

«УТВЕРЖДАЮ»



Директор ГКУ «Центр содействия
семейному воспитанию»

Мамонова Л.А.

Программа
танцевального кружка
«Ритмика»



Руководитель
танцевального
кружка:
Ткаченко Г.А.

Севастополь 2016 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Программа «Ритмика» предназначена для преподавания основ хореографического искусства в режиме внеурочных занятий.

Программа является основой занятий кружка. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, руководитель кружка, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Цель обучения:

Образовательная: приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до балетного спектакля.

Развивающая: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная: профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

Задачи:

- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувствами

настроением музыки. Зная общее, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;

- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития воспитанников, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей воспитанников в области истории, географии, литературы, фольклора;

- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

- обеспечить эмоциональную разгрузку воспитанников, воспитать культуру эмоций;

- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами классического, народного и балетного танцев, воспитать культуру движения;

- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балетных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу ритмики включены упражнения и движения классического, народного и балетного танцев, обеспечивающие формирование осанки воспитанников, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Кружок ставит перед собой задания дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности; способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка; привитие интереса к занятиям, любовь к танцам; гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания; дать представление о танцевальном образе; развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений; воспитание культуры поведения и общения; развитие творческих способностей; воспитание умений работать в коллективе; развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение; организация здорового и содержательного досуга.

Организация образовательного процесса.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают *чередование различных видов деятельности*: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Программой предусмотрены занятия *теоретическими* дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на воспитанников.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

Раздел, тема	Количество часов		
	теоретических	практических	всего
Введение	2	-	2
Раздел I. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	33	74	107
1.1. Элементы музыкальной грамоты.	6	6	12
1.2. Музыкально-ритмические упражнения, гимнастика.	12	22	34
1.3. Построения и перестроения.	4	10	14
1.4. Слушание музыки.	10	20	30
1.5. Гимнастика.	1	16	17
Раздел II. Танцевальная азбука.	12	70	82
2.1. Элементы классического танца.	5	30	35
2.2. Элементы народно-сценического танца.	7	40	47
Раздел III. Танец.	18	208	226
3.1. Детские бальные и народные танцы.	4	40	44
3.2. Образные танцы (игровые).	4	40	44
3.3. Постановки танцевальных композиций.	10	128	138
Раздел IV. Беседы по хореографическому искусству.	4	-	4
4.1. Танцы народов мира.	4	-	4
Раздел V. Творческая деятельность.	12	9	21
5.1. Игровые этюды.	7	-	7
5.2. Музыкально-танцевальные игры.	5	9	14
Всего:	81	361	442

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Материал программы включает следующие разделы:

Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты»

Элементы музыкальной грамоты.

Музыкально-ритмические упражнения, гимнастика.

Построения и перестроения.

Слушание музыки.

Гимнастика.

Раздел «Танцевальная азбука»

Элементы Классического танца.

Элементы Народно — сценического танца.

Раздел «Танец»

Детские бальные и народные танцы.

Образные танцы (игровые).

Постановка танцевальной композиции.

Раздел «Беседы по хореографическому искусству»

Танцы народов мира.

Раздел «Творческая деятельность».

Игровые этюды.

Музыкально — танцевальные игры.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш- песня-танец;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятие о детальных оттенках музыки, о звуковысотности;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;
- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

2. Танцевальная азбука:

- знать позиции ног и рук классического танца, народно - сценического танца;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;

- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;

- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы якутского танца в простой комбинации;

- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;

- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;

- знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;

- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;

- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дробь простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопашкой, на полном приседе и с прыжком.

3. Танец: (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно)

В конце 1 года обучения дети должны уметь исполнить: веселую польку на подскоках, вальс в три па, свой национальный танец, танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях.

В конце 2 года обучения дети должны уметь исполнять: фигурную польку, вальс — променад, русские танцы с использованием элементов хоровода и перепляса.

В конце 3-го года обучения дети должны уметь исполнять: историко-бытовой танец — полонез, фигурный вальс; русские танцы: хороводные и кадрили. Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

4. Творческая деятельность:

- раскрытие творческих способностей;

- развитие организованности и самостоятельности;

- иметь представления о народных танцах.

ЛИТЕРАТУРА

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис Пресс, 1999.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. -М.: ТЦ Сфера, 2009.
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца. - СПб., 2000.
4. Васильева Т. К. Секрет танца. - СПб.: Диамант, 1997.
5. Воронина И. Историко-бытовой танец. - М.: Искусство, 1980.
6. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. - М.: ВАКО, 2007.
7. Игровые и рифмованные формы физических упражнений. Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. -Волгоград: Учитель, 2008.
8. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981.
9. Ковалько В.И. Школа физкультминуток: 1-4 классы. - М.: ВАКО, 2009.
- 10.Петрусинский В.В. Обучение, тренинг, досуг. - М.: Новая школа, 1998.
- 11.Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание. - М.: Просвещение, 1989.
- 12.Шершнев В.Г. От ритмики к танцу.- М., 2008.