**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ №2 ИМ. В.П. ТРИФОНОВА»**

**Г. ВОЛОГДЫ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕМКОГО ИСКУССТВА**

**«ТАНЕЦ. ПЕРВЫЕ ШАГИ»**

(программа для подготовительного отделения)

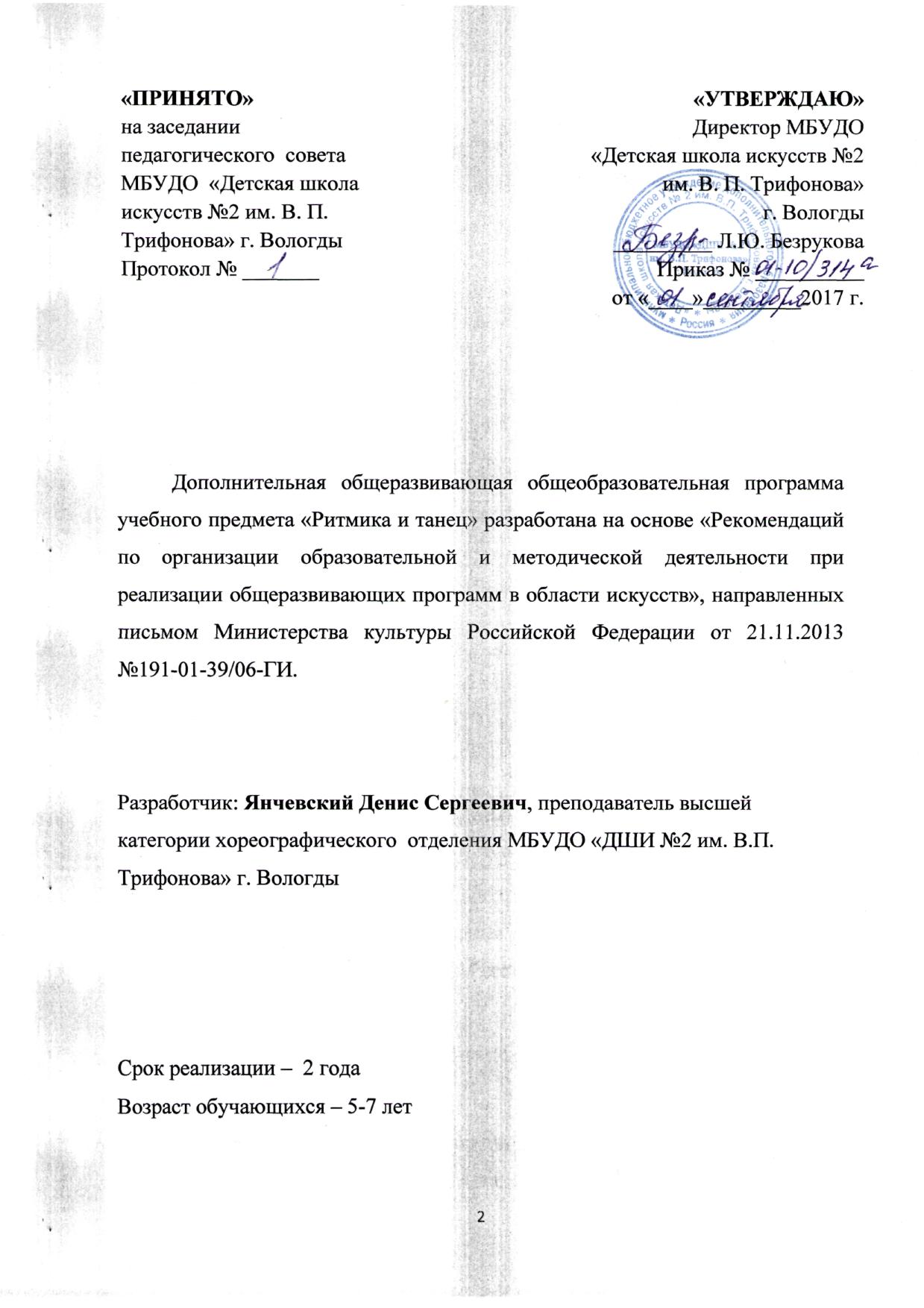
**ПРОГРАММА**

**по учебному предмету**

**«РИТМИКА И ТАНЕЦ»**

Вологда

2017



**Содержание:**

**I.** Пояснительная записка ………………………………………………….4

II. Содержание учебного предмета ………………..………………………7

III. Требования к уровню подготовки учащихся ……………………….10

IV. Формы и методы контроля, система оценок ………………………...10

V. Методическое обеспечение учебного процесса ………………………11

VI. Список рекомендуемой методической литературы …………………14

**I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

1. ***Характеристика учебного предмета, его место***

***и роль в образовательном процессе***

Программа учебного предмета «Ритмика и танец» 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 многолетнего педагогического опыта в области музыкально-ритмического и хореографического развития детей в детских школах искусств.

Музыкально-ритмическое воспитание занимает важное место в художественно-эстетическом образовании детей.

Программа «Ритмика и танец» является первой ступенью в хореографическом образовании и служит базой для освоения других предметов учебного плана хореографического отделения школы. Её освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

**Актуальность программы** состоит в том, чтобы научить ребёнка передавать характер музыки, её образовательное содержание через пластику движений под музыку. Эта система упражнений служит развитию чувства ритма. Благодаря занятиям ритмикой ребёнок учится правильно и красиво двигаться, развиваются его музыкальные способности, происходит приобщение к миру музыки. Наряду с этим ребёнок получает навыки, необходимые для нормальной жизнедеятельности (развитие ловкости, быстрой реакции, остроты внимания, общей подвижности и т.д. ).

**Практическая значимость** программы заключается в последовательном, поэтапном и непрерывном обучении и воспитании обучающихся; с учётом психологических, физических и возрастных особенностей обучающихся, а именно:

- постепенное развитие физических данных;

- постепенное увеличение физической нагрузки;

- строгая последовательность, целенаправленность и систематичность учебного и воспитательного процесса.

Программа направлена на укрепление здоровья детей, на исправление их физических недостатков.

Рекомендуемый возраст детей, поступающих в детскую школу искусств на дополнительную общеразвивающую общеобразовательную программу – 5-7 лет.

1. ***Срок реализации учебного предмета***

Программа рассчитана на 2 года обучения.

1 год обучения – 68 часов (два раза в неделю по 1 часу).

2 год обучения – 68 часов (два раза в неделю по 1 часу).

**3. *Объем учебного времени и виды учебной работы***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной нагрузки | Затраченное учебное время | | | | Всего часов |
| Годы обучения | 1 | | 2 | |  |
| Полугодие | 1 | 2 | 1 | 2 |  |
| Количество недель | 16 | 18 | 16 | 18 | 68 |
| Аудиторская нагрузка | 32 | 36 | 32 | 36 | 136 |
| Максимальная нагрузка | 32 | 36 | 32 | 36 | 136 |

***Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета***

Общая трудоемкость учебного предмета «Ритмика и танец» составляет 136 часов. Рекомендуемая продолжительность урока – 30-40 минут.

1. ***Форма проведения учебных занятий***

Занятия проводятся в групповой форме, численность учащихся в группе - от 5 человек. Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

Основная форма занятий: практическая (практическое освоение элементов и упражнений данной программы).

1. ***Цель и задачи учебного предмета***

**Целью данной программы** является подготовка двигательного аппарата детей через ритмические и танцевальные задания к дальнейшему обучению в подготовительных группах и классах;

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи:**

- содействовать общему развитию и укреплению здоровья;

- способствовать развитию физических данных;

- способствовать развитию координации движений, пластичности, хореографической памяти;

- научить двигаться в соответствии с различными музыкальными жанрами и образами;

- уметь соотносить танцевальные движения с музыкальным материалом;

- воспитать любовь и интерес к хореографическому искусству;

- воспитать ответственность и дисциплину;

- развить музыкальность (чувство ритма, музыкальный слух), эмоциональное отношение к музыкальному материалу;

- развить пластичность, координацию;

- развить эстетическую и общую культуру;

- развить коммуникативные качества.

1. ***Методы обучения***

Для достижения поставленной цели используются следующие методы обучения:

- Словесный (объяснение, рассказ, беседа);

- Наглядный (показ);

- Игровой;

- Метод самостоятельной работы;

- Метод стимулирования учебной деятельности.

***Описание материально-технических условий***

***реализации учебного предмета***

Для реализации программы необходимо просторное помещение с хорошей вентиляцией, оборудованное зеркалами и станками, комната для переодевания (раздевалки), магнитофон, фортепиано, CD-диски, DVD-диски, USB-носители гимнастические коврики, дидактическая и методическая литература (учебники по психологии и педагогике, пособия по гимнастике и ритмике).

**II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.**

Учебная программа по предмету «Ритмика» рассчитана на 2 года обучения. В программе учтен принцип систематического и последовательного обучения. Последовательность в обучении поможет учащимся применять полученные знания и умения в изучении нового материала. Программу наполняют темы, составленные с учетом возрастных возможностей детей. Формирование у учащихся умений и навыков происходит постепенно: от знакомства с музыкальной ритмикой, изучения основ хореографии до исполнения хореографических движений, комбинаций и композиций.

Содержание программы подразделяются на пять разделов

(видам деятельности):

1. Разминка (разогрев всех частей тела).
2. Партерная гимнастика.
3. Упражнения, исполняемые по диагонали.
4. Танец. Этюдная форма.
5. Музыкально-ритмические игры.

***Первый год обучения:***

**Основные задачи 1 года обучения**:

**Введение.** Знакомство с детьми. Рассказ о форме для занятий. Беседа о правилах личной гигиены. Рассказ об ансамбле. Основные положения в танце. Хореографические фигуры. Знакомство с играми под музыку. Инструктаж по технике безопасности, рассказ о режиме занятий. Прослушивание детских песен. Рассказ о темпе и ритме музыки.

Разделы программы:

1. **Разминка** (длявсех групп мышц) в игровой форме.

упражнения для головы (наклоны, повороты, вращения);

упражнения для плеч (поднимание и опускание плеч, вращение плечевых суставов вперёд и назад);

упражнения для рук и кистей и пальцев;

упражнения для корпуса (различные наклоны и повороты корпуса);

упражнения для бёдер (на разогрев тазобедренного сустава);

упражнения для колен (приседания, вращательные движения);

упражнения для стоп (вытягивание, сокращение, круговые вращения).

1. **Партерная гимнастика.**

упражнения на укрепление стопы («дельфин», «flex», «point», «ласточкин хвостик», «en dehors»);

упражнения на растяжку («складочка», три вида «лягушки», «бабочка», «пружинка»);

упражнения на гибкость («птичка», «коброчка», «лодочка», «корзиночка», «плуг»);

упражнения на расслабление мышц («пузырь», «цветок»);

упражнения для силы пресса и спины («лодочка», «лесенка», «мой рисунок»).

1. **Упражнения по диагонали.**

шаг с носка;

марш с подъёмом колен и вытягивание носок;

прыжки по 6 позиции;.

поскоки;

танцевальный бег;

галоп;

шаг-приставка.

1. **Танец (Этюдная форма).**

«Пограничники», «Поход в зоопарк».

1. **Музыкально-ритмические игры** (на образы, координацию движений, фантазию и воображение). «Зеркало», «Счастливый паровоз», «Пятнашки», «Волк во рву», «Музыкальные змейки».

***Второй год обучения:***

**Основные задачи 2 года обучения**:

**Введение.** Знакомство с характером музыки и рассказ о различных видах танцев. Основные перестроения в хореографии. Техника исполнения танцевальных шагов. Рассказ о режиме занятий. Прослушивание детских песен. Знакомство с видами разминки. Беседа о танцах.

Разделы программы:

**1.Разминка** (длявсех групп мышц) в игровой форме.

кпражнения для головы (наклоны, повороты, вращения);

упражнения для плеч (поднимание и опускание плеч, вращение плечевых суставов вперёд и назад);

упражнения для рук и кистей и пальцев;

упражнения для корпуса (различные наклоны и повороты корпуса);

упражнения для бёдер (на разогрев тазобедренного сустава);

упражнения для колен (приседания, вращательные движения);

упражнения для стоп (вытягивание, сокращение, круговые вращения).

**2.Партерная гимнастика.**

упражнения на укрепление стопы («дельфин», «flex», «point», «ласточкин хвостик», «en dehors», «герой»);

упражнения на растяжку («складочка», три вида «лягушки», «бабочка», «пружинка»);

упражнения на гибкость («птичка», «коброчка», «лодочка», «корзиночка», «плуг»);

упражнения на расслабление мышц («пузырь», «цветок»);

упражнения для силы пресса и спины («лодочка», «лесенка», «мой рисунок», «гармошка», «лесенка», «бокс»).

**3.Упражнения по диагонали.**

шаг с носка c движением головы;

марш с подъёмом колен и хлопком;

прыжки по 6 позиции;

поскоки;

танцевальный бег с различными руками;

галоп;

шаг-приставка;

ходьба на носочках и пятках;

бег с захлёстыванием ног вперёд и назад.

**4.Танец (Этюдная форма).**

«Марш», «По секрету всему свету».

**5.Музыкально-ритмические игры** (на образы, координацию движений, фантазию и воображение). «Буратино», «Угадай образ», «Горелки», «Нам не страшен серый волк», «Дети и медведь».

**III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

Данный раздел содержит перечень знаний, умений и навыков, приобретение которых обеспечивает программа по учебному предмету «Ритмика и танец»:

1.Знание и понимание всех основных понятий и терминов.

2. Правила и технику безопасности поведения на уроках, в зале и при выполнении всех танцевальных движений и упражнений 1 и 2 года обучения.

3.Умение правильно исполнять все танцевальные движения и упражнения 1 и 2 года обучения.

4. Проведение открытого урока для родителей и отчётного концерта коллектива.

5. Проведение переводного экзамена, по результатам которого дети переводятся на следующий год обучения.

**IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК.**

Формой подведения итогов реализации данной программы являются текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестации обучающихся, которые проводятся в форме открытых занятий.

- полугодовые контрольные уроки (декабрь);

- переводной зачет в конце первого года обучения;

- итоговый зачет в конце второго года обучения.

По окончании программы обучающиеся должны:

*знать:*

- роль и значение занятий хореографией;

- терминологию танцевальных элементов и упражнений, правила их выполнения;

- правила поведения на занятиях.

- требования к выполнению программных элементов и движений, их последовательность.

*уметь:*

- качественно и осознанно выполнять программные элементы и упражнения;

- определять жанры музыки, характер, настроение и умения двигаться в соответствии с различными музыкальными образами;

- применять навыки и умения на других предметах;

- уметь работать в группе и индивидуально;

- самостоятельно работать над ошибками.

***Критерии оценки***

По результатам текущей, промежуточной и итоговой аттестации выставляются оценки: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

• *5 (отлично)* - ставится, если учащийся точно и грамотно выполнил задания;

• *4 (хорошо)* – ставится при некоторой неточности в исполнении заданных движений и комбинаций, недочетов в исполнении танцевальных композиций;

• *3 (удовлетворительно)* - ставится, если исполнение неряшливо, недостаточно грамотно и маловыразительно.

**V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

Методы обучения являются одним из важнейших компонентов учебного процесса. Без соответствующих методов деятельности невозможно реализовать цели и задачи обучения, достичь усвоения учащимися определенного содержания учебного материала.

При обучении воспитанников в данной программе используются следующие методы: практический, игровой, словесный, наглядный, репродуктивный, проблемно-поисковый, самостоятельной работы и стимулирования учебной деятельности.

На занятиях в первую очередь используется практический метод обучения, так как образовательная программа имеет профессионально–прикладную цель обучения.

Программа рассчитана на детей 5-7 лет, поэтому целесообразно использование игрового метода обучения.

Практический и игровой методы обучения – основные при реализации данной программы.

**Практический.**

На первый план выдвигается умение использовать теорию на практике. Данный метод выполняет функцию углубления знаний, умений, а также способствует решению задач контроля и коррекции, стимулированию познавательной деятельности.

У учащихся формируется привычка тщательной организации учебного процесса.

На занятиях по предметам данной программы практический метод обучения, реализуется при выполнении следующих упражнений:

- выполнение экзерсиса на полу и движений на середине зала (в ходе выполнения упражнений учащиеся применяют на практике полученные знания);

- комментированные упражнения, при выполнении которых дети более активно осмысливают предстоящие действия, комментируя вслух, что они будут делать.

**Игровой.**

Игровой метод обучения - учебная деятельность, когда каждый ребёнок объединён решением главной задачи и ориентирует свои действия на выигрыш.

Дети дошкольного и младшего школьного возраста имеют потребность в игре, поэтому проведение занятия с использованием игровых элементов целесообразно.

На занятиях по хореографической гимнастике и ритмике использованы музыкально-подвижные игры, сюжетные занятия, игры-путешествия и игровые ситуации.

Также при реализации программы использованы другие методы обучения.

**Метод стимулирования учебной деятельности**

- подготовка и участие в контрольных уроках, концертах и гастролях.

**Словесный**

- рассказ (устное повествование и изложение содержания учебного материала, непрерываемое вопросами учениками). Во время рассказа педагог сообщает задачи деятельности учащихся на занятии, раскрывает содержание новой темы. В конце занятия делает выводы и обобщения, даёт задания для самостоятельной работы дома по этой теме. В данной программе используются рассказы о знаменитых танцовщиках, об истории хореографического искусства.

- беседа (разговор, организуемый с помощью тщательно продуманной системы вопросов, постепенно подводящих детей к усвоению нового понятия). В беседе используются приёмы постановки вопросов, обсуждения ответов и построения выводов. После концертов проводятся беседы с обсуждением выступлений. Во время беседы воспитанники вспоминают, систематизируют, обобщают ранее усвоенное, делают выводы.

**Проблемно-поисковый**

В данной программе применяется преимущественно с целью развития навыков творческой учебно-познавательной деятельности, способствует более осмысленному и самостоятельному овладению знаниями. Например, дети исполняют ранее выученную комбинацию в образе какого-либо сказочного героя или животного, придумывают начало и конец получившегося этюда.

**Репродуктивный**

Дети применяют по образцу ранее или только что усвоенные знания. Например, исполнение выученного движения с ранее изученными элементами, объединение их комбинацию, многократное их исполнение. При этом методе дети не осуществляют самостоятельного приобретения знаний.

**Самостоятельной работы**

К примеру, осуществляется устным пересказом увиденного ребёнком после посещения концерта, придумыванием движений или поз на заданную педагогом музыку.

**Наглядный.**

- метод иллюстрации (предполагает показ воспитанникам фотографий балетов и портретов известных танцоров);

- метод демонстрации (показ видеофильмов о балетах, исполнителях и хореографах);

- повторение за педагогом (игра «Зеркало» - дети воспроизводят движения педагога).

**VI. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**Основная литература.**

1. Балет. Уроки / сост. Сибли А. – М.: Астрель, 2004.

2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. СПб.: Респекс, 1996.

1. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу. Москва, 2004.

4. Ивановская И.М. Влияние ритмической гимнастики на развитие

координации у детей. // Bestreferat.ru.

5. Комарова Т.С. Программа эстетического воспитания детей 2 – 7 лет. М.: ПОР, 2000.

1. Педагогика / под ред. Педкасистого П.И. – М.: Роспедагенство, 1996.
2. Петрова О.О. Возрастная психология. Ростов-на-Дону: Феникс, 2004.
3. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать. М.: Владос, 2003.
4. Фирелёва Ж.Е. Са-фи-дансе. СПб.: Детство-пресс, 2000.

**Дополнительная литература.**

1. Бриске Э. «Ритмика и танец». Уч. I,II. – Челябинск: ЧГИК,1993.

2. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Феникс, 2003.

3. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей». – М.: ВЛАДОС, 2008.

4. Шершнев В.Г. От ритмики к танцу. М. 2008.