

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
детский оздоровительно-образовательный центр

Принята Педагогическим советом

10 января 2020 года



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественной направленности
«Движение в ритме»**

Возраст детей: 7-8 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Курилова Ирина Сергеевна,
педагог дополнительного образования

г. Карпинск
2020 г.

1.1 Пояснительная записка.

Программа «Движение в ритме» составлена в соответствии с нормативными правовыми актами и государственными программными документами:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. СанПиН 2.4.2.2821 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22 мая 2019 г. № 8.

5. Устав МАУДО ДООЦ, утвержденный Постановлением Администрации городского округа Карпинск от 15.05.2020 г. № 520.

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Направленность (профиль) программы – художественная.

Актуальность программы заключается:

- в востребованности занятий по хореографическому искусству у общественности в лице родителей и детей;
- в формировании здоровой, физически развитой личности;

- в развитии творческих способностей, креативности, мобильности у детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста.

Программа отвечает требованиям муниципальной и региональной политики в сфере образования.

Адресат программы: младшие школьники (7-8 лет). Программа составлена с учетом возрастных психофизиологических особенностей обучающихся.

Возрастные особенности детей группы 6-9лет:

Развитие в младшем школьном возрасте идет относительно равномерно, постепенно должны повышаться тренировочные требования. Необходимо эффективно использовать этот период для обучения новым, в том числе сложным, движениям, а также активизировать работу по развитию специальных физических качеств, особенно ловкости, гибкости. Все большее значение в обучении должны приобретать словесные методы. В тренировке целесообразно соблюдать силовой режим, статические нагрузки давать в ограниченном объеме.

Объем и срок освоения программы: Программа рассчитана на 1 год обучения при постоянном составе детей.

Объем программы: 76 учебных часов (38 учебных недель) в год.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Образовательный процесс организован в соответствии с учебным планом объединения обучающихся по интересу к хореографическому творчеству, сформированных в группы в количестве 15 человек (согласно возрастной категории). Состав групп постоянный.

Режим занятий: 2 учебных часа в неделю (38 учебных недель).

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для воспитания творчески развитой личности ребёнка средствами музыки и движения, развитие его художественного вкуса, музыкального чувства ритма, интереса.

Задачи:

Обучающие:

- создание условий для развития интереса ребёнка в системе музыкально-ритмического образования;
- изучение музыкально-танцевальных знаний, умений, навыков на начальном этапе;
- приобретение музыкально-ритмических навыков;
- формирование музыкально-танцевальных знаний, умений, навыков на основе программного материала.

Развивающие:

- создание благоприятных психолого-педагогических условий для развития личности, самоутверждение каждого учащегося;

- сохранение неповторимости и раскрытие потенциальных способностей ребёнка;
- развитие творческого мышления детей;
- раскрытие индивидуальности ребёнка и его потенциальных возможностей;
- воспитание умения контролировать своё поведение, рефлексии своих действий.

Воспитательные:

- формирование у учащихся нравственных смыслов и духовных ориентиров;
- формирование эстетического вкуса, умение отличать прекрасное;
- формирование здорового образа жизни;
- развитие и сохранение здоровья детей младшего школьного возраста;
- воспитание навыков коллективного взаимодействия, развитие умений, обеспечивающих успех в самоорганизации, развитие творческого потенциала

1.3 Содержание программы

Учебный план

п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	опрос
2	Азбука музыкального движения	44	25	19	тест
	Ориентирование в пространстве	8	5	3	опрос
	Упражнения с предметами	8	5	3	опрос
	Музыкально-ритмические движения	9	5	4	наблюдение
	Музыкальные игры	9	5	4	наблюдение
	Танцевальные упражнения	10	5	5	наблюдение
3	Творческая деятельность	20	0	20	наблюдение
	Игровые этюды	8	0	8	наблюдение
	Музыкально-	12	0	12	наблюдение

	танцевальные игры				
4	Концертные выступления	8	0	8	наблюдение
5	Итоговое занятие	2	0	2	опрос
	ИТОГО:	76	26	50	

Содержание учебного плана.

1 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».

2 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. Игроритмика, игрогимнастика, игротанец.

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.

Фитбол-гимнастика, - игропластика, пальчиковая гимнастика.

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.

3 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 ритмо-пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений. Танцуем с героями любимых сказок.

4 раздел.

Концертные выступления (по отдельному плану).

5 раздел.

Итоговые занятия.

Анализ выполнения программы (промежуточная и итоговая аттестация).

Проверка теоретических знаний в игровой форме. Творческое выполнение заданий.

2.1. Календарно-тематический график

№ п/п	Дата	Форма занятия	Тема занятия	Форма контроля	Кол-во часов
1		Теоретическое занятие	Введение. Правила поведения, техника безопасности. Знакомство с ритмикой.	опрос	2
2		Практическое занятие	Разминка. Упражнения на ориентировку в пространстве	наблюдение	2
3		Практическое занятие	Перестроение по рисункам (шеренга, линия, колонна, диагональ)	наблюдение	2
4		Практическое занятие	Упражнения на разные группы мышц	наблюдение	2
5		Практическое занятие	Основные шаги и перестроения	наблюдение	2
6		Теоретическое занятие	Упражнения с предметами	наблюдение	2
7		Практическое занятие	Упражнения на равновесие	наблюдение	2
8		Практическое занятие	Упражнения с платочком и лентой	наблюдение	2
9		Практическое занятие	Упражнения с веточкой и мячом	наблюдение	2
10.		Практическое занятие	Музыкально-ритмические движения	наблюдение	2
11.		Практическое занятие	Танцевально-ритмическая гимнастика	наблюдение	2
12.		Практическое занятие	Игроритмика	наблюдение	2
13.		Практическое занятие	Игрогимнастика	Контрольный урок	2
14.		Практическое занятие	Игротанец	опрос	1
15.		Практическое занятие	Игровое занятие: «Внимание! Музыка»	наблюдение	1
16.		Практическое	Игровое занятие: «Веселый поезд»	наблюдение	1

		занятие			
17.		Практическое занятие	Игровое занятие: «В походе»	наблюдение	1
18.		Практическое занятие	Игровое занятие: «Найти свое место»	наблюдение	1
19.		Практическое занятие	Игровое занятие: «Кот и мыши»	наблюдение	1
20.		Практическое занятие	Игровое занятие: «В стране чудес»	наблюдение	1
21.		Практическое занятие	Музыкально-подвижные игры	наблюдение	1
22.		Практическое занятие	Игры-путешествия	наблюдение	2
23.		Практическое занятие	Танцевальная игра «День и ночь»	наблюдение	2
24.		Практическое занятие	Танцевальная игра «Повторяшки»	наблюдение	2
25.		Практическое занятие	Танцевальная игра «Лисы и куры»	наблюдение	2
26.		Теоретическое занятие	Танцевальная игра «В зоопарке»	опрос	2
27.		Практическое занятие	Ритмопластика	наблюдение	2
28.		Практическое занятие	Танцевальная игра «Веселые фантазии»	наблюдение	2
29.		Практическое занятие	Танцуем с героями любимых сказок	наблюдение	2
30.		Практическое занятие	Этюды для развития выразительности движений	наблюдение	2
31.		Практическое занятие	Инсценировка стихотворения по средствам танца	наблюдение	2
32.		Практическое занятие	Импровизация	наблюдение	2
34.		Практическое	Просмотр видеозаписей концертов хореографических российских	наблюдение	2

		занятие	исполнителей		
35.		Практическое занятие	Просмотр видеозаписей концертов хореографических зарубежных исполнителей	наблюдение	2
36.		Организационное занятие	Посещение концертов, спектаклей, театров	наблюдение	4
37.		Практическое занятие	Танцевальная постановка «Танцуй со мной»	наблюдение	6
38.		Практическое занятие	Танцевальная композиция « Разноцветная игра»	наблюдение	4
39.		Контрольное занятие	Показательное занятие. Открытый урок.	наблюдение	2

1.4 Планируемые результаты.

Требования к знаниям и умениям, которые должен приобрести обучающийся в процессе занятий по программе.

Обучающиеся будут знать:

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

Обучающиеся 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;
- расходиться из пар в разные стороны;
- сидя на коврик держать спину ровно;
- начинать и заканчивать движение с началом и концом музыки.

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение курса.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- наличие специального зала;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий;
- для занятий партером - коврик;
- костюмы для концертных номеров.

2.3 Формы аттестации.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- диагностика, проводимая по окончанию каждого занятия, усвоенных детьми умений и навыков, правильности выполнения учебного задания (справился или не справился);
- фото и видео;
- журнал посещаемости;
- выполненная работа.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- открытый урок;
- выступление;
- диагностическая карта;
- соревнования, конкурсы;

Оценочные материалы.

Диагностика.

Мониторинг освоения детьми Программы проводится педагогом дополнительного образования, 2 раза в год (в середине и в конце учебного года) и определяется с помощью устного опроса, тестирования, наблюдения.

Контрольный урок.

Открытый урок.

Участие в конкурсах и результаты.

В качестве методов диагностики результатов обучения можно использовать тестирование, опросы, викторины, выставки, творческие задания, работы, спортивные нормативы, соревнования, концерты, спектакли, творческие отчеты и т. п. В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка можно использовать наблюдение, анкетирование, тестирование, диагностику.

Диагностика развития творческих способностей.

Критерий оценки	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Восприятие музыки			
Танцевальное творчество			
Пластичность			
Координация			

Высокий

Задание ребенок выполнил правильно после оказания словесной помощи.

Средний

Задание ребенок выполнил правильно после оказания словесной помощи в сочетании с действиями.

Низкий

Задание ребенок выполнил со значительными ошибками после оказания помощи.

Формы организации образовательного процесса:

индивидуально-групповая и групповая.

Реализация программы проводится в соответствии с основными **педагогическими принципами:**

- принцип системности (предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении).
- принцип дифференциации (предполагает выявление и развитие у учеников склонностей и способностей по различным направлениям)
- принцип увлекательности (учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся).
- принцип коллективизма (способствует развитию разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу)
- принцип междисциплинарной интеграции (уроки литературы и музыки, литература и живопись, изобразительное искусство и технология, вокал и ритмика).
- принцип креативности (предполагает максимальную ориентацию на творчество ребенка, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности).

Основные формы проведения занятий:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- контрольное занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;
- музыкальное занятие (прослушивание музыкального материала, беседы о музыке, музыкальные игры).

Все занятия тесно взаимосвязаны, дополняют друг друга.

Методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога);
- практический (выполнение движений).

Способы обучения

- Занятия должны быть разнообразными как по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, разучивание упражнений тренировочного характера, разучивание и повторение танцев), так и по набору применяемых методов.

- При повторении необходимо избегать однообразия, скуки, вносить в знакомое движение, танец элемент новизны, предъявлять новые требования, ставить новые задачи.

- Любое задание, которое предлагается выполнить учащимися, должно соответствовать степени подготовленности к нему.

- Весь процесс обучения необходимо строить на сознательном усвоении знаний и навыков.

- Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и то же движение, танец, долго объяснять, пытаться научить всему сразу.

- На занятии следует закрепить все навыки, которые вырабатывались ранее, повторить пройденные движения и фигуры.

Формы организации учебного занятия:

- беседа (получение нового материала);
- самостоятельная деятельность (дети выполняют индивидуальные задания в течение части занятия или одного-двух занятий);

- познавательная игра;

- просмотр видео материалов, презентаций;

- творческое задание;

- самостоятельная деятельность;

- викторины;

- разработка творческих проектов и их презентация;

- конкурсы;

- концертная деятельность.

Форма организации образовательной деятельности может варьироваться педагогом и выбирается с учетом той или иной темы.

Педагогические технологии:

- технология индивидуализации обучения;

- технология группового обучения;

- технология коллективного взаимообучения;

- технология модульного обучения;

- технология дифференцированного обучения;

- технология разноуровневого обучения;

- технология развивающего обучения;

- технология проблемного обучения;

- технология проектной деятельности;

- технология игровой деятельности;

- коммуникативная технология обучения;

- технология коллективной творческой деятельности;

- здоровьесберегающая технология.

Список литературы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
3. Приказ Минобрнауки России от 29 августа 2013 г. № 1008 утвержден. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности подополнительным общеобразовательным программам, регулирующий организацию и осуществление образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, в том числе особенности организации образовательной деятельности для учащихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов и инвалидов;
4. Сан Пин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41;
5. Устав МАУДО ДООЦ, утвержденный Постановлением Администрации;
6. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983;
7. Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000.
8. Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. I, II. – Челябинск: ЧГИК, 1993;
9. Венгер, Н.Ю. Путь к развитию творчества / Н.Ю. Венгер.– М.: Просвещение, 2000.
10. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004.
11. Жигалко, Е. Музыка, Фантазия, Игра. Учебное пособие по ритмике, сольфеджио, слушанию музыки. Е. Жигалко, Е. Казанская. - М.: Композитор - Санкт-Петербург, 2014.
12. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007
13. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000.
14. Пинаева Е. Новые детские диско-танцы. Учебно- методическое пособие.- М. ПБОЮЛ Монастырская М. 2003.
15. Пинаева Е. Образные танцы для детей. Учебно- методическое пособие.- Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005. 17. Пинаева Е. Польки, вальсы, марши для детей. Учебно- методическое пособие.- Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
16. Пинаева Е. Танцы современных ритмов для детей. Учебно-методическое пособие.- Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.

17. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001.
18. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
19. Фирилева, Ж. Е. Ритмика в школе. Третий урок физической культуры / Ж.Е. Фирилева, А.И. Рябчиков, О.В. Загрядская. - М.: Феникс, 2014.
20. Чибрикова-Луговская, А.Е. Ритмика / А.Е. Чибрикова-Луговская. - М.: Дрофа, 2008.
21. Яновская, В. Ритмика. Практическое пособие / В. Яновская. - М.: Музыка, 2012.