

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА П. ГОРНЫЙ  
КРАСНОПАРТИЗАНСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»

Принято на заседании  
педагогического совета  
от «23» 08 2023г  
протокол № 1



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«РИТМ»  
художественной направленности

Срок реализации: 9 месяцев

Возраст обучающихся: 10-14 лет  
Автор-составитель: педагог дополнительного образования  
А.Н. Музырева

2023-2024уч. год

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

### **Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной образовательной общеразвивающей программы**

#### **1.1 Пояснительная записка**

#### **1.2 Цели и задачи**

#### **1.3 Планируемые результаты**

#### **1.4 Содержание программы**

##### **Учебный план**

##### **Содержание учебного плана**

#### **1.5 Формы аттестации и их периодичность.**

### **Раздел №2 «Комплекс организационно - педагогических условий»**

#### **2.1 Методическое обеспечение**

#### **2.2 Условия реализации программы**

#### **2.3 Примерный календарный учебный график**

#### **2.4 Оценочные материалы**

#### **2.5 Список используемой литературы**

## **Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

### **1.1 Пояснительная записка**

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место.

Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка.

Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем. Обучение подростков танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи.

Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела».

Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Игровые особенности танца также

характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у подростков способностей.

Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у подростков творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца — музыки, движения и игры.

В программу включены следующие разделы: ритмика, элементы классического танца, элементы русского народного танца, элементы постановочно-репетиционная работа.

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. Программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

Для занятий используются: компьютер, экран, проектор, также тренировочный материал: обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты. В течение года дети участвуют в школьных мероприятиях, конкурсах, праздничных концертах.

### **Актуальность.**

Актуальность программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Это объективная заинтересованность выражена в обращенных к системе образования интересах и ожиданиях в отношении современных танцев. Танец развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, формирует технические навыки и способы правильной осанки, сердечнососудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела.

Личностно-ориентированный подход к образованию с использованием здоровьесберегающих технологий способствует сохранению и укреплению физического и социального здоровья учащихся.

**Педагогическая целесообразность программы** объясняется тем, что занятия позволяют решить проблему занятости детей в свободное время, пробуждение интереса к танцам. Педагогическая целесообразность программы заключается в возможности реализации интересов потребностей в саморазвитии, самореализации через танцы.

### **Адресат программы**

Данная Программа рассчитана на детей с разным уровнем подготовки в возрасте от 12 до 17 лет, проявляющих интерес к танцам. Занятия проводятся в группах детей, смешанных по возрасту и полу. Объединение комплектуется на основании заявлений законных представителей учащихся (сами учащиеся

с 14 лет). Группы формируются из школьников разного возраста на добровольной внеконкурсной основе.

#### **Нормативно-правовая база.**

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-Ф;

2. Концепция развития дополнительного образования для детей до 2030г. (утверждена распоряжением правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

3. Конвенция о правах ребенка;

4. Национальная доктрина образования в РФ на период до 2025г.;

5. Распоряжение правительства РФ от 24.04.2015г №729-р «О плане мероприятий на 2015-2020 г по реализации Концепции развития дополнительного образования детей»

6. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.09. 2020г №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

1. Программа разработана для учащихся 3-8 классов (среднего и старшего звеньев) и рассчитана на 72 часа в год, 2 часа в неделю.

2. число обучающихся в группе – 12-15 человек.

3. Ожидаемые результаты освоения программы соответствует обозначенной программой цели и задачам ее реализации.

#### **Ожидаемые результаты обучения и воспитания**

Освоение обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы оценивается по трем базовым уровнями представлено соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

### **1.2. Цели и задачи:**

**Цель программы:** Развить творческие способности подростков через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

#### **Задачи программы:**

##### *1. Образовательные :*

Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память;

Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.

Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.

Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях школы.

### *2. Воспитательные:*

Привить любовь к танцевальному искусству.

Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.)

Воспитать социально адекватную личность, способную к активному творческому сотрудничеству.

### *3. Развивающие:*

Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода

Развивать воображение, фантазию и память в танце.

Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.

Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры

#### **Ожидаемые результаты обучения и воспитания**

Освоение обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы оценивается по трем базовым уровням представлено соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

## **1.3. Планируемые результаты**

### **Личностные**

-ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

- развитие двигательной активности;

- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;

- осознавать роль танца в жизни;

-развитие танцевальных навыков.

### **Метапредметные**

использование речи для регуляции своего действия;

- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;

- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.
- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя
- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.
  
- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

### **Предметные результаты:**

По окончании обучения учащиеся должны уметь:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

### **1.4 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Тематическое планирование дополнительного образования «Ритм»

#### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№ п. п	Тема, раздел	Количество уроков		
		Общее	Теория	Практика
1	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков	15	4	11

2	Современный танец	12	4	8
3	Составляющие характера танца	10	1	9
4	Движения в соответствии с характером музыки	10	1	9
5	Понятие пространственных перестроений	10	1	9
6	Чтобы танец был красивым	15		15
	ИТОГО:	72	11	61

### **Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков (15 часов)**

Проведение инструктажа по технике безопасности.

Постановка задач на новый учебный год.

Знакомство с основными элементами различных танцев

Пантомима

Импровизация

Ритмические комбинации

Постановка корпуса, поклон

Отработка движений.

Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.

Разминка. Упражнение классического дренажа.

Подготовка ко Дню учителя.

Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.

Подготовка ко Дню учителя. Прогон танца

Генеральная репетиция ко Дню учителя.

### **Современный танец (12 часов)**

Знакомство с танцем «Первая любовь» ко Дню матери

Изучение основных элементов вальса

Отработка основных движений.

Работа под счет

Акробатика в современном танце

Отработка связок.

Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

Отработка всего танца

Генеральная репетиция ко Дню матери

### **Составляющие характера танца (10 часов)**

Танцевальная импровизация.

Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.

Ритмика. Портретная гимнастика.

Разучивание движений к новому танцу

Ритмика. Разучивание движений к новому танцу

Подготовка к новогодним мероприятиям.

Соединение движений к новому танцу воедино.

Ритмика. Репетиция нового танца

Прогон всех танцев

Генеральная репетиция к новогодним мероприятиям.

### **Движения в соответствии с характером музыки (10 часов)**

Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.

Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки

Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу».

Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.

Портретная гимнастика. Повторение танцев.

Синхронность движений.

Отработка четкости и ритмичности движений.

### **Понятие пространственных перестроений (10 часов)**

Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат.

Ритмика. Подготовка ко Дню защитников Отечества.

Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре).

Разучивание движений к танцу. Подготовка ко Дню защитников Отечества.

Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава.

Разучивание движений к танцу.

Работа под счет

Соединение выученных движений воедино.

Отработка выученных движений.

Генеральная репетиция ко Дню защитника Отечества.

### **Чтобы танец был красивым (15часов)**

Подготовка танца к празднику 8 Марта. Отработка элементов

Отработка элементов. Отработка движений, связок

Отработка всего танца.

Подготовка танца к празднику 9 Мая

Работа под счет

Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений.

Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами».

Отработка элементов танца

Отработка движений, связок

Разучивание танца к последнему звонку

Отработка движений в паре

Подготовка выпускного флэшмоба к последнему звонку.

Отработка выученных движений.

Подготовка выпускного вальса

Подготовка выпускных танцев

Повторение разученных танцев

Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми.

## **1.5 Формы аттестации и их периодичность.**

**Входящий контроль** осуществляется при комплектовании группы в начале учебного года. Цель – определить исходный уровень знаний учащихся, определить формы и методы работы с учащимися.

Форма контроля: тестирование.

**Текущий контроль** осуществляется после изучения отдельных тем, раздела программы. Контроль знаний осуществляется с помощью заданий педагога; взаимоконтроля, самоконтроля. Они активизируют, стимулируют работу учащихся, позволяют более полно проявлять полученные знания, умения, навыки.

**Промежуточный контроль** осуществляется в конце 1 полугодия учебного года. Форма контроля: тест, решение практических задач.

**Итоговый контроль** осуществляется в конце учебного года. Форма контроля: защита творческого проекта.

## **Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

### **2.1 Методическое обеспечение**

Методика преподавания курса предусматривает:

- проведение по каждой новой теме практических занятий;
- выполнение обучающимися самостоятельного практического задания на каждом занятии;
- уровень задания определяется педагогом для каждого ребенка индивидуально, с учетом его возможностей, интересов и склонностей;
- для промежуточного и итогового контроля используются текстовые и практические задания.

Прохождение курса сопровождается созданием обучающимися проектов по предлагаемым темам. Подобная организация обучения способствует решению задачи развития познавательной активности и творческих способностей обучающихся

Специально оборудованный кабинет, удовлетворяющий санитарно-гигиеническим требованиям. Помещение для занятий должно иметь хорошее качественное освещение. Столы и стулья должны быть удобными, соответствовать возрастным особенностям обучающихся.

### **2.2. Условия реализации программы.**

Для эффективной реализации программы имеются:

1. Технический класс «Точка Роста»;
2. 10 рабочих мест, компьютеры с выходом в интернет, принтер, интерактивная доска, проектор.

1. Справочно-информационная литература;
3. методическая литература;
  - сценарии из журналов, газет и Интернет;
  - специальная литература;
4. Аудиосредства: электронные аудиозаписи и медиа – продукты;

### 2.3 Календарный учебный график.

Дата	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1 полугодие	Согласно учебному расписанию	Групповые, индивидуальные		МОУ «СОШ п. Горный»	Наблюдение, анализ, входная и текущая диагностика
2 полугодие	Согласно учебному расписанию	Групповые, индивидуальные		МОУ «СОШ п. Горный»	Наблюдение, анализ, входная и текущая диагностика
Итого 72 часов					

### 2.4 Оценочные материалы

Входящий контроль осуществляется при комплектовании группы в начале учебного года. Цель – определить исходный уровень знаний обучающихся, определить формы и методы работы с ними. Форма контроля – тестирование.

Текущий контроль осуществляется после изучения отдельных тем. В практической деятельности результативность оценивается качеством выполнения практических работ. Умению работать с различными источниками информации. Контроль знаний осуществляется с помощью разно уровневых заданий педагога .

Промежуточный контроль осуществляется в конце декабря. Форма

контроля – тест. Итоговый контроль осуществляется в конце мая.  
Форма контроля - защита проекта.

### **Список оборудования и инструментов.**

- рабочее место обучающего: ноутбук
- рабочее место преподавателя: ноутбук
- программное обеспечение: веб-браузер, пакет офисного ПО, текстовый редактор.

### **2.5 Список литературы и методичного материала.**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000
2. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс»

### **Список литературы для учащихся:**

1. И. Каплунова , И. Новосельцева «Этот удивительный ритм»
2. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина « Фитнес-данс»