

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ТОМСКА
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 55
им. Е.Г. Вёрсткиной Г. ТОМСКА

Согласовано
Педагогический совет
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

Утверждено
«1» сентября 2023г.
приказ № 381/0
Директор гимназии № 55
им. Е.Г. Вёрсткиной г. Томска

_____ Черемных Е.Ю

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности

«Детская хореографическая студия «РИТМ»»

Возраст обучающихся: 7 - 11 лет

Срок реализации: 1 год

Количество часов: 96 часов

Составители: Быстрицкая Светлана Геннадьевна,
педагог дополнительного образования;
Колесникова Ольга Васильевна,
педагог дополнительного образования,

2023 - 2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа хореографического коллектива детского современного и русского танца "Ритм" составлена в соответствии с Федеральным Законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», на основе ФГОС основного общего образования. Концепции духовнонравственного развития и воспитания личности гражданина России, Концепции координации деятельности муниципальных методических служб в рамках пилотного проекта «Межрегиональное сетевое партнерство: Учимся жить устойчиво в глобальном мире: экология, здоровье, безопасность (Программа Унитвин Юнеско).

Методической основой программы хореографического коллектива "Ритм" являются Основная образовательная программа основного общего образования МАОУ гимназии №55 им.Е.Г.Вёрсткиной г. Томска.

Эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного и классического танца, творчества и охрану здоровья учащихся.

Цель программы - приобщение детей к физическому совершенствованию, танцевальному искусству, развитие их художественно-эстетического вкуса.

Задачи:

- формирование необходимых двигательных навыков, развитие музыкального слуха и чувство ритма;
- совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям;
- развитие интереса к занятиям хореографией, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора;
- развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, танцевальных навыков;
- формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях;
- улучшение психического состояния, повышение работоспособности и двигательной активности;
- воспитание умений работать в коллективе.

Центральным направлением реализации данной программы в соответствии с требованиями федерального государственного стандарта основного общего образования является **духовно-нравственное развитие личности**. Преобладающим **видом хореографической деятельности** в рамках реализации программы является **проблемно-ценностное общение**.

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках **спортивно-оздоровительного направления**.

Занятия по хореографии имеют преемственность и тесно связаны с обучением на уроках физической культуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки классического и народного танца наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные

навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Занятия хореографией должны быть направлены на достижение **личностных и метапредметных результатов**, развитие коммуникативных, регулятивных и познавательных, универсальных учебных действий, основным из которых является:

- формирование правильного физического развития и укрепление детского организма;
- развитие эстетического вкуса, культуры поведения и общения, художественно - творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, обогащение кругозора.

Программа позволяет достигнуть воспитательных результатов трех уровней в соответствии с классификацией Д. Григорьева, П. Степанова:

1. приобретение социальных знаний в развитии творческого воображения школьников, формирование произвольного внимания, развитие памяти.
2. практическое подтверждение приобретенных социальных знаний и формирование позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения социальной реальности в целом в условиях равноправного взаимодействия на уровне танцевальной группы, гимназии, т.е. в защищенной, дружественной просоциальной среде. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Занятия танцами оказывают организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность. Ученики должны научиться соединять музыку с движением, работать в ритме музыки, работать в паре, в коллективе, проводить самостоятельно разминку и выполнять определённые комплексы упражнений для отдельных групп мышц и подвижности суставов. Учащимися должны быть освоены азы ритмики, азбуки классического и народного танца, изучены танцевальные элементы, этюды, исполнение танцевальных композиций на различных сценических площадках.
3. опыт самостоятельного общественного действия приобретается во время публичных выступлений и участия в конкурсах. Приобретается способность к самостоятельной танцевально – музыкальной импровизации.

Основная программа хореографического коллектива «Ритм» рассчитана на 1 год обучения. На изучение программы заложено 96 часов в год, 3 часа в неделю. Возраст детей 7-11 лет.

Эта программа является модифицированной, она рассчитана на физическое, эмоциональное и нравственное развитие и совершенствование детей. Программа нацелена на личностное развитие ребенка. Основными в освоении программы данного курса являются принципы: “от простого к сложному”, “от медленного к быстрому”, “посмотри и повтори”, “осмысли и выполни”, “от эмоций к логике”, “от логики к ощущению”. Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения, его ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно. Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся считывать движения. Успешное усвоение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятии такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству. На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание.

I. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КРУЖКА

Личностные результаты:

- приобретение учащимися представлений о темпе, ритме, амплитуде движений, способности выполнять определённые танцевальные движения,
- освоение сведений о танцах разных народов и различных эпох и приобретение позитивного отношения школьника к традициям другого народа;
- овладение навыками двигательной активности, как основы здорового образа жизни;
- расширение рамок культурного и исторического образования детей;
- приобретение опыта публичного выступления;
- умение выражать свои эмоции средствами хореографического искусства;
- умение самостоятельно разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;
- приобретение умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей;
- умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце;
- приобретение знаний о правилах групповой работы, основ этикета и грамотной манеры поведения в обществе, представлений об актёрском мастерстве;

I. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ КРУЖКА

Классический танец

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения, классический танец занимает особое место. Этот предмет учит понимать и создавать прекрасное, развивает физические данные и образное мышление, дает гармоничное пластическое развитие и формирует красивую осанку.

Задачи:

- Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).
- Практически освоить понятия «мелодия и движение».
- Соотносить пространственные построения с музыкой
- Научить основам мышечной работы.
- Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.
- Повысить гибкость суставов, нарастить силу мышц
- Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Развивать пластичность тела.

Содержание предмета:

Музыкально-ритмические навыки выразительного движения:

- пространственная ориентация: местоположение в классе «Найди свое место»;
- постановка корпуса: положение рук, ног. Поклон – приветствие;
- строение музыкального произведения (вступление, части);
- самостоятельно начинать движение после вступления и заканчивать с окончанием
- музыкальной фразы (начало и окончание движения вместе с музыкой)
- различать музыку по характеру /тихо, умеренно, громко/, сравнивая их с образами;
- темп (медленный, быстрый);
- упражнения на координацию (хлопки в ладоши с соблюдением ритмического рисунка 2/4, 3/4, 4/4, акцентируя разные доли такта)
- сочетание ритмических хлопков с различными видами танцевальных шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса;
- знакомство с танцевальными рисунками (линия, колонна, круг, диагональ, «звездочка», «воротца» и т.д)
- упражнений на ориентацию в пространстве («марш перестроение» по танцевальным рисункам);

Народный танец

Народно-сценический танец является одним из профилирующих предметов хореографического образования. В процессе его изучения дети знакомятся с различными танцевальными культурами, с бытом и историей народов. Систематические занятия дают возможность развить у ребенка восприятие национального своеобразия танцев, манеры и характера исполнения. Занятия по народно-сценическому танцу состоят из элементов русского народного танца, экзерсиса у станка, вращений, трюковых упражнений и этюдов на середине зала. Перед знакомством с каждой народностью педагог делает небольшой экскурс в историю данного народа, рассказывая об его обычаях, характере, тематике танцев, хореографической лексике и костюме.

Задачи:

- Проучить элементы и танцевальные движения русского танца;
- Познакомить с манерой, характером, особенностями исполнения русского танца

Содержание предмета:

1. Знакомство с основными позициями и положениями рук *Portdebras*, основными позициями ног.

2. Положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов народного танца, освоение этих элементов на «середине».

3. Ходы шаги и проходки:

- простой бытовой и танцевальный шаг вперед и назад.
- простой бытовой шаг с одинарным ударом и двойным
- переменный шаг.
- переменный шаг с одинарным и двойным ударом всей стопой в позиции.
- переменный шаг с выносом ноги через первую позицию вперед.
- простой «каблучный шаг» с *demiplie* на опорной ноге, а затем и с подъемом на полупальцы.
- «соскок» на две ноги - «соскок» на одну ногу в чередовании и в продвижении.
- «моталочка» - без мазка и с мазком.
- «молоточки»
- бег с отбрасыванием ног назад и вперед с вытянутым носком.
- вращение в продвижении

4. Дробные выстукивания по VI позиции:

- дробь-дорожка с одинарным ударом;
- тройной притоп;
- ключ-концовка

5. Упражнения на середине класса:

- притоп: двойной, тройной;
- подготовка к «гармошке» (поочередная работа ног) ;
- «елочка» на середине зала;
- «гармошка» вокруг своей оси;
- «припадание» по vi позиции;
- вращение на месте («держим точку»)
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve
- вращение с «соскоком» и поворотом.

6. Учебные комбинации на основе проученного материала

7. Танцевальный этюд

Постановка танца

Задачи предмета:

- Соединить проученные движения в танцевальные композиции;
- Разучить танцевальные рисунки, переходы и хореографическую постановку.

Содержание предмета:

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- изучение танцевальных движений;
- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- работа в парах;
- синхронность в исполнении;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

II. Тематический план

Классический танец

№	Тема занятий	Количество часов
1.	Введение в предмет.	1
2.	Учебно-тренировочные упражнения на середине зала.	6
3.	Элементы музыкальной грамоты.	7
4.	Упражнения на развитие ориентации в пространстве.	7
4.	Партерная гимнастика.	8
6.	Экзерсис на середине зала.	5
7	Allegro.	6
8	Закрепление и отработка материала.	8
9.	Всего	48

Народно - сценический танец

№	Тема занятий	Количество часов
1.	Введение в предмет.	1
2.	Основные положения рук и ног в русском танце.	10
3.	Основные движения и ходы русского танца.	17
4.	Основные движения танцев разных народов.	4
5.	Вращения на середине зала.	3
6.	Трюковые движения.	4
7.	Allegro.	6
8.	Этюдный материал.	3
9.	Всего	48

Материально-техническое обеспечение программы

- учебный кабинет, актовый зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, флеш- накопители;
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- стелы, резина.

1. Список литературы

Источники, использованные при составлении программы

Нормативные документы:

1. Конвенция о правах ребенка [Электронный ресурс]: принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1989 года. - URL: http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/childcon.shtml (дата обращения: 29.08.2016).
2. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). – М., 2015.
3. Методические рекомендации по разработке разноуровневых программ дополнительного образования. - ГАОУ ВО «МГПУ» АНО ДПО «Открытое образование» ©.
4. Новый закон об образовании <http://edugid.ru/zakon-ob-obrazovanii-v-rf> (дата обращения 26.09.16)
5. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам: приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 г. N 1008.
6. Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённой распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014г. №1726-р <http://www.rg.ru/2014/09/08/obrazovanie-site-dok.html> (дата обращения: 29.08.2016).
7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» <http://www.rg.ru/2013/12/11/obr-dok.html> (дата обращения: 29.08.2016).

Литература:

1. Базарова Н.П. Классический танец. Методика обучения... - Л., Искусство, 1975.
2. Беседы с учителем: Методика обучения: 1 класс общеобразовательных учреждений/ Под ред. Л.Е.Журовой.- 2-е изд., перераб. И доп.-М.: Вентана Граф,2007
3. Бехтерев М.В. Вопросы воспитания... В С.Б.: Умом и сердцем. - М.: Просвещение, 1982.
4. Богаткова Л. Танцы народов СССР. - М., Молодая гвардия, 1954
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца: Учебник. - Л.: Искусство, 1980.
6. Васильев И.А., и др., Эмоции мышления. - М.: МГУ, 1990.
7. Вашкевич, Н. Н. [История хореографии всех веков и народов: учебное пособие](#). – М.: Лань, 2016
8. Возрастная и педагогическая психология. Учеб. Пос. для ст-в пед. ин-ов. Под ред. проф. А.В. Петровского. - М.: Просвещение, 1987.
9. Востриков А.А. Технология и методика культуры эмоции и чувств. Ч. - 1, 42 Томск, 1994.
10. Горшкова Е. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 - 7 лет творчества в танце. - М.: Гном и Д., 2002. - 120с.
11. Жиенкулова Ш. Танцы друзей. - Алма-Ата: Опер, 1989.
12. Зайфферт, Д. [Педагогика и психология танца: заметки хореографа: учебное пособие](#). – СПб.:Лань, 2016
13. Костровицкая, Писарев. Школа классического танца. - Л.: ИСКУССТВО, 1968.
14. [Костровицкая, В. С.100 уроков классического танца \(с 1-го по 8-й класс\): учебное пособие](#). –СПб.:Лань, 2009
15. Меднис, Н. В.Введение в классический танец: учебное пособие. Изд. 2-е, стер. «Хореография. Танец». – СПб.:Лань, 2016
16. Сафронова, Л. Н. [Уроки классического танца: учебно-методическое пособие](#). – СПб.:Лань, 2015
17. Хамзин Х.Х. Правильная осанка. - М.: Эксмо, 1999.

Литература для детей

1. Базарова Н.П. Азбука классического – СПб.: Лань, 2006.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.
3. Бланков Б.В. Краткая история русского балета – СПб.: ДЕАН, 2006.
4. Боттомер П. Танец современный и классический: большая иллюстрированная энциклопедия. — М.: Эксмо, 2006.
5. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография: Учебно- методический комплекс для хореографических отделений школ, гимназий, ДМШ, школ искусств – Кемерово: Кемеровск. гос. академия культуры и искусств, 2000.
6. Ваганова А. Я. Основы классического танца: Учебник для высших и средних учебных заведений искусства и культуры. – СПб.: Лань, 2001.
7. Всё об искусстве / [пер. с итал. Г. П. Смирнов; текст М. Барьери]. — М.: АСТ: Астрель, 2003.
8. Звездочкин, В. А. Классический танец. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005.
9. Краткий словарь танцев / ред. А. В. Филиппов.— М.: Флинта: Наука, 2006.
10. Медова М. Классический танец – М.: Астрель, 2004.
11. Школа танцев (электронный опт. диск CD-ROM).— М.: Амбер: Медиа Арт, 2000.

12. Богданов Г. Ф. Полька «Варшавянка». Работа над музыкально-танцевальной формой хореографического произведения // Я вхожу в мир искусств. - № 4, 12, 2006, № 5, 2007, №4, 2008.

13. Богданов Г.Ф. Казачок. Толокно. Тройка. Нас четыре. Работа над музыкально-танцевальной формой хореографического произведения // Я вхожу в мир искусств. - № 4, 12, 2006, № 5, 2007, №4, 2008, № 3 2009.

14. Богданов Г.Ф. Сольная пляска - первая музыкально-танцевальная форма профессиональной сценической русской народной хореографии. Работа над музыкально-танцевальной формой хореографического произведения // Я вхожу в мир искусств. – 2009. - № 11. – С. 9-28.

15. Народные танцы / Сост. О. В. Иванникова.— М.; Донецк: АСТ: Сталкер, 2007.

16. Народные танцы. – М.: Сталкер, 2007.