

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ
«ШКОЛА №105»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Школа №105»

Приходько Н.В.

Приказ от «__»

.2025 г

№ _____

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА:

Художественная направленность

«Ритмика»

Уровень программы : общекультурный базовый

Вид программы: модифицированная

Форма реализации программы:

разноуровневая

Возраст детей: от 10 до 12 лет

Срок реализации : 1 учебный год

Разработчик : Пустовая Н.Ю. ,

педагог дополнительного образования

г.Ростов-на-Дону

2025

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.Пояснительная записка

2.Учебно-тематический план и содержание программы

3.Методическое обеспечение программы

4.Список литературы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа (от *греч.* Programma - объявление, распоряжение) – по словарю – это содержание и план деятельности; изложение основных положений деятельности организации или отдельного деятеля, а также краткое изложение учебного предмета.

Это документ, отражающий деятельность конкретного педагога, объединения, учреждения или целого региона. С другой стороны, это вид творческой разработки по какому-либо педагогическому, учебно-творческому, репродуктивному, рекреационному виду деятельности, как педагога (учреждения, объединения), так и занимающихся у него детей и подростков.

Направленность программы и направление деятельности

Направленность программы – художественная направленность.

Направление деятельности – обучение детей хореографическому искусству.

Нормативная база программы

Данная программа разработана в соответствии с

Законом Российской Федерации «Об образовании» в редакции Федерального закона от 30 декабря 2001 г. № 194-ФЗ;

Конституцией Российской Федерации, Конвенцией ООН «О правах ребенка» (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года);

Концепцией модернизации образования на период до 2010 года; Законом Российской Федерации «Федеральная программа развития образования», принятым 10 апреля 2000 г. № 51-ФЗ; с программой развития воспитания в системе образования Российской Федерации на 2002-2010 годы (которая ориентируется на повышение статуса, обновление содержания и структуры воспитания на основе отечественных традиций и современного опыта, на обеспечение многомерности и интегрированности учебного и воспитательного процессов, баланса государственного, общественного и семейного воспитания, ориентируется на современные механизмы воспитания и его приоритеты в образовательных учреждениях всех типов).

Структура программы выстроена в соответствии с рекомендациями Министерства образования и науки России от 11.12.2006г. №06-1844,

опубликованных в Приложении к письму Департамента молодёжной политики, воспитания и социальной поддержки детей в журнале «Дополнительное образование и воспитание», № 3, 2007 года.

Вид программы и её уровень

Вид программы – модифицированная.

Уровень – общекультурный базовый.

Для модификации использовался материал собранный автором-составителем программы и его многолетний опыт в данной области, а также программы педагогов-практиков.

Отличительные особенности образовательной программы «Ритмика»:

- Многопрофильность (широкий спектр предлагаемых направлений танца: классический, народный и современный танец);
- Массовость (как критерий проводимых мероприятий);
- Максимальное снижение негативного влияния социума через погружение в мир искусства, в коллектив; толерантность программы (по этой программе занимаются дети различных национальностей и вероисповеданий);

Предполагается, что освоение основных разделов программы танцевального объединения "Форвард" поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Новизна программы заключается в проведении параллели между освоением хореографических основ и танцтерапии, как фактором общего физического оздоровления ребёнка.

В настоящее время всё больше рождается детей ослабленных, с врождёнными предрасположенностями тех или иных наследственных заболеваний. А у других ребят, на первый взгляд здоровых, в дальнейшем обнаруживаются дефекты опорно-двигательного аппарата, обусловленные многими факторами современного проживания.

Поэтому данная образовательная программа включает в себя большой материал по исправлению дефектов опорно-двигательного аппарата посредством танцев, так называемая «танцтерапия».

В процессе работы над движениями, связанными с музыкой, формируется правильная осанка, а музыкально-ритмические упражнения позволяют решать задачи общего физического воспитания: ведение здорового образа жизни, физическая тренировка тела.

Совершенствуются двигательные навыки, умение владеть своим телом, укрепляются мышцы. Происходит благотворное воздействие на работу органов дыхания и кровообращения.

К тому же танец - это чувства, выраженные в движениях и жестах, подчиненные ритму или музыке. Танец таит в себе огромные перспективы для успешного художественного и эстетического воспитания для гармоничного духовного и физического развития. Он приносит радость, как исполнителю, так и зрителю.

Педагогическая целесообразность

программы заключается, в первую очередь, в том, что в искусстве хореографии как раз и заложен определенный набор нравственных ценностей. Именно хореографическое искусство успешнее всего реализует развитие толерантности, способности к сотрудничеству, ответственности; формирует умение принимать решения и осуществлять их; позволяет учащемуся реально оценивать собственные ресурсы, осознанно выбирать сферу применения имеющихся способностей.

Критериями личностного развития учащихся средствами хореографического искусства являются следующие новообразования: переход к новому уровню мышления, новым способам деятельности и формам поведения; рост уровня активности, самостоятельности, самоорганизации, самореализации, развитие физического потенциала, физиологических функций организма; приобретение личного опыта; развитие уверенности в себе; предотвращение различных психологических комплексов, мышечных зажимов. Показателями личностного развития являются проявления субъективности: становление внутреннего мира и внутренних механизмов саморегуляции личности, ее деятельности и поведения.

Эстетическое воспитание средствами танцевального искусства - целенаправленный процесс формирования творческой активности личности,

способной понимать и оценивать прекрасное: классическое, народное и современное танцевальное искусство; жить и творить “по законам красоты”.

Данная программа не ставит своей задачей воспитание профессиональных танцоров, однако дает возможность развивать природные способности и задатки учащихся.

Актуальность программы

Специфика деятельности учреждений дополнительного образования состоит в том, что в системе школьного образования предусмотрены обязательные художественные эстетические дисциплины: музыка, пение, ИЗО. Но отсутствует танец. Поэтому в системе дополнительного образования есть возможность восполнить этот пробел. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественный вкус, помогает познать себя как индивидуальность, является средством общения с другими людьми и вовлекает в круг социальной жизни. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Танцевальное искусство подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, развивать и тренировать мышечную силу, пластику рук, грацию, осанку и выразительность.

Ребёнок вправе выбирать любой вид деятельности, заниматься сразу в двух-трёх различных кружках и не обязан посещать каждое занятие. И только от мастерства педагога и заинтересованности ребёнка будет зависеть эффективность деятельности педагога, а также наполняемость групп, т.е. от того, насколько хорошо продумана программа.

Ритмика, как составляющая танцевального занятия развивает внимание, сосредоточенность, укрепляет волю, стремление достичь поставленной цели. Безусловно, занятия хореографией оказывают положительное действие на здоровье детей в целом. Велика и воспитательная роль занятий хореографией.

Цель программы

Гармоничное развитие ребенка посредством хореографического искусства, воспитание стремления к творчеству, овладению танцевальными навыками, формирование сферы жизненных интересов.

Задачи программы:

Первый год обучения

Научить (выучить):

- ✓ строение тела
- ✓ основы музыкально-ритмической деятельности (характер музыки, темп, ритм)
- ✓ понятие танец, хореография
- ✓ понятия линия, круг, диагональ
- ✓ что такое «организованность» и «самостоятельность»
- ✓ позиции рук
- ✓ позиции ног
- ✓ держать прямо спину (правильная осанка)
- ✓ различать характер музыки
- ✓ пластично двигаться в танце
- ✓ исполнять элементы партерной гимнастики
- ✓ исполнять танцевальные композиции
- ✓ исполнять музыкально-танцевальные игры
- ✓ психологически настроиться перед выступлением, конкурсом и тд.
- ✓ самостоятельной работе над комбинациями и этюдами в разных танцевальных стилях;
- ✓ анализировать, разбирать свои ошибки и ошибки товарищей по коллективу в танцах, постановках.

Воспитательные:

- создать условия для освоения моральных, этических норм, азов этикета и эстетики; правил поведения в обществе;
- воспитывать работоспособность и требовательность к себе;
- формировать навыки общения со сверстниками; способствовать созданию атмосферы психологического комфорта в группе;
- расширять кругозор и повышать культурный уровень воспитанников.

Формирующие:

- формировать образное мышление, эстетический вкус, музыкальность;
- сформировать навык коллективной работы и творческой дисциплины, развитие межличностных отношений;
- способствовать формированию стремления к самосовершенствованию.

Развивающие:

- развивать становление основных психических процессов ребенка: эмоциональной сферы, воображения, фантазии, памяти, внимания, ассоциативно-образного мышления;
- способствовать развитию мышечной силы, гибкости, скоростно-силовых и координационных способностей;

Объем и срок освоения программы: 1год , 70 ч в соответствие расписанию занятий

Режим занятий: 2часа в неделю

Наполняемость : 30 человек

Форма обучения: групповая

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1-ГОД ОБУЧЕНИЯ

№	ТЕМА	Количество часов			дата
		всего	теория	практика	
1	Организационное занятие	2	1	1	2.09 2.09
2	Азбука музыкального движения.	8	2	6	09.09 09.09 16.09 16.09 23.09 23.09 30.09 30.09
3	Музыкально-ритмическая деятельность	8	2	6	07.10 07.10 14.10

					14.10 21.10 21.10 11.11. 11.11.
4	Элементы классического танца	8	2	6	18.11. 18.11 25.11 25.11 02.12. 02.12. 09.12 09.12
5	Партерная гимнастика	8	2	6	16.12 16.12. 23.12 23.12 30.12. 30.12.

					13.01 13.01
6	Элементы народного танца	10	2	8	20.01 20.01 27.01 27.01 03.02 03.02 10.02 10.02 17.02 17.02.
7	Музыкальные игры. Детский игровой стрейчинг	4	1	3	24.02 24.02 03.03 03.03
8	Постановочная и репетиционная	16	2	14	

	работа				10.03 10.03 17.03 17.03 24.03 24.03 07.04 07.04 14.04 14.04 21.04 21.04 28.04 28.04 05.05 05.05
9	Концертная деятельность	4	1	3	12.05 12.05 19.05 19.05
10	Итоговое занятие	2	0	2	26.05 26.05
Ито		70	15	55	

	Г0:				
--	------------	--	--	--	--