Приложение 3

Государственное образовательное учреждение

Школа № 615 Адмиралтейского района

АВТОРСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ПО РИТМИКЕ, РИТМОПЛАСТИКЕ И БАЛЬНОМУ ТАНЦУ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Для детей от 7 до 10 лет

(1…3 классы)

Автор: Педагог Дополнительного Образования

Шутиков Юрий Николаевич

С-Петербург

2014

2

1. Введение.

Бальный танец играет немаловажную роль в деле эстетического и физического воспитания школьников. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, спортивно - физического, этического и художественно - эстетического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.

Вероятно, следует остановить внимание на проблемах не только физического воспитания, но и на формирование взаимоотношений, культуры общения между мальчиками и девочками, а также создание бесконфликтного дружеского коллектива в классе.

Готовность учащихся активно и творчески работать над освоением доступных для них навыков и знаний в области бальной хореографии делают занятия танцем действенным средством общего и эстетического воспитания.

Танцевальная культура, прививаемая детям в начальной школе, может стать основой и для программы полового воспитания в старших классах.

Исключительные возможности для свободного развития творческих способностей, фантазии детей дает педагогу во многом импровизационная основа ритмики и ритмопластики. Используя на занятиях импровизацию, ритмизацию, театрализацию, пластическое соединительство, игру - мы имеем возможность существенного развивать творческие способности младших школьников. А.Г. Алейников, автор концепции креативной педагогики, утверждает, что творчеству можно и нужно учить с детства. Любой нормальный ребенок вполне способен стать неповторимой творческой индивидуальностью. «Абсолютных бездарей единицы, и в их число еще нужно попасть » (И.Вигин). Об этом же говорили известные психологи (Вуджек, Альтшуллер, Озборн, Гордон, Бехтерев, Рубинштейн и др.) . Концепция музыкально – ритмического воспитания детей достаточно подробно изложена у психологов Л.Н.Алексеевой, Э.Ж.Далькроза и др. А положение о танце как деятельности, способствующей социальному развитию детей – у А.И.Буренина, В.Р.Каневского и др.

Т.о., младший школьный возраст представляет собой наиболее благоприятный период (сензитивный) для развития творческой активности, т.к. именно в начальной школе у ребенка эффективно формируется умение работать нестандартно.

3

1. Пояснительная записка.
	1. Направленность дополнительной образовательной программы.

Настоящая программа имеет **художественно - эстетическую направленность**.

Ритмика и ритмопластика неразрывно связаны с бальной хореографией и играют немаловажную роль в деле воспитания младших школьников. Именно они способствуют становлению и развитию хореографии и бального танца. Это связано с многогранностью бальной хореографии, которая сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивного, эстетического и художественного развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.

 В тоже время ритмика является системой музыкально - ритмического воспитания. Под нею подразумевается система физических упражнений, построенных на связи движения с музыкой. В процессе движения под музыку регулируются процессы возбуждения и торможения, стимулируются память и внимание, нормализуются эмоциональные процессы.

Готовность учащихся активно и творчески работать над освоением доступных для них навыков и знаний в области бальной хореографии делают занятия ритмикой и ритмопластикой действенным средством общего и эстетического воспитания.

 Освоение учащимися танцев различных направлений помогает воспитывать у школьников чувство патриотизма и национальной гордости, пробуждает у них интерес к национальной культуре и искусству других народов.

 Занятия ритмикой, ритмопластикой и бальными танцами положительно сказываются на физическом развитии детей: соразмерно развивается фигура. Устраняется ряд физических недостатков, вырабатывается правильная и красивая осанка, внешнему облику придается соразмерность и элегантность.

Большое внимание, уделяемое на занятиях осанке, общей собранности, точности и четкости движений, заставляет детей следить за правильной постановкой корпуса и головы, прямо, и подтянуто держаться. Заметно улучшается координация движений. Дети начинают более ловко, красиво, четко двигаться не только на занятиях, но и в быту. В результате формирования знаний, умений и навыков основ бальной хореографии, у учащихся вырабатывается способность к концентрации внимания, развивается память, что способствует общему развитию ребенка.

 Вместе с обучением танцу, навыкам красивого движения у учащихся формируется вкус, избирательное отношение к танцевальному и

4

музыкальному репертуару. Одновременно закладываются навыки поведения в обществе, основы культуры общения и поведения в коллективе.

Работа по движению на занятиях ритмикой, ритмопластикой и бальными танцами закрепляет и совершенствует навыки, приобретенные на физкультуре: осанку, правильный шаг, прыжок, умение ориентироваться в пространстве и т.д. Здесь должны применяться традиционные педагогические приемы обучения: сознательности, системности, наглядности, доступности и прочности, постепенного повышения нагрузки и ее варьирования.

* 1. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность данной программы.

Кардинальные преобразования, происходящие в последние годы, внесли существенные изменения в парадигму воспитательной деятельности, поставив во главу угла формирование личности ребенка, способного воспринимать прекрасное через музыку, танцы, общение. В связи с этим встает проблема поиска новых подходов, возможностей реализации индивидуальных способностей ребенка, а также комфортного пребывания школьника в детском коллективе.

 Начальный этап обучения является одним из самых трудных как для детей, так и для преподавателя. Наибольший эффект обучения ритмике, ритмопластике и бальным танцам достигается при занятиях с целым классом, т.к. при этом детям не приходится адаптироваться к новым для них условиям.

* 1. Отличительные особенности дополнительной образовательной программы от уже существующих программ.

За последние годы не было отечественной литературы, в достаточной мере посвященной методике и практике работы со школьниками младших классов. Иностранная же литература, как бы ни была она богата фактическим материалом, относящимся главным образом к спортивному танцу, вопросы обучения и воспитания не рассматривает вообще, либо требует их серьезного осмысления и корректировки. В тоже время существующие программы обучения детей ритмике, ритмопластике и бальным танцам не дают возможности в полной мере использовать средства бальной хореографии в деле обучения и воспитания детей и имеют ряд существенных недостатков. В них недостаточно использованы современные направления в развитии музыки и танца. В ряде случаев неоправданно завышено количество танцевального материала на основе классической хореографии (или наоборот, использование этого материала весьма ограничено), отсутствуют программы проведения массовых мероприятий. Не определены направления дальнейшего роста исполнительского мастерства.

5

 Известно, что на первоначальной стадии эстетического воспитания различные виды самодеятельного творчества носят синкретический характер. Синкретизмом определяется сочетание и взаимодействие различных видов бальной хореографии, входящих составной частью в процесс обучения и воспитания. Было бы необоснованным настаивать на приоритете, какого- либо вида больной хореографии: классического, народно - характерного, историка - бытового, спортивного или др. танца. Вероятно, следует согласиться с тем, что все танцы, входящие в понятие «бальной хореографии», имеют в процессе обучения и воспитания равные права, что и нашло отражение в предлагаемой программе.

* 1. Цели и задачи дополнительной образовательной программы.

**Цель** данной дополнительной образовательной программы полностью совпадает с ее направленностью и **заключается в создании условий для формирования всестороннего гармоничного развития детей средствами** **бальной хореографии**. А также эстетического воспитания школьников, развития их музыкальных и творческих способностей, художественного вкуса, культуры поведения, повышения их творческой активности, развития физических способностей, координации, чувства ритма, музыкального движения. Достижение проставленной цели будет способствовать сплочению детского коллектива через совместные занятия и выступления

в составе целого класса.

**Задачи** дополнительной образовательной программы вытекают из ее цели и включают в себя:

***Образовательные:***

-Сформировать навыки поведения и этикета в коллективе и обществе.

-Познакомить с историей развития танцевального искусства, жанровым разнообразием современных танцевальных направлений.

-Сформировать художественный вкус и интерес к музыке и танцу.

-Сформировать систему знаний, умений и навыков по основам бальной хореографии.

-Обучить навыкам движения под музыку отдельно и в паре.

-Обучить ориентированию в зале во время исполнения танцевальных композиций.

-Познакомить с основами исполнительского мастерства.

***Развивающие:***

-Способствовать общему физическому развитию, координации, пластики, укреплению осанки через упражнения и танцы.

-Способствовать развитию чувства ритма и музыкального движения.

-Способствовать развитию способностей к передаче в движении характера и особенностей музыки, игры, танца.

6

-Способствовать формированию вкуса и избирательного отношения к музыкальному и танцевальному репертуару.

-Способствовать развитию концентрации внимания, памяти, целеустремленности, настойчивости, упорству в достижении цели, дисциплинированности через упражнения, этюды, танцы.

-Способствовать развитию анализаторного аппарата учащихся: зрительной, слуховой, вестибулярной чувствительности.

***Воспитательные:***

-Воспитать чувство товарищества, взаимопомощи, личной ответственности за общее дело.

-Способствовать формированию нравственного сознания учащихся, как пропагандистов национального искусства.

-Воспитать чувство уважения к танцевальному искусству других народов.

-Способствовать развитию навыков общественно - организаторской деятельности.

-Способствовать приобщению учащихся к здоровому образу жизни.

-Способствовать решению вопросов профилактики правонарушений на ранней стадии обучения и воспитания.

* 1. Условия реализации образовательной программы

Данная программа обучения учащихся ритмике, ритмопластике и бальному танцу предназначается для обучения детей с различными способностями и интеллектом, без предварительного отбора и собеседования, в составе целого класса общеобразовательной школы. Программа рассчитана на 3 года обучения для учащихся 1, 2, 3 классов в возрасте 7…8, 8…9, 9…10 лет, занимающихся 1 или 2 раза в количестве 2 часов в неделю и не имеющих противопоказаний для занятий танца.

* 1. Сроки реализации, формы и режим занятий по дополнительной образовательной программе

 Данная образовательная программа является частью общей дополнительной образовательной программы по ритмике, рассчитанной на весь период обучения в общеобразовательной школе. Для учащихся средних и старших классов составляется отдельная программа.

 На первом этапе (1 г.о., 1 класс) происходит упрощенное обучение всех детей в соответствии с изложенными выше целями и задачами. На последующих этапах (2, 3 г.о., 2, 3 классы) - усложнение и развитие программы 1 г.о. в соответствии с целями и задачами этих групп учащихся, а

 7

затем - дальнейшее усложнение и развитие программы в зависимости от способностей уч-ся данного класса.

Форма занятий - групповая.

Программа имеет вариативный учебный тематический план в зависимости от условий ее реализации.

 Учащиеся, у которых в процессе занятий появился устойчивый интерес к данному виду самодеятельного творчества и для которых может оказаться важным продолжение обучения бальной хореографии, могут быть объединены в ансамбль бального танца. Здесь учащиеся занимаются по более сложной танцевальной программе, основанной на знаниях, умениях и навыках, полученных на предыдущих занятиях ритмикой в классах.

Ансамбль становится неоспоримым помощником педагогическому коллективу школы при проведении школьных массовых мероприятий, носителем и пропагандистом отечественной и современной бальной хореографии.

 2.7. Ожидаемые результаты и способы их проверки.

 При выполнении полной программы обучения в течение учебного года преподаватель вправе ожидать от учащихся следующих результатов.

 1 год обучения.

-Знать и использовать правила техники безопасности на занятиях и правила личной гигиены.

-Знать правила поведения в зале и этикета на занятиях.

-Уметь ориентироваться в зале во время исполнения упражнений и танцев,

строиться в шеренгу и колонну, выполнять простейшие перестроения.

-Уметь двигаться в соответствии с музыкой.

-Уметь исполнять прыжки и хлопки в соответствии с музыкой, передавать на месте и в движении простейшие ритмические рисунки.

-Знать основные позиции рук и ног в танцах.

-Уметь исполнять под музыку массовые танцы, комплексы упражнений и танцев, соответствующих первому году обучения.

-Уметь принимать участие в массовых мероприятиях и показательных выступлениях.

 2 год обучения.

-Знать и исполнять правила техники безопасности и противопожарной техники на занятиях.

-Знать правила поведения и этикета.

8

-Правила нахождения сильных долей такта, МР 2/4, 3/4, 4/4. Ритм, музыкальные акценты, характер музыки.

-Знать основные сведения о разучиваемых танцах.

-Владеть различными видами передвижения в зале.

-Уметь исполнять гармоничные движения руками и корпусом.

-Двигаться в паре в соответствии с музыкой.

-Уметь передавать характер исполняемых танцев в соответствии с музыкальным сопровождением.

-Знать и уметь исполнять массовые танцы в соответствии с программой.

-Знать и уметь исполнять отечественные и историка - бытовые танцы в соответствии с программой обучения.

-Овладеть основами танцев произвольной композиции в соответствии с программой.

 3 год обучения.

-Знать и исполнять правила техники безопасности и противопожарной техники на занятиях.

-Уметь исполнять усложненные танцевальные движения руками, ногами и корпусом.

-Уметь держать правильную осанку при исполнении отдельных танцевальных движений отдельно и в паре.

-Уметь понимать характер исполняемых танцев и передавать его в движении.

-Иметь сформировавшийся вкус и избирательное отношение к танцевальному и музыкальному репертуару.

-Иметь развитую концентрацию внимания, памяти, сосредоточенности.

-Иметь развитую координацию, пластику; укрепить общую физическую выносливость.

-Иметь развитый анализаторский аппарат – зрительную, слуховую, вестибулярную чувствительность.

-Иметь развитую настойчивость, целеустремленность, упорство, дисциплинированность.

-Иметь сформированное нравственное сознания, как пропагандистов национального искусства.

-Развить чувство ответственности за конечный результат своей деятельности.

-Уметь применять на практике (вечерах, дискотеках) знания, умения и навыки, полученные на занятиях.

9

 2.8. Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

 При подведении итогов и определении уровня результатов обучения необходимо использовать индивидуальный подход, принцип «что было и что получили в результате обучения», т.е. как развивался ребенок.

Полученные учащимися знания, умения и навыки проверяются во время открытых уроков для родителей, выступлениях на школьных календарных мероприятиях, заключительных уроках, творческих встречах и соревнованиях с другими классами и коллективами, а также «мини турнирами» между учениками на уроках с привлечением остальных учащихся в качестве членов жюри; подведении итогов в середине и конце учебного года, выступлениях на районных и городских фестивалях.

С помощью таких мероприятий можно надеяться на решение целого ряда важных воспитательных задач. Повысить качество обучения, значительно увеличить количество детей, занимающихся бальными танцами. Добиться высокого процента сохранения контингента, успешно решать вопросы профилактики правонарушений уч-ся на ранней стадии обучения и воспитания и др. При этом учет индивидуальных способностей и особенностей каждого уч-ся, доступность форм и танцевальных средств - позволит получить значительный эффект в работе уже на начальной стадии обучения.

 Трудно определить те сдвиги в общем развитии детей, которые происходят именно в результате танцевальных занятий. Дети испытывают много разнообразных влияний и воздействий и в школе, и в процессе внешкольной работы, и в семье. Становлением своей личности, формированием характера они обязаны всему комплексу сил, воздействующих и на их сознание и организм. Несомненно, однако, что занятия танцами положительно сказываются на эстетическом, моральном и физическом развитии школьников. Все эти благоприятные сдвиги возможны лишь при условии достаточно длительных и систематических занятий.

«Танец учит логическому, целесообразно организованному, а потому грациозному движению. Он оказывает большое влияние и на формирование внутренней культуры ребенка. Занятие бальными танцами органически связаны с освоением норм этики, немыслимы без выработки культуры общения» (В.М.Стртиганов, В.И.Уральская. «Современный бальный танец»).

 Вежливость, простота, внимание к партнеру, доброжелательность, приветливость - это черты, которые воспитываются у учащихся в процессе занятий танцами и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни.

10

1. Учебный тематический план.

3.1 Учебный тематический план 1 года обучения (1 класс).

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 № Количество учебных часов

Темы Тема Всего Теория Практика

Тема 1. Организационная работа 6 6

Тема 2. Элементы музыкальной грамоты 4 1 3

Тема 3. Танцевальная азбука 8 1 7

Тема 4. Освоение основных движений

 танца и пляски 14 0,5 13,5

 Тема 5. Отечественные бальные танцы 20 1 19,0

 Тема 6. Танцы произвольной композиции 20 0,5 19,5

 Всего: 72 4 68

* + 1. Содержание дополнительной образовательной программы 1 года обучения.

Тема 1. Организационная работа.

-Общее собрание коллектива. Задачи на текущий период.

-Проведение праздников, открытых уроков, концертов, выступлений и пр.

Тема 2. Элементы музыкальной грамоты

Теория:

 -Понятие о характере и особенностях танцевальной музыки.

 -Индивидуальные занятия на определение характера танцевальной

 музыки.

 -Упражнения на релаксацию, дыхание и восстановление.

Практика:

 -Слушание и разбор музыкальных отрывков.

 -Определение ритма и такта. Темп. Начало и конец музыкального

 отрывка.

 -Упражнения на шагах, хлопках и дирижерском жесте.

 -Понятие о МР 3/4, 4/4, 2/4. Упражнения с различным музыкальным

 рисунком.

 -Простейшие танцевальные движения с разной продолжительностью.

 -Построение и перестроение в зале под различную музыку и темп.

Тема 3. Танцевальная азбука.

Теория:

 -Позиции рук и ног в танцах.

11

-Положение и движение ног: опорная нога, свободная нога,

 полупальцы.

 -Положения и направления движений частей тела.

Практика:

 -Движения ног с различной работой стопы.

 -Движения ног с различным положением корпуса.

 -Движения рук. Упр. для рук с различным характером музыки.

 - Упр. для развития мышц головы и шеи. Наклоны и повороты головы

 в различном темпе.

 -Упр. для развития «мышечного чувства».

 -Упр. для плечевого пояса.

 -Упр. на развитие «баланса».

 -Упр. со слитной координацией движения.

Тема 4. Освоение основных движений танца и пляски.

 Теория:

 -Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов

Практика

 -Различные виды шагов. Этюды.

 -Различные виды бега. Этюды.

 -Различные виды подскоков и прыжков. Этюды.

 -Положения рук в русских танцах. Этюды.

 -Притопы. Шаги с притопом. Этюды.

 -Шаги польки. Шассе.

 -Дробные шаги, тройной шаг, русский переменный ход. Этюды.

Тема 5. Отечественные бальные танцы.

Теория:

 -Азбука бальной хореографии: реверансы, поклоны, линии танца,

 основные движения в паре. Танцевальный и бытовой шаг. Правила

 исполнения элементов бального и характерного экзерсиса.

Практика:

 -Элементы бального экзерсиса: pas glasses, pas chasse, pas balance,

 pas de basgues.

 -Основные «па», этюды, композиции изучаемых танцев.

Тема 6. Танцы произвольной композиции.

Теория:

 -Названия и история танцев, музыкальный ритм, характер изучаемых

 Танцев. Вариационная схема постановки.

Практика:

 -Отработка связок и композиций на основе элементов современной

 Пластики.

12

3.1.2 Рекомендуемый репертуар 1 года обучения

 *Ритмические танцы:*

- Утята, Часики, Кремена, Зарядка, Брызги, Бродяга, Военный марш, Квартира, развивающие ритмические этюды.

 *Дуэтные танцы*:

-Бесконечный коридор, Артек, Полька тройками, Ту Степ, Конькобежцы, Вальс «Дружба», Падеграс, Па-Зефир.

 *Танцы свободной композиции:*

 -Хоровод, заданные композиции в современных ритмах, основные элементы Ритмического фокстрота.

Рекомендуется ориентироваться на модные танцевальные направления массовой танцевальной культуры. Возможно включение танцев, соответствующих тематике программы и не вошедшие в данный перечень.

* 1. . Учебный тематический план 2 года обучения (2 класс)

 № Количество часов

Темы Тема -----------------------------------------------------

 Всего Теория Практика

1. Организационная работа 6 6
2. Освоение основных движений

танца и пляски 8 8

1. Историка - бытовые бальные танцы 8 1 7
2. Отечественные балльные танцы 16 1 17
3. Танцы произвольной композиции 24 1 23
4. Репетиционная работа 10 10

 Всего 72 3 69

3.2.1. Содержание дополнительной образовательной программы 2 года обучения.

Тема 1. Организационная работа.

-Инструктаж по охране труда и противопожарной технике. Правила поведения на занятиях.

-Задачи коллектива на учебный год.

-Проведение открытых уроков, выступлений в соответствии со школьным календарем, дней открытых дверей, концертов и выступлений.

-Подведение итогов и аттестация учащихся по результатам учебного года.

13

Тема 2. Освоение основных движений танца и пляски.

-Разучивание элементов характерного экзерсиса: припляс, веревочка,

«припадание».

-Разучивание движений и элементов в характере современной пластики.

-Разучивание этюдов на основе пройденного материала.

Тема 3. Историка- бытовые бальные танцы

Теория:

-История возникновения и развития танцев данной группы.

Практика:

-Разучивание танцев (по усмотрению педагога): Полонез, Миньон, Гавот, Краковяк, Фигурный вальс, Хоровод и др. из рекомендованного перечня танцев.

Тема 4. Отечественные бальные танцы.

Теория:

-История возникновения и развития танцев данной группы.

Практика:

-Разучивание композиции на основе вальса.

-Постановка и разучивание композиции на основе хоровода.

-Разучивание танца «Круговая кадриль».

-Разучивание танца «Русский лирический».

-Разучивание др. танцев из рекомендованного списка по усмотрению педагога.

Тема 5. Танцы произвольной композиции.

Теория:

-История возникновения и развития танцев данной группы.

Практика:

-Постановка этюдов и танцев произвольной композиции на основе пройденного материала.

-Танцы из репертуара Европейской и Латино - американской программ.

-Отработка танцев и этюдов на основе отечественной хореографии.

Тема 6. Репетиционная работа.

-Отработка поставленных композиций, этюдов и рекомендованных танцев (по усмотрению педагога) для концертов, выступлений и показа на массовых мероприятиях.

3.2.2. Рекомендованный репертуар 2 года обучения.

*-Массовые танцы:*

Хоровод, Кадриль, Краковяк.

*-Танцы в ритме польки:*

14

Артек, Берлинская полька.

*-Танцы на основе современной пластики:*

 «Брызги», «Бродяга», «Военный марш», «Вальс дружбы» , Диско и др.

*-Историка - бытовые бальные танцы:*

Краковяк, Модный рок, Вару-вару, Полонез, Конькобежцы, Падеграс, Па-зефир, Миньон, Полька (произвольная), Сиртаки и др.

*Танцы свободной композиции:*

Ритмический фокстрот, Вальс, Ча-ча-ча.

* 1. Учебный тематический план 3 года обучения (3 класс ).

 № Количество часов

Темы Тема \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Всего Теория Практика

1. Организационная работа. 4 4
2. Освоение основных движений

танца и пляски. 12 12

1. Историка - бытовые бальные танцы. 12 1 11
2. Отечественные бальные танцы. 14 1 13
3. Танцы произвольной композиции. 20 1 19
4. Репетиционная работа. 10 10

 Всего 72 3 69

* + 1. Содержание дополнительной образовательной программы 3 года обучения.

Тема 1. Организационная работа.

-Общее собрание коллектива. Правила поведения на уроках.

-Инструктаж по технике безопасности и противопожарной техники. -Задачи на учебный год.

-Проведение открытых уроков. Дней «открытых дверей

-Выступления перед родителями.

-Участие в праздниках в соответствии со школьным календарем.

-Участие в концертах, танцевальных конкурсах и турнирах.

Тема 2. Освоение основных движений танца и пляски.

Теория:

-Знакомство с историей и особенностями танцев и плясок разных народов.

15

-Особенности музыки и техники исполнения и изучаемых танцев.

-Сравнительный анализ и разбор музыкальных отрывков.

Практика:

-Упражнения, развивающие «ритмическое движение» на примере сравнительного анализа произведений с различным музыкальным рисунком.

-Различные виды шагов. Этюды.

-Различные виды бега. Этюды.

- Различные виды подскоков и прыжков. Этюды.

-Положения рук в русских и национальных танцах. Этюды.

-Притопы. Шаги с притопом. Этюды.

-Шаги польки. Шассе.

-Дробные шаги, «дробушки». Этюды.

-Русский переменный ход, тройной шаг. Этюды.

-Танцевальные композиции и этюды с различным ритмическим рисунком.

Тема 3. Историка- бытовые бальные танцы.

Теория:

-Знакомство с историей возникновения и развития танцев данной группы.

- Танцы конца 19, начала 20 веков.

-Музыкальный ритм, базовые элементы, порядок исполнения танцевальных фигур и характер изучаемых танцев.

Практика:

-Разучивание элементов историка - бытовых танцев: поклоны, реверансы, галоп, шассе, « па-элеве», «па-галя», «па-курю» и др.

-Упражнения, этюды, основные движения, композиции в характере изучаемых танцев.

-Разучивание танцев (по усмотрению педагога) из рекомендованного списка танцев.

Тема 4. Отечественные бальные танцы.

Теория:

-Краткие сведения об истории развития отечественной бальной хореографии середины и конца 20 века.

-Названия, муз. ритм, базовые элементы, порядок исполнения фигур и характер изучаемых танцев.

-Связь отечественного бального танца с истоками народного творчества.

Практика:

16

-Упражнения, этюды, основные элементы и фигуры изучаемых танцев.

-Разучивание танцев (по усмотрению педагога) из рекомендованного списка танцев.

Тема 5. Танцы произвольной композиции.

Теория:

-Особенности стиля, музыки и техники исполнения танцев данной группы.

-Особенности исполнения танцев европейской и латино- американской программ.

Практика:

-Упражнения, основные движения, этюды, композиции изучаемых танцев.

-Упражнения и этюды в характере современной пластики.

-Композиции и этюды в стиле Диско.

-Элементы танца «Ритмический фокстрот»: карте вперед и назад, закрытый променад, стержневые повороты.

-Медленный вальс: закрытые перемены вперед и назад, правый поворот, левый поворот.

-Ча-ча-ча: основное движение, сольные повороты вправо и влево, пересечения.

-Простейшие элементы танцев современных «модных» направлений.

Тема 6. Репетиционная работа.

Практика:

-Отработка вариаций на основе пройденного танцевального материала.

-Подготовка групповых композиций для выступлений и показов на основе пройденного материала.

-Подготовка к показательным выступлениям на открытых уроках, родительских собраниях, школьных праздниках и др.

3.3.2.Рекомендованный репертуар 3 года обучения.

*Массовые танцы:*

-Веселая прогулка, Круговая кадриль , Вальс с хлопками и сменой пар.

-Танцы в ритме польки:

Полька Янка, Фигурная полька, Карнавальная полька.

*Ритмические танцы:*

-Веселая прогулка, Круговая кадриль, Меренга, Композиции танцев в современных ритмах,

*Историка - бытовые и отечественные танцы:*

17

-Конькобежцы, Падеграс, Па-зефир, Миньон, Фигурный вальс, Вальс –гавот, Русский бальный, Сударушка, Русский лирический, Сиртаки.

*Танцы свободной композиции:*

-Ритмический фокстрот, Медленный вальс, Квикстеп, Ча- ча- ча, Самба, танцы в характере современной пластики, новинки сезона.

 Педагог может использовать в работе и другие танцы, соответствующие тематике и не отраженные в рекомендованном списке.

Рекомендуется учитывать и ориентироваться на модные танцевальные направления массовой танцевальной культуры, а также включать в программу танцы, соответствующие тематике, но не вошедшие в данный перечень.

* 1. Ансамбль бального танца.

Учебный тематический план ансамбля бального танца.

 № Тема Количество часов

Темы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Всего Практика

1. Организационная работа 4 4
2. Постановочная работа 30 30
3. Репетиционная работа 22 22
4. Общественная, массовая работа и выступления 16 16

 Всего 72 72

Тема 1. Организационная работа.

-Общее собрание коллектива. Цели и задачи на учебный год.

-Инструктаж по Технике безопасности и противопожарной технике на занятиях.

-Правила поведения и дисциплины на занятиях.

Тема 2. Постановочная работа:

-Постановка композиций на темы русских и народных танцев

-Постановка композиций в ритме вальса.

-Постановка композиций на темы отечественной бальной хореографии.

-Постановка композиций с использованием фольклорных мотивов разных народов.

-Постановка композиций в характере современной пластики.

Тема 3. Репетиционная работа:

-Отработка поставленных композиций.

-Подготовка к выступлениям и массовым мероприятиям.

Тема 4. Общественная, массовая работа и выступления.

18

-Проведение шефских занятий с уч-ся младших классов силами участников

ансамбля.

-Участие в массовых мероприятиях и праздниках школы и района.

 4. Методическое и дидактическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

4.1. Форма и режим занятий.

Занятия ритмикой и ритмопластикой с целым классом и количеством уч-ся 20 чел. и более, предполагают групповую форму занятий с использованием индивидуальных показов, элементов спортивных состязаний, музыкальных игр, различных конкурсов и затей в соответствии с возрастными особенностями уч-ся.

Занятие может состоять из следующих разделов:

-Построение, приветствие, ознакомление с планом урока.

-Разминка, общие развивающие упражнения.

-Повторение пройденного материала.

-Разучивание отдельных элементов танца.

-Закрепление пройденного материала.

-Массовые танцы, игры, соревнования.

-Релаксация.

 При этом каждое занятие дополнительно может включать:

 -Ритмические упражнения в характере современной пластики.

-Задание на ориентирование в зале.

-Упражнения тренировочного характера,

-Небольшие беседы в виде вопросов и ответов.

-Прослушивание музыки и ее разбор.

-Личный показ преподавателя и др.

Описание предлагаемых к изучению танцев можно найти в методической литературе, рекомендованной для педагога.

 4.2. Приемы и методы организации учебного воспитательного процесса.

Занятия должны строиться с использованием разнообразных методов обучения:

*4.2.1. Словесный метод.*

-Рассказ педагога, объяснение.

-Беседа.

-Анализ музыкального произведения и др.

Словесные пояснения, сопровождающие показ, должны быть краткими,

19

образными, четкими. Они должны направлять внимание детей, как на

правильное направление движения, так и на связь его с музыкой. Для выработки у детей четкости, осмысленности - целесообразно применять имитационные движения или использовать образное сравнение.

*4.2.2. Наглядный метод.*

-Показ, исполнение педагогом.

-Просмотр видео материалов.

-Показательные выступления старших и хорошо успевающих учащихся

-Посещение выступлений др.танцевальных коллективов, танцевальных соревнований, турниров, фестивалей и пр.

 Показ играет в работе над движением большую роль. Он применяется при освоении технических навыков и подготовительных упражнений. Показ упражнений, отдельных движений и танца в целом используется во всем процессе работы над ним.

*4.2.3. Практический метод.*

-Тренинг.

-Выступления и др.

Многократные репетиции и тренировки позволяют закрепить полученные навыки и добиться качественного исполнения танцев и этюдов. Трудно и нецелесообразно добиваться того, чтобы дети овладевали вновь показанными движениями в процессе их разучивания. Эти движения следует повторять в разных играх и плясках, соединять с разной музыкой, чтобы они совершенствовались постепенно.

 4.3.Методическая литература

-Шутиков Ю.Н. «Учебно - методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танца». Изд. Синус-Пи, С.Пб 2006

-«Методическая разработка и материалы к проведению занятий по ритмической гимнастике». Педагогический институт им. Герцена. Л.1997

-В.М.Стриганов и В.И.Уральская. «Современный бальный танец». М.1997.

-Н.П.Ивановский. «Бальный танец 16-18 в». Минск.2004

 4.4. Дидактические материалы (специальная литература, СД диски, ДVД материалы):

-Для разминочной части урока и для упражнений по ОФП рекомендуется современная поп-музыка серии сборников «ХХХL» «Браво», «Горячая десятка» и др.

-Для Европейских и Латино - американских танцев рекомендуется серия сборников «Ballroom collection», «Basic Dance for ballroom».

 -СД «Танцы для начинающих» (авт. В.Бурлаков).

-СД «Ничего на свете лучше нету».

-СД «Детские танцы».

20

-The letter service on video

 4.5. Методические рекомендации к программе.

Во всех классах дети изучают аналогичные темы, но на различных уровнях, с усложнением танцевальной программы. Каждая группа танцев открывается материалом, который включает в себя подготовительные упражнения, экзерсис, элементы танцев, соответствующих данному году обучения, с обязательным повторением пройденной программы.

 В определенной последовательности излагаются: история танца, музыкальный ритм, поклон, позиции рук и ног, основные элементы, характеризующие танец, а затем - характерное сочетание движений танца, учебные комбинации и композиции танца.

Наиболее сложные элементы желательно включать в разминку, игру. В дальнейшем это поможет при изучении очередного танца.

Развитие музыкально - ритмического чувства осуществляется с помощью специальных ритмических упражнений. Для развития ориентировки в зале, зрительной и двигательной чувствительности, быстроты реакции - применяются упражнения, позволяющие выработать навыки сохранения нужных интервалов на месте, в кругу, в колонне, в шеренге. Также применяется движение в одиночку, парами, тройками, четверками и т.д. Движение может быть шагом, бегом или подскоками, развивающими умение выполнять различные повороты, перестроения, менять направления, рисунок движения.

 При исполнении танцев бальной хореографии следует обращать внимание на взаимодействие партнеров, ведение в паре. Менять состав пар для более быстрого усвоения материала, взаимообучения и укрепления дружбы в коллективе.

 При подборе музыкального сопровождения целесообразно избегать однообразия. Для этого необходимо предоставить учащимся возможность один и то же танец исполнять под разное музыкальное сопровождение, характерное для данного танца.

 При изучении сольных танцев (направления Диско и Хип-Хоп) желательно задавать сравнительные образы на группы движений, что поможет быстрее освоить заданный материал.

 В конце занятий целесообразно давать любые упражнения на релаксацию.

 В программу включены русские, народные танцы, латино- американские

 ритмы, танцы в ритме польки, фокстрота, вальса, современных ритмов.

Каждая группа танцев должна открываться материалами, которые включают подготовительные упражнения. Вслед за ними в определенной последовательности излагаются основные элементы, характеризующие

21

танцы данной группы; затем характерные сочетания движений, учебные композиции и этюды.

5. Заключение.

Данная программа является развивающей и знакомит учащихся с различными направлениями и стилями танцевальной хореографии.

Структура данной программы и используемая методика преподавания позволяет, в случае необходимости, адаптировать ее для обучения детей среднего и старшего возраста. В этом случае парные танцы и танцы свободной композиции приобретают главенствующее значение. Дети могут начать свое обучение в любом возрасте, и педагог легко корректирует нагрузку и основное направление бальной хореографии в зависимости от состава обучаемой группы.

6.Литература

*Для педагогов.*

-Ж.Далькроз. «Ассоциация ритмистов». Сборник М.1930

-Сосина АВ.Ю. «Азбука ритмической гимнастики». Здоровье. К.1986.

-Шутиков Ю.Н. «Учебно - методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам». С-Пб. 2006

-Выготский Л.С. «Лекции по педагогике». Иж. 2001.

-Даниленко И. «Педагог как практический психолог в системе дополнительного образования». РИЦ ГОУ СПб ГДТЮ. 2005.

-Колесникова А. «Бал в России: 18 нач.20 вв.». СПб 2005.

-Кох Н.Э. «Основы сценического движения». М.1976.

-Пуртова Т.В. и др. «Учите детей танцевать». М. 2004.

-Сборник «Современные танцы». М.1967.

-Стриганов М.В. и др. «Современный бальный танец». М. 19077.

-Беликова А.Н. «Бальные танцы» М.1985

-Богаткова А. «Танцы для детей». М.1959.

-Воронина И. «Историка - бытовой танец» М.1980

-Конорова Е.В. «Хореографическая работа со школьниками». Л.1958.

-Руднева С. И др. «Ритмика. Музыкальное движение». М.1972.

22

*Для учащихся:*

-Волынский А.Л. «Книга ликований». М.1992

-Вечеслова Т.Я. «Я - балерина». Л.-М. 1964

-Еремина М. «Роман с танцем» С-Пб. 1998

-Пасютинская В.М. «Волшебный мир танца» М.1985

-Уральская В.И. «Рождение танца» М.1982

-Красовская В. «Анна Павлова». Л.-М. 1964.