



## **ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА**

Тип программы: адаптированная

Образовательная область: искусство

Направленность деятельности: художественно-эстетическая

Способ освоения содержания образования: репродуктивный, творческий

Уровень освоения содержания образования: общекультурный, углублённый

Уровень реализации программы: начальная школа,

Форма реализации программы: групповая

Продолжительность реализации программы: 1 год;

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения ритмика занимает особое место. Занятия ритмикой не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Между тем, ритмика обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Социальный заказ общества на развитие гармоничной личности можно вычленив из документов: «Закон об образовании», «Концепция содержания общего и среднего образования и образовательных стандартов», «Европейская конвенция о правах ребёнка», «Проект национальной доктрины образования».

Актуальной задачей сегодняшнего дня является организация свободного времени детей, создание благоприятных условий для развития личности ребёнка. Создавая такие программы, МДОУ выполняет социальный заказ родителей и общества.

Программа основана на преемственности, индивидуальном и дифференцированном подходе к ребёнку. Преемственность как метод обучения позволяет индивидуально подходить к детям, реализовывать их способности и желания.

Целостность образовательного процесса обеспечивается подчинённостью всех целей одной общей и достигается через содержание программы. Программа создаёт условия и образовательную среду для раскрытия природных задатков воспитанников, тем самым помогает приобщению детей к ценностям культуры.

Данная программа рассчитана на обучение ритмике мальчиков и девочек младшего школьного возраста. Отбора детей по музыкальным и ритмическим способностям не проводится.

В основе работы лежит индивидуальный подход к воспитанникам, учитываются различные параметры: характер, физическое, эмоциональное состояние, настроение ребёнка, его желания.

Качества характера, приобретаемые в процессе занятий – целеустремлённость, настойчивость, внимательность, трудолюбие – оказывают неоценимую помощь в изучении общеобразовательных дисциплин, в повседневной жизни.

### **Цель:**

Развитие творческого потенциала, эстетической и нравственной воспитанности детей через приобщение их к танцевальному искусству в процессе обучения хореографии.

### **Задачи:**

#### *Обучающие*

- привить учащимся умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- преподавать азбуку классического танца;
- освоить элементы народного и современного танцевального искусства;
- совершенствовать выразительность исполнения исторического танца;
- развивать силу, выносливость, координацию движений;

#### *Развивающие*

- укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- ознакомить с историческими культурными явлениями (этикет, история хореографии, искусств, костюма)

#### *Воспитательные*

- сформировать интерес к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;
- повысить культуру межличностных отношений.

### **Программа включает в себя:**

1. Игровой стретчинг - комплекс упражнений, предназначенный для эластичности мышц, гибкости и подвижности суставов.

2. Ритмика. На занятиях ритмикой дети знакомятся с составляющими музыки, определяют ее характер, учатся координировать движения, изучают основные позиции в хореографии.

3. Танцы. Занятия танцами помогают выработать грацию и красоту движений, способствуют выражению различных эмоциональных состояний, благодаря чему дети становятся более общительными и раскрепощенными.

### **ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

**Принцип гуманизации и демократизации** предлагает:

- исключение авторитарных форм воздействия на ребёнка и критики;
- творческий союз и соавторство педагога и ребёнка, при котором учитываются индивидуальные вкусы и интересы детей;
- создание установки: «Я всё сумею, всё смогу!», творческую заинтересованность и активность детей.

**Принцип личностно-ориентированного подхода** предлагает индивидуальный подход к каждому ребёнку. Роль педагога – не «переделать», не навредить ребёнку, а способствовать развитию неповторимости и индивидуальности.

**Принцип субъективности** предлагает восприятие ребёнка, как субъекта. Роль педагога заключается в оказании помощи в осознании ребёнком своего «Я», нахождении контакта с окружающим миром и людьми.

**Принцип вариативности** предполагает создание условий для самостоятельного, свободного выбора ребёнком способов самореализации и формы участия в деятельности коллектива.

**Принцип систематичности и последовательности** заключён в подаче материала от «простого к сложному», в углублении проблемы.

**Принцип природосообразности** предлагает учитывать возрастные и психологические особенности детей.

### **ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ПРОГРАММЕ**

**Игровые технологии.**

Психологические механизмы игровой деятельности опираются на фундаментальные потребности в самовыражении, самоопределении, саморегуляции и самореализации. Игра активизирует деятельность

учащихся, способствует улучшению позиции ребёнка в коллективе и созданию доверительных отношений между детьми. Через игру педагог постепенно увлекает ребёнка в мир искусства и, тем самым, формирует его мотивацию. Развивающие игры способствуют развитию внимания, памяти, мышления, умению сравнивать, сопоставлять, находить аналогии; будят воображение и фантазию. В игре ребёнок учится самостоятельности, приобщается к нормам и ценностям общества.

#### **Личностно-ориентированные технологии.**

Одной из важных идей в этих технологиях является формирование положительной «Я-концепции». Для этого необходимо:

- видеть в ребенке уникальную личность, уважать её, понимать, принимать, верить в неё;
- создавать личности «ситуацию успеха», атмосферу одобрения, поддержки и доброжелательности;
- предоставлять возможность и помощь детям в самореализации, в положительной деятельности.

Таким образом, в результате использования данных технологий создаётся атмосфера обучения и воспитания, в которой ребёнок может познать себя, самовыразиться и самореализоваться.

**Педагогика сотрудничества** детей и педагога предлагает совместную развивающую деятельность, скреплённую взаимопониманием, проникновением в мир друг друга, совместным анализом хода и результатов деятельности. Традиционное обучение основано на субъект-объектных отношениях педагога и учащегося. В концепции педагогики сотрудничества это положение заменяется представлением о ребенке, как о субъекте творческой деятельности. Поэтому два субъекта одного процесса должны действовать вместе, быть сотоварищами, партнёрами, составлять союз старшего с менее опытным. При этом ни один из них не должен стоять над другим.

**Диалог культур** как двусторонняя информационно-смысловая связь является важнейшей составляющей образовательного процесса. В диалоге культур можно выделить:

- внутриличностный диалог (противоречие сознания и эмоций);
- диалог, как речевое общение людей (педагога и ребёнка);
- диалог эпох - прошлого и настоящего в искусстве, диалог с культурой стран мира.

### **МЕТОДОЛОГИЯ**

Программа базируется на теоретических работах Амонашвили Ш., Селевко Г. К., Зеньковского В. В., Боевой И. А., Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина

## ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Программа рассчитана на работу с детьми 6-7 лет. Программа базируется на научных данных возрастной психологии и физиологии воспитанников. Учебный материал рассчитан по годам обучения.

Продолжительность занятия – 40 минут.

Количество занятий в неделю – 2 раза.

Учебная нагрузка в год 72 часа

### **Основные принципы обучения.**

1. Принцип гуманности.
2. Принцип наглядности.
3. Принцип активности.
4. Принцип индивидуального подхода.
5. Принцип креативности.
6. Принцип сознательности.
7. Принцип игровой деятельности.

### **Структура занятия.**

1. Организационный момент.
2. Целеполагание и мотивация.
3. Рефлексия.

## ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

Если цели и задачи обучения как бы задают общее направление деятельности, то методы призваны обеспечивать достижение поставленных целей и решение намеченных задач.

Методы обучения – это способы совместной деятельности педагога и воспитанников, при помощи которых наилучшим образом усваивается учащимися музыкально-ритмический материал, прививаются навыки, формируется и развивается эстетический вкус и музыкально-двигательные способности.

**Метод танцевального показа** – это такой способ обучения, при котором педагог демонстрирует танцевальную композицию или элементы и анализирует их.

**Метод устного изложения учебного материала** – с его помощью педагог сообщает детям знания об истории и современном состоянии хореографии. ритмики. Рассказывает об отдельных танцах и танцевальной музыке. Показывая и разъясняя, те или иные танцевальные композиции

педагог помогает ребенку понять характер ритмической, танцевальной лексики и особенности танцевальной музыки.

### **Методы танцевально-практических действий.**

#### **Методы познавательной деятельности детей:**

- иллюстративно-объяснительный метод
- репродуктивный метод.

При **иллюстративно-объяснительном методе** дети приобретают знания в «готовом виде», то есть получают знания, которые им излагает педагог. Дети наблюдают и воспринимают учебный материал, не напрягая своих интеллектуальных и физических сил.

При **репродуктивном методе** дети сами воспроизводят известный им по прошлому опыту материал.

Этот метод позволяет педагогу в процессе обучения осуществить контроль за тем, как дети усваивают знания, овладевают танцевальными умениями и навыками.

Рассмотренные методы наглядного обучения и устного изложения материала сочетаются с методом ритмично-практических действий.

**Педагогические игры** – метод с использованием игровых приёмов и ситуаций.

**Коллективно-творческое дело** – метод применяется на такой стадии развития детского коллектива, когда воспитанники овладели определёнными навыками самостоятельной, практической и творческой деятельности.

## **МЕТОДЫ ВОСПИТАНИЯ**

Методы воспитания - это воздействие педагога на школьника с целью формирования у них взглядов и убеждений, а также умений и навыков, как в общении, так и в деятельности.

Один из методов воспитания:

**Метод внушения**, то есть способ воздействия, при котором педагог стремится передать ребенку своё отношение к определённому материалу – танцевальной лексике, музыке, характеру исполнения движения, чувству ритма и т. п., а также своё (или других) мнение, настроение, оценку.

**Метод убеждения** – это способ воздействия, с помощью которого педагог обоснованно доказывает ребенку определённые положения, эстетические представления и оценки. Метод убеждения адресуется к разуму школьника.

### **КОНТРОЛЬ**

Виды контроля:

- фронтальный

- взаимоконтроль
- самоконтроль
- индивидуальный

Формы контроля:

- собеседование с детьми и родителями - постоянно
- открытые занятия
- участие в праздниках по группам
- участие в массовых мероприятиях структуры
- участие в концертной деятельности
- участие в городском фестивале творческих коллективов

### **ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

По составу участников:

- фронтальные
- групповые
- индивидуальные

По способу организации учебно-воспитательной деятельности:

- учебное занятие
- репетиционная деятельность
- концертная деятельность
- работа с родителями
- досуговые

### **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате реализации данной образовательной программы дети должны знать

- взаимосвязь движения, ритма и музыки;
- название основных музыкально-ритмических движений и их элементов;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила сценического поведения.

Воспитанник должен уметь:

- понимать и различать музыкальные размеры и ритмы;
- определять и использовать основные рисунки, направления в движении;
- исполнять этюды, танцевальные композиции и танцы;
- исполнять упражнения партерного экзерсиса;
- красиво и правильно исполнять двигательные элементы;
- быстро и чётко реагировать на замечания педагога;
- координировать движения.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1. Танцевальная азбука.

Раздел состоит из позиций, поз, движений классического танца, танцевальных шагов и тренировочных упражнений.

Требования, предъявляемые к детям:

- правильная осанка;
- точность направлений;
- понятие о выворотности;
- знание правил использования каждого отдельного движения.

Постановка корпуса.

Осанка. Понятие о правильной осанке. Развивающие упражнения на ощущение правильной осанки. Совершенствование осанки.

Позиции ног: 1,2,3,4. Ритмические композиции

Позиции рук: подготовительная, 1,2,3, за платье, ладонями на пояс.

- композиционный рисунок: круг, линия, колонна (по одному, в паре, с построениями);

### 2. Тренировочные упражнения.

Упражнения на все группы мышц:

- упражнения для головы (повороты, наклоны, вращения)
- упражнения для плечевого пояса (поочерёдное поднятие и опускание плеч, то же – двумя плечами вместе, вращательные движения)
- упражнения на гибкость (наклоны, перегибы, скручивания корпуса)
- упражнения для ног (марш, подготовка к подскокам, подъём на полупальцы, прыжки)
- Развитие у ребёнка умения и навыков владения своим телом

### 3. Ритмика.

Раздел состоит :

- из ритмических упражнений
- упражнений на ориентацию в пространстве.

Упражнения должны способствовать :

- развитию музыкальности
- чувства ритма
- эмоциональной отзывчивости на музыку.
- элементы музыкальной грамоты: характер музыки (весёлая, грустная);
- темп (медленный, быстрый);
- строение музыкального произведения (вступление, части);
- акцент;
- ритмические упражнения с музыкальным заданием:
- начало и окончание движения вместе с музыкой
- динамические оттенки и темпы (громко, тихо, быстро, медленно, умеренно);
- определение характера танцевальной музыки словами и передача характера движениями;
- 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
- танцевальные элементы: приставной шаг, ковырялочка, переменный ход, подскок, па галопа, па польки.

#### **4. Танцы:**

- Кантри
- Школьная полька
- Полонез
- Кадриль
- Весёлая полька
- Утятя
- Гопак
- Татрамат
- Вару-вару
- Прогулка слонёнка

- Переходный вальс

## **5. Игры-танцы:**

- Плетень
- Птицы и клетка
- Весёлая зарядка
- Мышеловка
- Затейник
- Сова

Описание игр и танцев находится в методическом пособии «Современный бальный танец» // М., Мин. культуры РСФСР, МГИК.

## **Художественно-эстетического развитие**

### **1-й год обучения**

#### **1. Танцевальная азбука:**

- постановка корпуса;
- позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3, на талии;
- позиции ног: 1, 2, 3, 6;
- понятия: линия, колонная, круг, диагональ;
- ориентация в пространстве: по линии танца, против линии танца, в круг, из круга и т. д.

#### **2. Тренировочные упражнения:**

- постановка корпуса;
- движения для головы (повороты, наклоны, смещения, круговые движения);
- движения плеч (вверх, вниз, вперёд-назад, круговые – вперёд-назад);
- движения рук (сжатие и разжимание кулака, движение кисти вперёд-назад по кругу, вниз-вверх, сгибание в запястье, сгибание руки в локте, натяжение и расслабление рук – «деревянные» и «тряпичные» руки и т. д.);
- движения корпуса: наклоны вперёд-назад, в стороны, круговые движения;
- равновесие на одной ноге: «журавлик»;
- подготовка к прыжкам: «пружинка», полуприседание и подъём на полупальцы;
- различные шаги: бытовой, танцевальный (с носка), на полупальцах, лёгкий бег, подскоки, боковой галоп;
- прыжки по 6-й позиции: «мячик», «маятник», с поворотом, сочетание прыжков, с поджатыми ногами;

Партерная гимнастика:

- упражнения для стоп (натяжение и сокращение стоп одновременное и попеременное, круговое движение);
- наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, стопы вывернуты, стопы сокращены, ноги в положении «лотос», колени на полу);
- упражнения из положения «лёжа на спине» (броски поочерёдно и вместе двумя ногами, «разножка», «велосипед», «плуг»);
- упражнения в положении «лёжа на животе» (поднимание ног вместе и поочерёдно, поднимание плеч, «лодочка», «пловец», «коробочка», «фонарик»);
- упражнения для стопы (стопа должна быть гибкой, пластичной);
- танцевальный шаг – с носка, по линии танца, вперёд, назад, перекал с пятки на носок, на внешнее и внутреннее ребро стопы);
- бег «лошадки» - высоко поднимая колени, «ножницы» - с выбросом ног вперёд, с захлёстыванием голени;
- шаг на полупальцах, в полуприсяде, на внешнем и внутреннем ребре стопы, переменный;
- положение рук в паре, в различных танцах, освоение основных шагов танцев программы, вариаций, фигур.

### **3. Ритмика:**

- понятие о музыкальных жанрах (марш, песня, танец);
- понятие о темпе (медленный, умеренный, быстрый);
- понятие о характере музыки (плавная, отрывистая, грустная-весёлая, громкая-тихая и т. д.);
- акцент, сильная, слабая доли, музыкальный размер – 2/4, 3/4, 4\4;
- понятие о такте, длительности;
- строение музыкального произведения (вступление, фразы, части);

Освоение теоретического и практического материала происходит в игровой форме.

### **4. Танцы:**

- Прогулка слонёнка
- Па-де-грас
- Школьная полька
- Полька «Приглашение»
- Татрамат

- Медленный вальс
- Венский вальс
- Ча-ча-ча
- Джайв

#### **5. Игры-танцы:**

- Плетень
- Птицы и клетка
- Весёлая зарядка

### **ОБОРУДОВАНИЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

- хореографический класс с зеркальным оформлением стен;
- фортепиано;
- музыкальный центр;
- фонотека;
- взрослые и детские костюмы для театрализации;
- реквизит: платочки, шляпы, ленточки, мячики, султанчики и др.);
- гимнастический инвентарь.

### **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. А.: Учите детей танцевать. // Владос, 2004.
2. Амонашвили Ш. А.: Школа жизни. // М. Изд. дом Ш. А.Амонашвили, 2000.
3. Белкин А. С.: Основы возрастной педагогики. // Учебное пособие для студентов высших педагогических заведений. М., «Академия», 2000.
4. Селевко Г. К.: Современные образовательные технологии. // Учебное пособие. М., «Народное образование. 1998.
5. Конорова Е. В. :Методическое пособие по ритмике. // М. «Музыка», 1972.
6. Франио Г.: Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. // М., «Советский композитор», 1989.
7. Зеньковский В. В.: Психология детства. // М., «Академия», 1996.

8. Баева И. А.: Психология в понятиях, образах, переживаниях. //М., «Центр гуманитарного образования, 1996.
9. «Разрешите пригласить». Сборник популярных бальных танцев. // Выпуск второй. М., 1977.
10. Соколовский Ю. Е.: Основы педагогики бальной хореографии. // М., 1976.