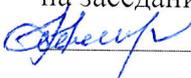
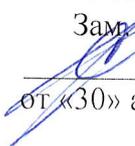


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №18 имени первого министра просвещения
Тувинской Народной Республики Лопсана- Кендена Ооржака Мижит - Доржуевича

«РАССМОТРЕНО»
на заседании ШМО
 /Тюлюш А.А./
протокол № 1
от «27» августа 2024 года.

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УВР
 /Кызыл-оол С.М./
от «30» августа 2024 года.

«УТВЕРЖДЕНО»
Директором МБОУ СОШ №18
 Иргит А.Ю.
Приказ № 598.2 - од
от «30» августа 2024 года.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Ритмика» в 4 классе

составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО
и в соответствии с программой «Школа России»

Нордуп-оол Чайна Александровна
педагог дополнительного образования

Кызыл
2024-2025 уч. год

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка.....1-4 стр.
- 1.2. Цель и задачи..... 5 стр.
- 1.3. Содержание. Учебный план.....6 стр.
- 1.4. Планируемые результаты.....10-11 стр.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график.....12- стр.
 - 2.2. Условия реализации программы.....13 стр.
 - 2.3. Методические материалы.....13-17 стр.
- 3. Список литературы.....18 стр.**

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативная база

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р). Сан-Пин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41). Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008)

Направленность (профиль) программы:

Образовательная программа имеет художественно-эстетическую направленность, а также направлена на вооружение воспитанников знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного и художественного уровня.

Актуальность программы:

Актуальность данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

На уроках ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития

творческого воображения школьников. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Отличительные особенности программы; - педагогическая целесообразность:

Педагогической задачей в отношении детей, занимающихся хореографией, является воспитание у них хорошего эстетического вкуса:

- любви к ритмике, к народному и спортивному танцу;
- развитие любознательности в отношении всего окружающего;
- первичных сведений о хореографическом искусстве;
- обладание языком ритмики и хореографии;
- развитие творческого потенциала личности;
- формирование эстетических движений тела, о законах его построения;
- понятие о красоте.

Учащиеся должны освоить правила и логику движения, позднее приобрести навыки в том или ином движении, они значительно ярче должны проявить и музыкальность, и выразительность, исполнять танцевальные этюды, танцы и уметь красиво двигаться на сцене. Преподнести хореографию во всем ее многообразии, дать возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, педагог тем самым открывает более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

Большое значение при организации работы придается включению родителей в ту атмосферу деловитости и серьезности, создавать которую мы считаем необходимым в занятиях искусства хореографии. Для того чтобы создать у родителей желаемый психологический настрой, вызвать у них нужное отношение и понимание целей занятий.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений, учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Новизна:

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Уровень сложности:

«Базовый уровень» - использование и реализация таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Адресаты программы:

Программа по целям обучения является (Ритмика) художественно-эстетического направления – развивая художественную одаренность в области хореографического искусства;

по характеру деятельности – творческая;

- по уровню освоения – базовая;

- по возрасту (7-10 лет)

- по сроку реализации – 1 год.

Форма обучения:

Форма обучения очная (Федеральный Закон №273, глава 2, статья 17, пункт 2.)

В процессе занятий сочетается коллективная работа и индивидуальная. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастом, психологическими возможностями детей.

Подготовка и участие в концертах и конкурсных выступлениях предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий. Основной

формой работы в кружке является групповое занятие по расписанию.

Используются такие формы работы:

-демонстрация техники исполнения основных движений танца;

-демонстрация вариаций;

-отработка движений;

-постановка танца;

-репетиции;

-знакомство с народным костюмом;

-просмотр видеоматериала и прослушивание аудиокассет;

Срок освоения программы и объем программы:

Программа рассчитана на 1 учебный год. Общее количество учебных часов запланированных на весь период обучения: 34 часа.

Особенности организации образовательного процесса:

-формы реализации программы - при реализации программы используются формы работы:

- занятие,
- репетиция,
- концертное выступление,
- конкурсное выступление.

Для достижения поставленной цели и реализации задач программы используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития учащегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Организационные формы обучения:

В процессе занятий сочетается коллективная работа и индивидуальная. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастом, психологическими возможностями детей.

Подготовка и участие в концертах и конкурсных выступлениях предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий. Основной формой работы является групповое занятие по расписанию. Используются такие формы работы:

- демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- демонстрация вариаций;
- отработка движений;
- постановка танца;

-репетиции;

-знакомство с народным костюмом;

-просмотр видеоматериала и прослушивание аудиокассет;

Режим занятий

0,5 час в неделю;

Возраст участников занятий: (7-10) лет.

1.2. Цель: Формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии. С помощью искусства танца приобщение учащихся к миру прекрасного, развитие их художественного вкуса.

Основные задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Учебно-тематический план

№	Содержание и наименование темы	Общее количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	3
3	Основы классического танца	4
4	Ритмико-гимнастические упражнения	4
5	Основы русского танца	4
6	Игры под музыку	2
7	Танцы народов России мира	4
8	Современный бальный танец	4
9	Основы мастерства учащихся	8
10	Итого:	34

Содержание учебных тем 1-ого года обучения

Цель занятий:

- формирование знаний в области танцевального искусства, развитие исполнительских способностей;
- приобщение детей к искусству танца
- постичь эстетику движения.

Задачи занятий:

- формирование танцевальных знаний, навыков и умений на основе овладения и освоения программного материала.

Раздел 1: Вводное занятие (1 ч):

Тема:

- знакомство;
- правила по технике безопасности;
- правила пожарной безопасности;
- правила поведения на уроке;
- индивидуальная форма для посещения занятий

Раздел 2: Упражнения на ориентировку в пространстве (3 ч)

Содержание раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Раздел 3: Основы классического танца (4 ч)

Тема: Элементарные сведения о классическом танце – азбука танца. Теория

Классический танец – основа любых сценических танцевальных номеров, спектаклей. Постановка корпуса, рук, ног. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Упражнения на середине танцевального зала. Позиции ног 1-2-3

Позиции рук – подготовительная, 1-2-3.

Деми плие – полуприседание, изучается по 1-ой, по 2-ой позиции ног.

Батман тондю – вытягивание ноги в сторону, вперед, назад по позициям ног.

Движения, вырабатывающие натянутость всей ноги, в колене, стопе, пальцах. Развивает силу и эластичность ног.

Деми ронд де жамб пар тер (ан деор, ан дедан) – круговое движение ноги на полу. Развивает подвижность тазобедренного сустава.

Батман релеве лян на 45 градусов. Медленное поднятие ноги (вперед, в сторону, назад). Развивает силу и легкость ног.

Прыжки по 1-ой, по 2-ой позициям ног. Подъём на полупальцы по позициям.

Упражнения для рук пор де бра – из подготовительного положения, руки поднимаются в первую позицию, затем раскрываются во вторую и поднимаются в третью позиции рук (руки возвращаются по последовательности позиций).

Раздел 4: Ритмико-гимнастические упражнения (4 ч)

Ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Раздел 5. Основы русского народного танца (4 ч)

Тема: Русский народный танец

- знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших танцевальных элементов и движений. Развитие координации движений.

Танцевальные движения – определение структуры построения на одном приеме исполнения, которые развиваются за счет восьми элементов:

- шаг;- хлопок;- поскок;- соскок;-перескок;- удар; -притоп;- поворот

и не имеет завершающей точки. Сочетание нескольких движений – есть танцевальная композиция.

Основные позиции и положения ног и рук в русском танце

В русских народных танцах применяются все позиции и положения рук и ног, принятые в народно-сценической хореографии. В программе предлагаются основные положения рук в парных и массовых танцах, которые можно применять в практической работе при создании собственной хореографии в учебном процессе.

Основные положения рук:

- подготовительная позиция рук;

- 1-ая - руки на талии;

- 2-ая – руки подняты на уровне груди, вперед, ладони повернуты слегка вверх;

- 3-я –руки раскрыты в стороны;

- 4-ая- руки скрещены на уровне груди.

Положение рук в парных танцах:

- руки внизу, впереди, сзади, подняты в локтях и согнуты;
- под руки;
- одной рукой за талию;
- рука на плече;
- на плечах друг друга;
- крест-накрест;
- левая рука перед собой, правые руки над головой;
- стоя лицом друг к другу, руки перекрещены, наверху, разведены в стороны и т.д.

Все вышеперечисленные положения рук сохраняются при поворотах и вращениях.

Открывание и закрывание рук:

- открывание и закрывание одной руки в сторону;
- открывание и закрывание обеих рук в сторону;
- открывание и закрывание одной руки;
- поочередное закрывание и открывание рук;
- поклоны и основные движения.

Эта небольшая часть подобрана по принципу постепенности освоения целых групп различных движений: **лирических, дробных, кадрилиных, плясовых:**

- простой поклон на месте;- простой поклон с продвижением;- одинарный поклон;
- тройной притоп;- простой шаг вперед;- шаг плавный, скользящий женский;
- переменный шаг вперед;- быстрый шаг вперед;- быстрый галоп;
- простая «ковырялочка» носок, каблук;- «припадание» по 6-ой позиции вперед с продвижением; - подскоки;- массовые танцы.

Раздел 6. Игры под музыку (2 ч)

Раздел 7. Танцы народов России (4 ч)

Тема: Народный танец

Народный прибалтийский танец «Полька».

По своему характеру танцы народов Прибалтики спокойны или сдержанно оживлены. Им свойственны простота и непосредственность, С начала и до конца танцы исполняются либо плавно, степенно, либо весело без резких смен ритма. Отличительная черта танца – их продуктивность построения, разнообразие и богатство фигур.

В задачу первого года обучения входит:

- знакомство с основными позициями и положениями рук и ног;
- положение головы и корпуса во время исполнения простейших элементов;
- освоение танцевальных элементов в композиции;
- развитие элементарных навыков координации движений.

Рекомендуется прохождение танцевальных элементов в небольших комбинациях.

Движения танца:

- перескок с ноги на ногу с продвижением;
- прыжки по 1-ой, по 2-ой позиции ног и обратно;
- прыжки с перекрещенными ногами;
- прыжки с выбрасыванием ног в сторону
- прыжки с поджатыми ногами на месте и с продвижением;
- простые подскоки «польки» на месте, с продвижением, в повороте, в стороны;
- простые подскоки с хлопками;
- подскоки в парах;
- «галоп» в стороны (вправо, влево).

Раздел 8. Современный бальный танец (4 ч)

Тема: Учебно-тренировочная работа:

- связь элементов тренажа с разучиванием танца.
- пластическое упражнение в характере и темпе музыки;
- танцевальный шаг с носка, с подскоками, на полупальцах, легкий бег, шаг с подскоком.
- «Танец с хлопками» - парный, построен на легком беге и хлопках.
- «Вару-Вару» - построен на боковых шагах в сторону и с поворотом. Отведение ноги вперед на носок, влево, вправо на каблук. Деми плие.
- «Приглашение» - построенный на поклонах, простых шагах в повороте, подскоках, тройном притопе.

Раздел 9. Основы мастерства учащихся (8 ч)

- умение различать характер темп музыки;
- умение выполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, деми плие, полупальцы, танцевальный шаг с вытянутого носка, одинарные и двойные притопы, боковые и приставные шаги, переменные «подскоки» и т.д.
- иметь представление о характере, выразительности исполняемых танцевальных движений.

1.4..Планируемые результаты

Уметь определять структуру музыкального произведения;

- уметь ориентироваться в пространстве
- знать и выполнять танцевальные упражнения, включенные в программу 3-его года обучения
- иметь представление о характер и манере исполнения
- уметь правильно открывать и закрывать руки

- иметь навыки для красивой осанки
- ориентироваться в зале: направления движения по линии танца, против линии танца
- уметь исполнять движения в различных ритмах и темпах
- владеть чувством позы
- знать положение стопы, колена, бедра (открытое, закрытое)
- стремиться выразить в танце свое внутреннее состояние – задор, веселье, приветливость
- обладать чувством стиля.

Владеть культурой исполнения, хореографической памятью, техникой движения.

Знать терминологию классического, народно-сценического, современного танца метроритмические раскладки исполнения движения, особенности и традиции изучаемых народностей

Иметь понятие о посыле корпуса и противодвижения корпуса. иметь навыки для создания красивой осанки;

Уметь передавать в движении сложные ритмические рисунки танца, исполнять технические движения.

Обладать чувством стиля.

1. Характеризовать развитыми общими и специальными способностями.
2. Ориентировать на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.
3. Стремится к творческой самореализации.
4. Иметь потребность в постоянном самосовершенствовании.
5. Иметь сформированный образ «Я».
6. Развивать коммуникативные способности.
7. Развивать танцевальный, художественный вкус.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

1. Продолжительность учебного года 9 месяцев
2. Начало учебных занятий – 01 октября 2024 года

Этапы образовательного процесса	1 группа
Начало учебного года	01.10.2024 г.
Продолжительность учебного года	8 месяцев
Продолжительность занятий	34 недель
Конец учебного года	25.05.2025 г.

Продолжительность каникул. Режим работы в каникулярное время

Каникулярный период	Даты
Осенние каникулы	28.10.2024 г. по 04.11.2024 г.
Зимние каникулы	30.12 2024 г. по 12.01.2025г.
Весенние каникулы	24.03.2025 г. по 31.03.2025 г.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Материально-техническое обеспечение. Реализация образовательной программы требует наличия учебного кабинета (класс для индивидуального, группового занятий), зал для концертных выступлений. Оборудование учебного кабинета (класс для индивидуального занятия) – станок, фортепиано, зеркала.

Технические средства: - наличие аудио и видеозаписей, магнитофон. Оборудование учебного кабинета (класс для группового занятия) – оснащается станком, фортепиано, зеркалами, звукотехническим оборудованием, детской раздевалкой.

Методическое обеспечение учебного процесса. Рекомендуемые учебные издания - сборники упражнений, этюдов, сборники по хореографии. Художественный материал по программе. Использование методической и учебной литературы.

Дополнительные источники: энциклопедия по хореографии, диски с балетами, уроками классического и народно-сценического танца балетных училищ и ведущих школ, поисковые системы, сайты Интернета. Сайты издательств. Реализация образовательной программы учебного процесса обеспечивается доступом каждого обучающегося к библиотечным фондам.

Кадровое обеспечение. Реализацию данной программы обеспечивает педагог дополнительного образования стажем работы с детьми школьного возраста.

2.3. Методические материалы

Основные используемые методы обучения:

1. Словесные:

- обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения. Словесный метод состоит из многочисленных приемов:
-рассказ; объяснение; беседа; анализ и обсуждения; словесные комментарии педагога по ходу исполнения танца; прием раскладки хореографических «па»; прием закрепления целостного танцевального движения-комбинации.

2. Наглядные:

- непосредственно образный показ педагогом движений под счет и под музыку; - опосредованный показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке; - использование наглядных пособий, графических материалов, различных приспособлений при объяснении; наглядно-слуховой прием; демонстрация эмоционально-мимических навыков; дидактическая игра.

3. Практические:

- в его основе лежит много кратное повторение и отработка движений. Этот метод обогащен комплексом различных приемов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой прием;

-соревновательный; -

выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений);

-сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;

-прием пространственной ориентации;

- хореографическая импровизация;

-прием художественного перевоплощения.

4. Видеометодика

-просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии

Формы проведения занятий: лекции и практические занятия с использованием словесных и практических методов. Своеобразны и разнообразны методические приемы убеждения, сравнения, анализа, объяснения, поощрения учащихся с учетом их индивидуальных особенностей поведения и способности.

Необходимо использование наглядных пособий, просмотр видеокассет с записью танцев, прослушивание и обсуждение музыки, а также посещение театров, филармонии, участие на концертах художественного зрелища, в конкурсах, фестивалях.

Форма организации занятий:

- Индивидуальная

- Групповая (работа в ансамблях, открытые занятия, знакомство с репертуаром, творчеством композиторов и балетмейстеров, проведение репетиций и концертов)

Формы проведения занятий:

- учебное занятие

- занятие в коллективе

- открытое занятие с присутствием родителей

- репетиция, концерты, конкурсы, викторины, познавательные игры по теоретическим дисциплинам.

- творческая встреча

Формы проведения занятий: лекции и практические занятия с использованием словесных и практических методов. Своеобразны и разнообразны методические приемы убеждения, сравнения, анализа, объяснения, поощрения учащихся с учетом их индивидуальных особенностей поведения и способности. Необходимо использование наглядных пособий, просмотр видеокассет с записью танцев, прослушивание и обсуждение музыки, а также посещение театров, филармонии, участие на концертах художественного смотра, в конкурсах, фестивалях.

Форма организации занятий:

- Индивидуальная

- Групповая (работа в ансамблях, открытые занятия, знакомстве с репертуаром, творчеством композиторов и балетмейстеров, проведение репетиций и концертов)

Методы обучения:

- словесные (беседа, лекция, объяснение нового материала)

- наглядные (личный показ педагога)

- практические (выполнение упражнений, этюдов, танцевальных номеров)

- метод просмотра и анализа выступлений

- метод оценивания своего исполнения и других учащихся

- метод самостоятельной работы

- репродуктивные (исполнение выученного материала)

- демонстрационные (прослушивание музыки, посещение концертных залов, просмотр балетов, хореографических ансамблей)

Применяемые технологии:

- технология развивающего обучения

- технология дифференцированного обучения

- технология игрового обучения

- технология личностно-ориентированного обучения

- технология саморазвития

- информационная технология

- здоровьесберегающая технология

Принципы, приоритетные для реализации образовательного процесса:

-учет физиологических, психологических и возрастных особенностей воспитанников - обеспечение комфортной и доброжелательной атмосферы на занятиях.

Алгоритм учебного занятия, краткое описание структуры занятия и его этапов

1. План занятия. Вводная часть.
2. Подготовительная часть занятия.
3. Основная часть.
5. Заключительная часть занятия.
6. Музыкально-ритмические навыки и навыки выразительного движения.
7. Планируемые результаты освоения учебной программы

План занятия

Вводная часть:

- приглашение учеников в зал;
- расстановка учеников на середине танцевального зала по своим местам;
- приветствие (поклон);
- обход детей и знакомство с их осанкой;
- опрос учеников по ритмической части материала;
- изучение схемы танцевального зала.

Подготовительная часть:

- маршировка по кругу бытовым и затем танцевальным шагом в различных ритмах (4/4, $\frac{3}{4}$, 2/4 – в ритме марша, в ритме вальса, в ритме польки, меняя темп и включая паузы (на один такт 4/4, на 2/4, на $\frac{3}{4}$) на усмотрение педагога;
- новый материал: правильное положение тела и его частей при маршировке;
- новый материал; маршировка по залу в различных темпах и ритмах;
- повторение: ученики выполняют вспомогательные упражнения предыдущего урока;
- новый материал: вспомогательные упражнения на полу на укрепление брюшного пресса, на выворотность ног, на исправление сутулости, седлообразной поясницы, асимметрии лопаток.

Основная часть занятий:

- повторение: ученики демонстрируют правильность постановки тела (корпуса, ног, рук и головы);
- музыкально-ритмические навыки и навыки выразительного движения;
- элементы шагов бального танца

Заключительная часть:

- подскоки; - полька – свободная импровизация; - дыхательная гимнастика: - поклон.

Планируемые результаты освоения учебной программы

Физическая активность

Задача – сделать физическую нагрузку оптимальной.

Учащиеся научатся сфокусированному вниманию на теле и развитию навыков выполнения хорошо контролируемых, сбалансированных, многообразных, пластичных движений. Энергичные движения поспособствуют развитию силы и гибкости, а также обеспечат здоровье и нормальное развитие детского организма.

Творческий процесс

С использованием творческого воображения на занятиях у учащихся происходит формирование начального математического и логического представления, а также усилит тренировочные навыки ориентации в пространстве, развитию речи. В процессе занятий танцами учащиеся получают развитие таких качеств, как целеустремленность, организованность и трудолюбие.

Выразительность и информативность

Учащиеся научатся выражать свои чувства посредством ритмических движений. Через танец: пластические упражнения, танцевальные элементы, игры, этюды – научатся смотреть на мир и воспринимать его другими глазами, более позитивно.

Дружелюбное общение

В процессе обучения учащиеся учатся: дружелюбному общению в совместной деятельности; индивидуально, с партнером, в группах, исполняя различные роли. Поскольку движения в танце естественны, успех достижения очень быстр и это научит формированию сильного чувства «Общности»: способность бескорыстно делить занимаемое пространство с другими; соблюдение очередности при исполнении танца; стремление показать себя и быть замеченным другими; а также желание получить достойную оценку.

3. Список литературы

Литература для учащихся:

1. Издательство Искусство Москва.1967 год «Ракурсы танца» Е. Белова
Учебно-методическое пособие.
2. Издательство ТИГИС 1993 год «Тем, кто хочет учиться танцу» Т.Васильева

Литература для родителей:

1. Издательство «Айрис Пресс Рольф» Москва 2001 год «Азбука хореографии»
Т.Барышникова

Литература для педагога:

1. Издательство «Айрис Пресс Рольф» Москва 2001 год «Азбука хореографии»
Т.Барышникова
2. Издательство «Газеты и журналы России» 1998 год «Я вхожу в мир искусств»
В.Никитин
3. Издательство Кемерово 2000 год «В мире танца» Н.Бочкарева
4. Издательство «Феникс» Ростов на Дону 2005 год Серия «Жизнь удалась»
Л. Браиловская
5. Издательство «Феникс» Ростов на Дону 2005 год «Территория красоты» А. Сурмели

Календарно-тематический план

Тема и содержания занятия	План	Факт.	Классы
Вводное занятие. Техника безопасности и правила поведения на занятиях. Поклон			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Упражнения на ориентировку в пространстве			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Общеразвивающие упражнения			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Ритмическая разминка			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж

			4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Основы классического танца: Упражнения на середине танцевального зала. Позиции ног 1-2-3 Позиции рук – подготовительная, 1-2-3.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Деми плие – полуприседание,			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Батман тондю-вытягивание ноги в сторону, вперед, назад по позициям ног.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Прыжки по 1-ой, по 2-ой позициям ног. Подъём на полупальцы по позициям.			4 а 4 б 4 в

			4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Ритмико-гимнастические упражнения: Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»).			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Основы русского танца: Основные позиции и положения ног и рук в русском танце.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н

			4 о
Основные положения рук.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Положение рук в парных танцах.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Открывание и закрывание рук.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Игры под музыку: Выполнение имитационных упражнений и игр (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека)			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и

			4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
«Тренируем эмоции»: нахмуриться, как осенняя тучка; рассерженный человек, злая волшебница			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Танцы народов России мира: Знакомство с основными позициями и положениями рук и ног;			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Положение головы и корпуса во время исполнения простейших элементов;			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Освоение танцевальных элементов в композиции;			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д

			4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Развитие элементарных навыков координации движений.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Современный бальный танец: Танцевальный шаг с носка.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Танец с хлопками» - парный.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л

			4 м 4 н 4 о
Танец «Вару-Вару», основные шаги.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Повторение пройденного материала			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Основы мастерства учащихся: Танцевальный шаг, деми плие.			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Танцевальный шаг с вытянутого носка			4 а 4 б 4 в

			4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Одинарные и двойные притопы			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Боковые и приставные шаги			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Подскоки			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м

			4 н 4 о
Дробушки			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Повторение всех пройденных материалов			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о
Урок-смотр знаний			4 а 4 б 4 в 4 г 4 д 4 е 4 ж 4 з 4 и 4 к 4 л 4 м 4 н 4 о