЕНТР НА БРЯНЦЕВА»

РАССМОТРЕНО
на учебно-методическом совете
протокол № 48 от 23.04.2019 г.

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
протокол № 3 от 25.04.2019 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 107-орд от 15.05.2019 г.
Директор ГБУ ДО ЦЭВ
«Центр на Брянцева»
Н.В. Придиус
20 19 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
(КРАТКОСРОЧНАЯ)

«Ритмика»

Возраст учащихся: 7-10 лет

Срок реализации: 1 месяц

Разработчик:
Кобякова Любовь Васильевна
педагог дополнительного образования

Консультант:
Павлова Елена Валерьяновна
методист

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» имеет *социально-педагогическую направленность*.

Программа рассчитана на 1 месяц обучения.

Программа имеет направленность организации досуговой деятельности в ГОЛ.

В ритмические занятия включаются движения из области физкультуры (основные движения, гимнастические упражнения, построения и перестроения), из области танца (элементы народного, бального, современного танцев), используются сюжетно-образные движения (пластика животных, птиц, действия людей и т.д.). Выполнение ритмических и гимнастических упражнений, участие в играх и танцах способствуют правильному физическому развитию детей, имеют оздоровительное значение.

Занятия ритмикой оказывают на детей и немалое воспитательное воздействие. То, что упражнения выполняются всем коллективом и часто при необходимости требуют чёткого взаимодействия всех участников, повышает у них чувство ответственности, товарищества. Кроме того развивается память и внимание. Постепенно появляются уверенность, находчивость, воспитываются активность, инициатива. В тесной связи со всей учебно-воспитательной работой школы занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, творческой, гармонично развивающейся личности.

Актуальность. Данная программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребности учащихся и родителей как потребителей этой программы.

Адресат программы. Данная программа адресована учащимся общеобразовательной школы 7-10 лет, не требует специального отбора детей по способностям. Учащиеся младшего школьного возраста испытывают потребность в движении. Они получают огромное удовольствие от свободных и лёгких движений, от сочетания музыки с пластикой своего тела и жестов. Занятия ритмикой поднимают настроение, повышают жизненный тонус.

Цель: организовать досуговую деятельность детей в ГОЛ по Ритмике.

Задачи:

Обучающие:

- ознакомить с простейшими танцевальными движениями;
- ознакомить с культурой танца;

Развивающие:

- развитие общей музыкальности, чувства ритма, свободы пластического движения под музыку;
- развитие творческого воображения.

Воспитательные:

- приобщать детей к танцевальному искусству, к художественному вкусу и интересам;
- воспитывать культуру поведения;
- воспитывать культуру поведения, эстетические чувства, освоение общекультурных ценностей: доброжелательное общение, взаимопомощь, чувство коллективизма и сохранение индивидуальности там, где это необходимо;
- формирование основ культуры здоровья и физического развития.

Здоровьесберегающие:

- формировать мотивацию на ведение здорового образа жизни;
- способствовать сохранению и укреплению здоровья;
- способствовать профилактике заболеваний;
- содействовать правильному физическому развитию;
- способствовать повышению с помощью средств двигательной активности умственной работоспособности;
- способствовать снижению отрицательного воздействия чрезмерной нагрузки на психику воспитанника, благоприятной атмосфере на занятиях.

Методы обучения:

1. Словесный:

Объяснение музыкального сопровождения.

Наглядный:

Показ движений, элементов, комбинаций.

2. Практический:

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

Форма организации занятий: используется групповая форма работы. Данная программа подразумевает индивидуальный подход к каждому ребенку с учетом возрастных особенностей, способностей и интересов каждого.

Способы отслеживания результатов педагогической деятельности:

- педагогическое наблюдение;
- игры;
- итоговый концерт «Заккрытие лагеря».

Планируемые результаты:

Предметные:

- ознакомиться с простейшими танцевальными движениям;
- ознакомиться с культурой танца.

Метапредметные:

- развить общей музыкальности, чувства ритма, свободы пластического движения под музыку;
- развить творческого воображения.

Личностные:

- приобщить детей к танцевальному искусству, к художественному вкусу и интересам;
- воспитать культуру поведения;
- воспитать культуру поведения, эстетические чувства, освоение общекультурных ценностей: доброжелательное общение, взаимопомощь, чувство коллективизма и сохранение индивидуальности там, где это необходимо;
- сформировать основы культуры здоровья и физического развития.

Условия реализации программы:

Занятия по программе «Ритмика» проводятся 2 раз в неделю по 1 академическому часу, или 1 раз в неделю по 2 академических часа. Группы формируются на основании списочного состава отрядов, сформированных на базе ГБОУ СОШ.

Материально-техническое обеспечение

На занятиях по ритмике необходимо:

Оборудование зала:

- станок
- зеркала
- фортепиано
- покрытие пола (паркет, сплошной линолеум или спец. покрытие).

В зале должно быть чисто, присутствовать хорошее освещение, обязательно проветривание.

На занятиях ритмикой используется магнитофон.

Кадровое обеспечение

- Педагог дополнительного образования
- Аккомпаниатор (с нотным материалом).

Уровень освоения программы: *Общекультурный.*

Целеполагание:

- формирование и развитие творческих способностей детей;
- формирование общей культуры учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- укрепление здоровья;
- умение организовать свое свободное время.

Требования к результативности освоения программы:

- освоение прогнозируемых результатов программы;
- презентация результатов на уровне образовательной организации.

Учебный план

№ раздела	Темы раздела	кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	1,0	1	-	
2.	Азбука музыкального движения	1,0	0,5	0,5	
3.	Элементы классического танца	1,0	0,5	0,5	
4.	Репетиционная работа (освоение репертуара)	1,0	-	1	
5.	Элементы народного танца	1,0	0,5	0,5	
6.	Репетиционная работа (освоение репертуара)	1,0	-	1	
7.	Элементы историко-бытового танца	1,0	0,5	0,5	
8.	Репетиционная работа (освоение репертуара)	1,0	-	1	Просмотр номеров
9.	Итоговое занятие	1,0	-	1	Участие в концерте
Итого:		9	3	6	

Содержание разделов

1. Вводное занятие.

Теория: инструктаж по технике безопасности; правила поведения на занятии; беседа о том, чем будут заниматься дети.

2. Азбука танцевально-музыкальной грамоты.

Теория: Элементы музыкальной грамоты. Определение характера предлагаемой музыки: грустная, задумчивая, нежная, спокойная, весёлая, живая, бодрая, энергичная. Темп в музыке: медленный, умеренный, быстрый.

Практика: Движение, соответствующее характеру и темпу музыки. Построение в круг, сужение, расширение круга. Танцевальный шаг (с носка), шаг на полупальцах, бег на носках, шаг с подскоком. Движения на заданную музыку в пластических образах животных, сказочных героев.

3. Элементы классического танца.

Теория: Элементарные сведения о классическом танце, как азбуке танца.

Практика: Упражнения на осанку. Позиции, подготовительное положение. Положение рук: у девочек – за юбку, у мальчиков – на поясе и за спиной. Приседания (plie, demi plie). Выведение ноги вперёд и в сторону на носок (батман тандю). Прыжки по 6-й позиции. Подскоки на месте.

4. Репетиционная работа (освоение репертуара).

Практика: танцевальные комбинации для постановочного номера. Постановочная работа танцевального номера на закрытие ГОЛ.

5. Элементы народного танца.

Теория: Русский танец. Плясовая. Хоровод.

Практика: Разучивание элементов русского народного танца. Удары стопой по 6 и 3 позициям. Тройной притоп. Бег на носочках. Бег с «захлестом».

6. Репетиционная работа (освоение репертуара).

Практика: танцевальные комбинации для постановочного номера. Постановочная работа танцевального номера на закрытие ГОЛ.

7. Элементы историко-бытового танца.

Теория: Из истории танца. Характер массового танца. Необходимость слаженности движений, ритмическая точность. Танец-игра.

Практика: Выведение ноги в сторону на каблук и на носок. Боковой галоп. Ритмические хлопки.

8. Репетиционная работа (освоение репертуара).

Практика: отработка танцевальных комбинаций для постановочного номера. Отработка танцевального номера на закрытие ГОЛ. Постановочная работа танцевального номера на закрытие ГОЛ.

9. Итоговое занятие.

Участие в концерте на закрытие ГОЛ.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных занятий	Режим занятий
1 месяц	28 мая	25 июня	4	9	В соответствии с расписанием: 2 раза в неделю по 1 часу, или 1 раз в неделю по 2 часа, продолжительность одного часа - 45 минут, через каждые 45 минут занятия перерыв 5-15 минут.

Рабочая программа

Для реализации программы «Ритмика» определяется группа **задач**:

Образовательные:

- ознакомить с простейшими танцевальными движениями;
- Знакомство с культурой танца;

Развивающие:

- Развитие общей музыкальности, чувства ритма, свободы пластического движения под музыку;
- развитие творческого воображения.

Воспитательные:

- приобщать детей к танцевальному искусству, к художественному вкусу и интересам;
- воспитывать культуру поведения;
- воспитание культуры поведения, эстетических чувств, освоению общекультурных ценностей: доброжелательное общение, взаимопомощь, чувство коллективизма и сохранение индивидуальности там, где это необходимо;
- формирование основ культуры здоровья и физического развития.

Планируемые результаты:

Предметные:

- ознакомиться с простейшими танцевальными движениями;
- ознакомиться с культурой танца.

Метапредметные:

- развить общей музыкальности, чувства ритма, свободы пластического движения под музыку;
- развить творческого воображения.

Личностные:

- приобщить детей к танцевальному искусству, к художественному вкусу и интересам;
- воспитать культуру поведения;
- воспитать культуру поведения, эстетические чувства, освоение общекультурных ценностей: доброжелательное общение, взаимопомощь, чувство коллективизма и сохранение индивидуальности там, где это необходимо;
- сформировать основы культуры здоровья и физического развития.

Ожидаемые результаты:

К концу обучения дети должны освоить планируемый репертуар, уметь самостоятельно исполнить любой танец из программы на своих классных и школьных мероприятиях, уметь правильно выполнять знакомые движения под услышанную музыку в соответствии с её характером, темпом и ритмом.

Совершенствование техники исполнения движений разучиваемых танцев. Умение ориентироваться на площадке. Иметь представление о танцевальной этике.

К концу обучения дети должны знать правила грамотного исполнения выученных танцев. Иметь навык красивой осанки, походки, жеста. Уметь двигаться по одному и в паре. Ориентироваться на танцевальной площадке. Уметь держать линию, круг. Правильно выполнять упражнения специальной гимнастики (аэробные, гимнастические).

Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Дата	Тема занятия	Всего часов	В том числе	
				Теория	Практика
1		Вводное занятие	1	1	-
2		Азбука музыкального движения	1	0,5	0,5
3		Элементы классического танца	1	0,25	0,25
		Репетиционная работа (освоение репертуара)		-	0,5
4		Элементы классического танца	1	0,25	0,25
		Репетиционная работа (освоение репертуара)		-	0,5
5		Элементы народного танца	1	0,25	0,25
		Репетиционная работа (освоение репертуара)		-	0,5
6		Элементы народного танца	1	0,25	0,25
		Репетиционная работа (освоение репертуара)		-	0,5
7		Элементы историко-бытового танца	1	0,25	0,25
		Репетиционная работа (освоение репертуара)		-	0,5
8		Элементы историко-бытового танца	1	0,25	0,25
		Репетиционная работа (освоение репертуара)		-	0,5
9		Итоговое занятие	1	-	1
Итого:			9	3	6

Содержание занятий

1-ое занятие. Вводное занятие

Теория. Знакомство с детьми. Вводный инструктаж по технике безопасности. Ознакомление с правилами внутреннего распорядка.

Практика.

2-ое занятие. Азбука музыкального движения

Теория. Элементы музыкальной грамоты. Определение характера предлагаемой музыки: грустная, задумчивая, нежная, спокойная, весёлая, живая, бодрая, энергичная. Темп в музыке: медленный, умеренный, быстрый. Понятие «вступление». Понятие «ритм». Понятие «линия танца». Научиться различать жанры музыкальных произведений (полька, вальс, марш).

Практика. Научиться легко, пластично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения. Умение в движениях передать характер музыки. Различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз. Построение в колонну и в шеренгу. Перестроения из колонны по одному в пары на месте и в движении. Построение в круг, сужение, расширение круга. Танцевальный шаг (с носка, с каблука), шаг на полупальцах, бег на носках, шаг с подскоком. Движения на заданную музыку в пластических образах животных, сказочных героев.

3-4 занятие. Элементы классического танца. Репетиционная работа (освоение репертуара)

Теория. Элементарные сведения о классическом танце, как азбуке танца. Постановка корпуса, рук, ног, головы. Правила азбуки классического танца.

Практика. Упражнения на осанку, на координацию движений. Умение держать корпус прямо. Работа рук: подготовительная, 1, 2, 3-я позиции. Положение рук: у девочек – за юбку, у мальчиков – на поясе и за спиной. Приседания (demi plie, grand- plie). Выведение ноги вперёд и в сторону на носок (battement tendu). Подъём на полупальцы(releve) по 6-й и 1-й позициям. Прыжки по 6-й позиции. Подскоки на месте. Танцевальные комбинации для постановочного номера. Постановочная работа танцевального номера на закрытие ГОЛ.

5-6 занятие. Элементы народного танца. Репетиционная работа (освоение репертуара)

Теория. Знакомство с музыкой и танцами разных народов: Украина, Болгария, Чехия, Иордания и Россия.

Практика. Разучивание элементов русского народного танца. Удары стопой по 6 и 3 позициям. Тройной притоп. Бег на носочках. Бег с «захлестом». Положение рук в парном танце: за 1 руку, руки накрест, за две руки. Положение рук в общем круге: поднимание и опускание соединённых рук при сужении и расширении круга. Повороты вправо и влево на месте и в движении. Танцевальные комбинации для постановочного номера. Постановочная работа танцевального номера на закрытие ГОЛ.

7-8 занятие. Элементы историко-бытового танца. Репетиционная работа (освоение репертуара)

Теория. Из истории танца. Характер массового танца. Необходимость слаженности движений, ритмическая точность. Танец-игра. Выразительность и партнёрство в танце. Овладение основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения поклонов и реверансов.

Практика. Положения рук и ног в танцах. Выведение ноги в сторону, на каблук и на носок. Удары подушечкой стопы. Скользящий шаг, двойной скользящий шаг. Боковой галоп. Кружение в паре за одну руку. Ритмические хлопки. Движение «па балансе» на месте и с поворотом вправо и влево. Отработка танцевальных комбинаций для постановочного номера. Отработка танцевального номера на закрытие ГОЛ. Постановочная работа танцевального номера на закрытие ГОЛ.

9 занятие. Итоговое занятие.

Участие в концерте на закрытие ГОЛ. Награждение.

ЛИТЕРАТУРА

1. Секрет танца. Спб., «Диамант», «Золотой век», 1997 г., (сост. Т.К. Васильева).
2. Бальные танцы. М., «Советская Россия», 1985.
3. Е.Васильева. Танец. «Искусство», М., 1968.
4. Современный бальный танец. (Под редакцией В.М. Стриганова и В.И. Уральской), М., «Просвещение», 1978.
5. Г.П. Фёдорова. Играем, танцуем, поём. «Детство-пресс», Спб., 1999.
6. Г.П. Фёдорова. Танцы для детей. «Детство-пресс», Спб., 2000.
7. Л.И. Латохина. Хатха – йога для детей. М., «Просвещение», 1993.
8. Т. Бырченко. Г.Франио. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике. М., «Советский композитор», 1991 г.
9. О.П. Радынова. Музыкальное развитие детей. /В двух частях/. М., «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», 1997 г.
10. Музыка и движение. /Упражнения, игры и пласки для детей 6-7 лет /М., «Просвещение», 1984 г.
11. Ритмика. Музыкальное движение. М., «Просвещение», 1972 г.
12. Серия «Из опыта педагога». Спб., «Детство-пресс», 1999, 2000.

Литература для родителей и детей

1. Н.М. Амосов. Здоровье и счастье ребёнка. М., «Знание», 1979.
2. Журнал «Внешкольник».
3. Л.Школьников. О танцах в шутку и всерьёз. Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности». М., «Советская Россия», 1975.