

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа № 17 п. Михайловка
Советского района» Ставропольского края

Принята на заседании
методического (педагогического) совета
от 31.08.2023г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор МКОУ «ООШ № 17
п. Михайловка»
С.А. Иванова /ФИО/
«31.08.2023г.»

**Дополнительная общеобразовательная программа
художественной направленности
«Судьба и время»
Возраст обучающихся: 8-10 лет
Срок реализации: 1 года**

Автор-составитель:
Обычная Светлана Игоревна,
педагог дополнительного образования

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Ритмика и танец» относится к *ознакомительному уровню* и имеет *художественную направленность*.

Педагогическая целесообразность и актуальность программы.

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография.

Искусство танца - это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей" маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Отличительные особенности (новизна) программы. Программа «Ритмика и танец» разработана на основе дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы), «Хореография. Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева. Начальная хореография для детей 5 - 6 лет» (Коротеев И.В., педагог дополнительного образования).

Содержание программы предлагает обширный" материал, включающий" в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой" материал, которые используются на всех занятиях.

Содержание материала постепенно усложняется. На следующий" год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей" детей".

Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Программа направлена на обучение детей умению танцевать красиво, двигаться в свободной" непринуждённой" манере и владеть ритмопластикой" танца, а также решение оздоровительных задач.

Программа танцевального кружка по типу – *адаптированная*.

Объем программы: 34 часа.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 года.

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Форма проведения занятий - групповые занятия. Во время приема и формирования групп проводится первичная диагностика способностей ребенка (знаний, умений, навыков).

Количество обучающихся в группах до 15 человек.

Особенности учебного процесса на занятиях.

Дети, занимающиеся в танцевальных коллективах, приобретают стройную осанку, начинают легко, свободно, грациозно двигаться, избавляются от

таких физических недостатков, как сутуловатость, опущенная во время ходьбы голова, привычка ставить ноги носками внутрь и т.п. У них улучшается координация движений. Растет также культура поведения: они привыкают более внимательно и вежливо относиться к своим товарищам, находят общие интересы с ними, начинают чувствовать себя членами одного коллектива. Между девочками и мальчиками, у которых в младшем и переходном возрасте иногда появляется не совсем дружелюбное отношение друг к другу, постепенно устанавливаются простые и дружеские отношения.

Дети начинают ярко чувствовать эстетику поведения в быту, подтянутость и вежливость становится нормой поведения. Они заботливо следят за своей внешностью, за чистотой, аккуратностью, изяществом своего костюма и прически.

Нельзя не упомянуть и о сплоченности, которая отличает хорошо организованный танцевальный коллектив. Этому способствуют многие особенности учебно-воспитательного процесса занятий по танцу: здесь имеют значение и коллективная форма большинства разучиваемых танцев, и ответственность за успех общего дела.

Режим занятий: Режим занятий: 1 раз в неделю по 1 часу.

Каждое занятие включает:

- организационную часть,
- разминку,
- ритмические упражнения,
- партерный экзерсис,
- подведение итогов занятия,
- проветривание помещения.

Цель и задачи программы

Цель программы - укрепление физического и психического здоровья, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения

танцевальных упражнений.

Задачи программы:

Обучающие:

- знакомство с предметом начальная хореография;
- знакомство с правилами здорового образа жизни;
- обучение понятиям: характер музыки, темп, ритм.

Развивающие:

- развитие чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развитие навыков ориентировки в пространстве;
- развитие координации движений и пластики, навыков владения своим

телом;

- развитие выворотности ног;
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- развитие танцевального шага.

Воспитательные:

- формирование коммуникативных навыков.
- воспитание трудолюбия;
- воспитание стремления к двигательной активности;
- воспитание ответственности, упорства, силы воли;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- способствовать формированию личности инициативной,

целеустремленной;

- воспитание коллективизма.
- помещения.

Планируемые результаты освоения программы

Метопредметные результаты освоения программы обучения

К концу 1-го года обучения дети будут

знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной" одежды;

уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной" гимнастики;

Личностные результаты освоения программы обучения

Результаты развития обучающихся:

- укрепление и развитие мышечного аппарата;
- чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку, выразительность движений;

- музыкально-ритмические навыки;
- координация движений, пластичность;
- умение ориентироваться в пространстве (в хореографическом зале);
- развитие выворотности ног;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок.

Образовательные результаты освоения программы обучения

- обучить детей танцевальным движениям.
- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение.
- формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- формировать умение ориентироваться в пространстве.
- формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Учебный (тематический) план

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Первичная диагностика - собеседование
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	11	1	10	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика.	12	2	10	Педагогическое наблюдение, Промежуточная аттестация
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	7	1	6	Педагогическое наблюдение
5.	Итоговое занятие	2	1	1	Итоговая аттестация
Всего:		34	6	28	

Содержание учебного плана.

Тема 1. Вводное занятие -2 час.

Теория: Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

Практика: Первичная диагностика. Беседа.

Раздел 2. Азбука музыкального движения-11 часов.

Теория: Танцевальная азбука. Знакомство детей" с танцевальной" азбукой". Элементы танцевальных движений. Знакомство детей" с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка,

темп, такт.

Практика:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной" азбуки. Ознакомление детей" с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной" ногой" в пол, поочередные удары правой" и левой" ногой;
- топающий" шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Ознакомление детей" с танцевальными рисунками и ориентацией" в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

3. Тема 3. Партерная гимнастика – 12 часов.

Теория: Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной" гимнастики. Правила выполнения движений.

Практика: Ознакомление с элементами партерной" гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног,

4. Танцевальные этюды, игры, танцы - 7 часов.

Теория: Методика исполнения основных движений.

Практика:

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- ознакомление детей" с играми;
- применение игр на занятиях.
- **Тема 5. Итоговое занятие (2 час.)**
- *Теория:* Вопросы и задания по разделам программы.
- *Практика:* Опрос по пройденному материалу. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

Календарно - тематический план на 2022-2023 год

№ п/п	Месяц	Числ	Время проведения	Форма занятия	Кол-в часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	4.09	45 мин	групповая	1 час	Вводное занятие. Первичная диагностика. Знакомство с задачами первого года обучения. Инструктаж по ТБ.	Хореографический класс	первичная диагностика
	Сентябрь	11.09	45 мин	групповая	1 час	Вводное занятие. Первичная	Хореографический класс	первичная

						диагностика. Знакомство с задачами первого года обучения Инструктаж по ТБ.		диагностика
2	Сентябрь	18.09	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная азбука Знакомство детей с танцевальной" азбукой Танцевальная разминка.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
3	Сентябрь	25.09	45 мин	групповая	1 час	Элементы танцевальных движений.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
4	Сентябрь	2.09	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка.. Элементы танцевальных движений.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
5	Октябрь	9.10	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка.. Элементы танцевальных движений.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
6	Октябрь	16.10	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка.. Элементы танцевальных движений.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
7	Октябрь	23.10	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка.. Элементы танцевальных движений.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
8	Ноябрь	6.11	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка.. Элементы танцевальных движений.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
9	Ноябрь	13.11	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка.. Элементы танцевальных движений.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
10	Ноябрь	20.11	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка.. Элементы танцевальных движений.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
11	Ноябрь	27.11	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка.. Элементы танцевальных	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

						движений.		
12	Ноябрь	4.12	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка.. Элементы танцевальных движений.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
13	Декабрь	11.12	45 мин	групповая	1 час	Партерная гимнастика Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
14	Декабрь	18.12	45 мин	групповая	1 час	Знакомство с элементами партерной" гимнастики: Танцевальная разминка: постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
15	Декабрь	25.12	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
16	Декабрь	8.01	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и выполнение хореографических этюдов.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
17	Январь	15.01	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Основные понятия: музыка, темп, такт.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
18	Январь	22.01	45 мин	групповая	1 час	Знакомство детей танцевальных движений: ходьба: простой шаг в	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

						разном темпе и характере. Танцевальная разминка. гимнастика.		
19	Январь	29.01	45 мин	групповая	1 час	Знакомство детей танцевальных движений: бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Танцевальная разминка. гимнастика.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
20	Февраль	5.02	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиции рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца - шаг галоп. Построение в круг и линиям	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
21	Февраль	12.02	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиции рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца - подскоки. Построение в круг и линиям.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
22	Февраль	19.02	45 мин	групповая	1 час	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
23	Март	26.03	45 мин	групповая	1 час	Слушание музыки, скачок и придумывание музыкальных образов танцевальных этюдов	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
24	Март	4.03	45 мин	групповая	1	Слушание	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

					час	Музыка, танцевальные этюды, придумывание музыкальных образов танцевальных этюдов	класс	Педагогическое наблюдение
25	Март	11.03	45 мин	групповая	1 час	Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
26	Апрель	18.04	45 мин	групповая	1 час	Выполнение изученных упражнения партерной гимнастики на растяжку и гибкость.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
27	Апрель	1.04	45 мин	групповая	1 час	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
28	Апрель	8.04	45 мин	групповая	1 час	Выполнение изученных упражнения партерной гимнастики на растяжку и гибкость.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
29	Апрель	15.04	45 мин	групповая	1 час	Выполнение изученных упражнения партерной гимнастики на растяжку и гибкость.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
30	Май	22.05	45 мин	групповая	1 час	Выполнение изученных упражнения партерной гимнастики на растяжку и гибкость.	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
31	Май	6.05	45 мин	групповая	1	Выполнение	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

					час	изученных упражнение партерной" гимнастики на растяжку и гибкость.	класс	ическое наблюде ние
32	Май	13.05	45 мин	групповая	1 час	Выполнение изученных упражнение партерной" гимнастики на растяжку и гибкость.	Хореографический класс	Педагог ическое наблюде ние
33	Май	20.05	45 мин	групповая	1 час	Подготовка к отчетному концерту.	Хореографический класс	Педагог ическое наблюде ние
34	Май	24.05	45 мин	групповая	1 час	Подготовка к отчетному концерту.	Хореографический класс	Педагог ическое наблюде ние