

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
"Танцы и здоровье"**

Срок реализации: 1 год

Ярцево
2022

Принято
Педагогическим советом
МБУ ДО ДШИ
Протокол №__
от «__»_____20__ г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО ДШИ
_____С. А. Николаенкова
«__»_____20__ г.

ДООП разработана на основе Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств, утверждены Министерством культуры (Приложение к письму Минкультуры РФ от 21 ноября 2013 года №191-01-39/06-ГИ).

Организация разработчик: МБУ ДО ДШИ г. Ярцево Смоленской области

Разработчики: Савицкая Т. В., Колонтаева Е. В. – преподаватели
МБУ ДО ДШИ г. Ярцево

Содержание:

1. Пояснительная записка.

1.1. Педагогическая целесообразность и актуальность программы.

1.2. Отличительные особенности (новизна) программы.

1.3. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

2. Планируемые результаты освоения данной программы.

3. Документы, определяющие содержание и организацию образовательного процесса.

3.1. Учебный план

3.2.. Календарный учебный график.

3.3. Программы учебных предметов

4. Ресурсное обеспечение дополнительной общеразвивающей программы

5. Система и критерии оценок промежуточной и итоговой аттестации результатов освоения ДООП обучающимися.

5.1. Порядок приема детей в образовательное учреждение.

5.2. Требования к кадровому обеспечению.

5.3. Методы и средства организации в реализации образовательного процесса.

6. Условия реализации ДООП

7. Список рекомендуемой методической литературы

Приложение 1

Приложение 2.

Приложение 3.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы и здоровье» относится к ознакомительному уровню и имеет художественную направленность.

1.1. Педагогическая целесообразность и актуальность программы.

Ритмика — вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ. Она доступна детям, начиная с раннего возраста, и даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, создаёт ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, даёт детям творческий импульс, возможность высвободить их энергию. Ритмика закладывает надёжный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребёнка, для укрепления здоровья, умения контролировать своё тело, положительно влияет не только на физическую подготовку ребенка, но и развивает у него восприятие музыки и основные психологические функции детей (память, внимание, мышление, речь и воображение).

Учитывая физиологические особенности организма человека, занятия балетной гимнастикой необходимо начинать с раннего возраста, когда костно-мышечный аппарат ребенка уже достаточно окреп для физических нагрузок, но еще гибкий и восприимчивый для развития необходимых навыков и умений в области хореографии.

1.2. Отличительные особенности (новизна) программы.

Программа учебного предмета «Танцы и здоровье» разработана на основе Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств. Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки, игровой материал, которые используются на всех занятиях.

Содержание материала постепенно усложняется.

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

Программа легко адаптируется для детей с выдающимися способностями и при необходимости для детей с ограниченными возможностями.

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 элементами начальной хореографии;
- 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;
- воспитание коллективизма.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 год. Общая продолжительность образовательного процесса составляет 66 часов:

1-ый год обучения – 66 часов (33 недели × 2 часа в неделю);

1.3. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Форма проведения занятий – мелкогрупповые занятия. Количество обучающихся в группах от 4 до 15 человек.

Режим занятий: Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу. Во

время занятий предусмотрены 15 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха. Программа может быть реализована дистанционно с использованием интернет - ресурсов.

Каждое занятие включает:

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

2. Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты освоения программы обучения

К концу 1-го года обучения дети будут знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;
- о двигательных функциях отдельных частей тела (головы, плеч, рук, корпуса, ног);
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- воспроизводить простейшие ритмические рисунки с помощью хлопков в ладоши и притопов ног;
- владеть различными танцевальными шагами;
- 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.

Результаты воспитания обучающихся:

- общение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;
- эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

3. Документы, определяющие содержание и организацию образовательного процесса.

3.1. Учебный план (Приложение 1)

В соответствии Рекомендациями Минкультуры РФ по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств (Приложение к письму Минкультуры РФ от 21 ноября 2013 года №191-01-39/06-ГИ) при реализации образовательной программы «Танцы и здоровье» может использоваться учебный план, рассчитанный на 1 год обучения.

При реализации программы «Танцы и здоровье» со сроком обучения 1 год общий объем аудиторной учебной нагрузки обязательной части составляет 66 часов, в том числе по предметным областям (ПО) и учебным предметам (УП):

ПО.01. Учебные предметы музыкально-теоретической подготовки:

УП.01. Ритмика – 33 часа;

УП.02. Гимнастика - 33 часа.

Объем максимальной учебной нагрузки обучающихся в соответствии с Рекомендациями Минкультуры РФ по организации

образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств (Приложение к письму Минкультуры РФ от 21 ноября 2013 года №191-01-39/06-ГИ) не превышает 7,5 часов в неделю. Аудиторная учебная нагрузка по всем учебным предметам учебного плана не превышает 5 часов в неделю (без учета времени, предусмотренного учебным планом на контрольные уроки, зачеты, а также участие обучающихся в творческих и культурно-просветительских мероприятиях ОУ).

3.2. График образовательного процесса (Приложение 2)

3.3. Программы учебных предметов (Приложение 3)

4. Ресурсное обеспечение дополнительной

общеразвивающей общеобразовательной программы

Реализация программы «Танцы и здоровье» обеспечивается доступом каждого преподавателя к библиотечному фонду образовательного учреждения, укомплектованному печатными и/или электронными изданиями основной и дополнительной учебной и учебно-методической литературы по всем учебным предметам, а также изданиями музыкальных произведений, специальными хрестоматийными изданиями в объеме, соответствующем требованиям программы «Танцы и здоровье».

Программа «Танцы и здоровье» обеспечивается учебно-методической документацией по всем учебным предметам.

Школа постоянно контролирует финансовые условия реализации программы «Танцы и здоровье», заботится об обеспечении должного качества образования.

Материально-техническая база ОУ соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. ОУ соблюдает своевременные сроки текущего и капитального ремонта учебных помещений.

Для реализации программы «Танцы и здоровье» ОУ располагает необходимыми учебными аудиториями, специализированными кабинетами и материально-техническим обеспечением, включающим в себя:

концертный и репетиционный залы с концертными роялями, пультами и техническим оборудованием,

библиотеку,

помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотровый видеозал).

Учебные аудитории, предназначенные для реализации учебных предметов «Ритмика» и «Гимнастика», оснащены фортепиано, техническим оборудованием, учебным оборудованием.

5. Система и критерии оценок промежуточной и итоговой аттестации результатов освоения ДООП обучающимися.

Оценка качества реализации программы «Танцы и здоровье» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется регулярно преподавателем, ведущим предмет в рамках учебного урока, проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

В качестве средств текущего контроля успеваемости используются устные опросы, просмотры, прослушивания, общая оценка прошедшего урока. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

При текущей аттестации результатов освоения обучающимися программы используются следующие системы оценок: дифференцированная 5-бальная система, знаковая (солнышко, тучка, смайлики) и словесная система оценок (отлично, хорошо, удовлетворительно, плохо).

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, концертах, просмотрах и т.д.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков. Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих четверти учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Итоговый контроль осуществляется по окончании курса в конце года в форме комплексного открытого урока или урока-концерта.

Критерии оценки качества освоения программы учебного предмета в рамках итоговой аттестации:

- «5» (отлично) ставится, если обучающийся демонстрирует устойчивый интерес к предмету, трудолюбие, выполняет задания преподавателя с желанием, в полном объеме и с необходимой последовательностью действий, проявляет творческую инициативу;

- «4» (хорошо) ставится при интересе к предмету в целом, некоторых неточностях и погрешностях в выполнении творческих заданий преподавателя и при стремлении эти недостатки устранить;
- «3» (удовлетворительно) ставится, если работа выполняется исключительно под неуклонным руководством преподавателя, творческая инициатива учащегося практически отсутствует, интерес к предмету выражен слабо.

5.1. Порядок приема детей в образовательное учреждение.

Программа «Танцы и здоровье» ориентирована на детей дошкольного возраста от 5 до 6,5 лет.

Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей). Во время приема и формирования групп проводится первичная диагностика способностей ребенка (знаний, умений, навыков).

Принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Обучающиеся предоставляют заключение от врача (справка) об отсутствии противопоказаний к занятиям по хореографии (на основании Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14, пункт 8.10.).

5.2. Требования к кадровому обеспечению.

Реализация программы «Танцы и здоровье» обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного предмета. Доля преподавателей, имеющих высшее профессиональное образование, составляет не менее 10 процентов в общем числе преподавателей, обеспечивающих образовательный процесс по данной образовательной программе.

Учебный год для педагогических работников составляет 44 недели, из которых 33 недели - реализация аудиторных занятий. В остальное время деятельность педагогических работников направлена на методическую, творческую, культурно-просветительскую работу.

5.3. Методы и средства организации в реализации образовательного процесса.

Образовательное учреждение (ОУ) постоянно контролирует финансовые условия реализации программы «Танцы и здоровье», заботится об обеспечении должного качества образования.

Для реализации программы «Танцы и здоровье» ОУ располагает необходимыми учебными аудиториями, специализированными кабинетами и материально-техническим обеспечением.

При организации и проведении занятий необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;
- принципа доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;
- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

Процесс обучения музыкально-ритмическим движениям включает три этапа.

На первом этапе ставятся задачи:

- ознакомления детей с новым упражнением или игрой;
- создания целостного впечатления о музыке и движении;
- разучивания движения.

Методика обучения состоит в следующем: педагог прослушивает вместе с детьми музыкальное произведение, раскрывает его характер, образы и показывает музыкально-ритмическое движение, стремясь пробудить в детях

желание разучить его. Показ должен быть точным, эмоциональным и целостным.

На втором этапе задачи расширяются, продолжаются:

- углубленное разучивание музыкально-ритмического движения;
- уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения.

Педагог дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, своевременно, доброжелательно оценивает достижения детей.

Задача третьего этапа заключается в том, чтобы закрепить представления о музыке и движении, поощряя детей самостоятельно выполнять разученные движения.

Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмического движения нацелена на работу над его качеством. Преподаватель, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального выполнения детьми музыкально-ритмических движений.

6. Условия реализации ДООП

Занятия по программе проводятся в групповой и мелкогрупповой форме.

Продолжительность академического часа устанавливается уставом ДМШ и составляет 40 – 45 минут.

Учебный год в МБУ ДО ДШИ начинается с 1 сентября и включает в себя учебное и каникулярное время, составляющее в совокупности период, обозначающий годичный цикл учебного процесса.

При реализации программы «Танцы и здоровье» со сроком обучения 1 год продолжительность учебного года составляет 33 недели.

Осенние, зимние, весенние, летние каникулы проводятся в сроки, установленные при реализации ДООП.

7. Список рекомендуемой методической литературы

- 1) Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2000
- 2) Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2. М., 1981
- 3) Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000
- 4) Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004
- 5) Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007
- 6) Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. Издательство "Музыка". М., 1972

- 7) Конорова Е.В. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. Издательство "Музыка". М., 1973
- 8) Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960
- 9) Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М.: Музгиз, 1963, 1972, 1979
- 10) Колодницкий Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000
- 11) Климов А. Основы русского народного танца. М., Издательство «Московского государственного института культуры», 1994
- 12) Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 1987
- 13) Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
- 14) Программы для хореографических школ искусств. Составитель - Бахтов С. М., М., 1984
- 15) Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972
- 16) Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975
- 17) Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе, М., 1997
- 18) Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М., 1989
- 19) Школа танца для юных. СПб, 2003
- 20) Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., «Дрофа», 1998

Интернет ресурсы

1. <http://piruet.info>
2. <http://www.monlo.ru/time2>
3. www.psychlib.ru
4. www.horeograf.com