

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Новосибирска
«Детская школа искусств №18».

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от « 12 » 08 2024г.
Приказ № 39-020
от « 02 » 09 2024г.



Утверждаю:
директор МБУДО ДШИ № 18

Н.В.Филимонюк

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«ОБЩЕЕ ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ»
(группы раннего развития)**

**ПРОГРАММА
по учебному предмету
РИТМИКА**

Составитель: преподаватель
хореографического отделения ДШИ №18
Мильчакова Л.А.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА
НОВОСИБИРСКА "ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ №
18"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА "ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ № 18"
DN: c=RU, st=Новосибирская область, street=ул. Саянское, 111/1, l=город Новосибирск, title=Директор, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА "ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ № 18", 1.2.643.1.100.1-120031303235343031343933303833, 1.2.643.100.3-1208303234323933331323133, 1.2.643.1.100.4-120433543034313335373332, 1.2.643.3.131.1-120533430343039363739393639 email=ds18@bk.ru, givenName=Наталья Владимировна, sn=Филимонюк, cn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА "ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ № 18"
Дата: 2024.09.09 16:21:13 +07'00'

Новосибирск 2024

Структура дополнительной общеразвивающей программы

I. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*
- *Цели и задачи учебного предмета;*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета;*
- *Методы обучения;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;*

II. Содержание учебного предмета

- *Сведения о затратах учебного времени;*
- *Требования по годам обучения;*
- *Годовые требования по классам.*

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- *Критерии оценки;*

V. Методическое обеспечение учебного процесса

- *Методические рекомендации педагогическим работникам;*
- *Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся;*

VI. Списки рекомендуемой учебно-методической литературы

I. Пояснительная записка

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития. Уроки ритмики развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков учеников. Дети получают возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность.

Уровень программы – вводный.

Актуальность программы определяется запросами родителей и потребностью детей в самореализации и проявлении индивидуальности в творчестве.

Педагогическая целесообразность состоит в том, что занятия ритмики положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно выполнить движения, вовремя включиться в деятельность. Такие занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения учеников.

Срок реализации учебного предмета

Срок освоения программы для детей составляет 2 года.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Ритмика»:

Таблица 1

Срок обучения/количество часов	5 лет	6 лет
	Количество часов	
Максимальная нагрузка	70 часа	35 часа

Количество часов на аудиторную нагрузку	70 часа	35 часа
Недельная аудиторная нагрузка	2 часа	1 час

Форма проведения учебных аудиторных занятий: мелкогрупповая (от 4 до 10 человек), рекомендуемая продолжительность урока – 30 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

Цель программы:

Развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи:

Обучающие:

- формировать необходимые двигательные навыки;
- развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающие:

- способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательные:

- способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Отличительные особенности программы — это один из немногих видов деятельности, позволяющий сочетать «несочетаемое»: искусство, пластику, владение телом, спорт, умение общаться, ритмику движения, образ танца.

Обоснование структуры учебного предмета «Гимнастика»

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

Методы обучения

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

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения).

Предложенные методы работы по гимнастике в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее

продуктивными при решении дидактических задач и основаны на проверенных методиках и многолетнем опыте.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

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

Библиотечный фонд МБУДО ДШИ № 18 укомплектован печатными и электронными изданиями основной и дополнительной учебной и учебно-методической литературой по хореографическому искусству, истории мировой культуры, художественными альбомами.

Хореографический класс имеет пригодное для танца напольное покрытие (специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки), зеркала, музыкальные инструменты (фортепиано, баян), учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий; мультимедийное устройство.

II. Содержание учебного предмета

Первый год обучения

Основные задачи и навыки:

Вводное занятие:

Учащиеся знакомятся с предметом «Ритмика». Беседа о целях и задачах, правилах поведения на занятиях ритмики, о форме одежды для занятий.

Основы хореографии:

1.Поклон.

2.Обучающиеся знакомятся со следующими понятиями: позиции ног; позиции рук; позиции в паре; точки класса.

3.Разминка: развитие координации, памяти и внимания, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Постановка корпуса.

Позиции рук. Основные правила.

Позиции ног. Игры: «Передвижение в пространстве».

Построения. Движения по линии танца и диагональ.

Ходьба с координацией рук и ног. Ритмико-гимнастические упражнения. «Узнай себя».

Движения на развитие координации «Игра на концентрацию внимания».

Изучение элементов партерной гимнастики.

Упражнения для профилактики плоскостопия. Игра «Паровоз».

Танцевальная зарядка.

Прыжки с двух ног.

Упражнения, развивающие пластику.

Галоп, шаг польки.

Приставной шаг и каблучные движения.

Упражнения для укрепления брюшного пресса.

«Мостик» из положения лежа, «Лодочка», «Корзиночка», «Свечка».

Разучивание элементов Польки.

Настроение в музыке и танце.

Характер исполнения танцевальных движений.

Простой хороводный шаг.

Шаг с притопом на месте.

Полуприседание с выставлением ноги на пятку.

Подвижные игры

Прыжки с поджатыми ногами, прыжки «Разножка», прыжки с поворотом на 1/4.

Второй год обучения

Основные задачи и навыки:

1. Закрепляются знания и навыки.

2. Общеразвивающие упражнения:

- простые бытовые шаги на каждую четверть;
- шаги на полупальцах;
- шаги с вытянутого носка;
- шаги на пятках;
- сочетание шагов на пятках и носках;
- шаги с высоко поднятыми коленями («цапля»);
- подъем на полупальцы и опускание на всю стопу по VI позиции;
- приседания и выпрямление ног по VI, II и I позициям;
- перенос веса тела с одной ноги на другую;
- упражнения на развороты стоп из VI позиции в I поочередно правой и левой, затем одновременно двух стоп;
- упражнения на устойчивость – «цапля». Подъем и опускание согнутой в колене ноги по VI позиции;
- сгибание ноги с отведением голени назад (в дальнейшем выполняется с продвижением на легком беге);
- шаг в сторону с приставкой (*раз-два*), два хлопка (*три-четыре*);
- шаг вперед с приставкой (*раз-два*), два хлопка (*три-четыре*);
- «пружинка» с шагом (*на затакт – присесть, раз – шагнуть вправо, выпрямляя колени, и – присесть, два – приставить левую ногу к правой, выпрямляя колени*);
- прыжки по VI позиции в различном темпе и ритме;

- прыжки трамплинные по I, II и VI позициям;
- бег с высоко поднятыми коленями («лошадки»);
бег с подниманием выпрямленных ног вперед и назад;
мелкий бег на полупальцах;
- подскоки на месте с поворотом вправо, влево.

Движения по линии танца:

- на носках, каблуках;
- шаги с вытянутого носка;
- перебаты стопы;
- высоко поднимая колени «цапля»;
- выпады;
- ход лицом и спиной;
- бег с подскоками;
- галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов.

3. Упражнения на улучшение гибкости:

- наклоны вперед, назад, в стороны, круговые движения;
- ноги во II свободной позиции, наклоны вперед, кисти на полу;
- ноги в VI позиции, наклоны вперед, кисти на полу;
- сидя на полу, наклоны вправо, влево, вперед;
- сидя на полу в парах, наклоны вперед;
- «бабочка»;
- «лягушка»;
- полу шпагат на правую ногу, корпус прямо, руки в стороны;

- полу шпагат на левую ногу, корпус прямо, руки в стороны;
- полу шпагат на правую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- полу шпагат на левую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- «кошечка»;
- «рыбка».

Знания и умения:

- знать танцы, выученные за год;
- уметь координировать движения;
- уметь ориентироваться в танцевальном классе.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Ритмика», и предполагает формирование комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание анатомического строения тела;
- знание приемов правильного дыхания;
- знание правил безопасности при выполнении физических упражнений;
- знание о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни;
- умение выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

- умение сознательно управлять своим телом;
- умение распределять движения во времени и в пространстве;
- владение комплексом упражнений на развитие гибкости корпуса;
- навыки координаций движений.

IV. Формы аттестации и оценочные материалы

Оценка качества освоения учебного предмета включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося в конце каждого учебного года. В качестве средств текущего контроля успеваемости используются просмотры, зачетные занятия, открытые уроки. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточный контроль:

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных занятий.

Оценивается:

- уровень знаний, умений и навыков, получаемых детьми.
- степень развития художественно-творческих способностей ребёнка, его личностных качеств.
- уровень развития общей культуры ребёнка (уровни: нулевой, низкий, средний, высокий).

Функции аттестации:

- Учебная (создает условия для обобщения пройденного материала);
- Воспитательная (является стимулом к расширению познавательных интересов);

- Развивающая (позволяет понять учащимся уровень их актуального развития);

По результатам текущей и промежуточной аттестации, по итогам выпускной итоговой аттестации выставляются оценки: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценок:

Таблица 2

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение

	программных требований
--	------------------------

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В связи со сложившейся традицией МБУДО ДШИ № 18 и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на контрольном уроке.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

Методические рекомендации педагогическим работникам

Основная форма учебной и воспитательной работы - урок в классе, обычно включающий в себя проверку выполненного задания, совместную работу педагога и ученика по выполнению упражнений, рекомендации педагога относительно способов самостоятельной работы обучающегося. Урок может иметь различную форму, которая определяется не только конкретными задачами, стоящими перед учениками, но также во многом обусловлена их индивидуальностями, а также сложившимися в процессе занятий отношениями учеников и педагога.

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении

материала. Весь процесс обучения должен быть основан на выполнении известных правил: от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному.

Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из физических возможностей ребенка. Необходимым условием для успешного обучения на уроках ритмики является формирование у ученика уже на начальном этапе правильной постановки корпуса, рук, ног и головы. С первых уроков полезно ученику рассказывать об анатомическом строении тела, о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни.

Преподаватель в занятиях с учеником помогает учащимся увидеть образ движения. Ученик впитывает, как губка, все впечатления от действий педагога, поэтому все поведение педагога на уроке должно строиться, как положительный образец правильного отношения к общему делу, а показ должен быть точным, подробным и качественным. Показом надо пользоваться умело – то есть не злоупотреблять им в тех случаях, когда в нем нет необходимости. Нет смысла показывать движение, которое хорошо известно; это снижает интерес к занятиям и ничего не дает для развития памяти учеников.

Техника исполнения является необходимым средством для выполнения любого гимнастического упражнения, поэтому необходимо постоянно стимулировать работу ученика над совершенствованием его исполнительской техники.

Особое место занимает работа над координацией движений, поэтому, с первых лет обучения необходимо развивать ловкость, как одно из наиболее важных двигательных качеств, необходимых на уроках гимнастики. Без ловкости нельзя усвоить ни одно упражнение. Она позволяет избежать травм при выполнении сложных движений, что требует умения распределять внимание.

Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа, поэтому, готовясь к уроку, преподаватель должен, прежде всего, определить его направленность.

Важным методом правильной организации урока является продуманное, спланированное размещение учащихся. При выполнении движений на середине зала лучше размещать детей в шахматном порядке, чтобы преподаватель мог лучше видеть их, причем через 2-3 урока следует менять линии.

Для самоконтроля за упражнениями необходимо проводить занятия перед зеркалом. Однако занятия перед зеркалом следует чередовать с занятиями без зеркала, чтобы учащиеся учились контролировать свои движения лишь с помощью мышечного чувства.

Одна из самых главных методических задач преподавателя состоит в том, чтобы научить ребенка работать самостоятельно. Творческие задачи развивают такие важные для любого вида деятельности личные качества, как воображение, мышление, увлеченность, трудолюбие, активность, инициативность, самостоятельность. Эти качества необходимы для организации грамотной самостоятельной работы, которая позволяет значительно активизировать учебный процесс.

VI. Список рекомендуемой методической литературы

Основная литература:

1.Акулова тренаж в коллективе народного танца (метод. Письмо). – НМЦ, 1981.

2.Анисимов музыкальных способностей детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – 128 с.

- 3.Базарова танец. – Л.: Искусство, 1975.
 - 4.Батырев А., Бурцева Г. Композиция танца. – Барнаул, НМЦ, 1991. – 34 с.
 - 5.Буданова образование: норматив. док. и материалы. – М.: Просвещение, 2008.
 - 6.Буренина танцы – игры для детей: Учеб. пособие. – СПб. Издательство «Музыкальная палитра»,2004. – 36 с.
 - 8.Ваганова классического танца. – Л.: Искусство. 1980.
 - 9.Голейзовский К. Искусство, 1968. – 64 с.
 - 10.Голованов и технология работы педагога дополнительного образования: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: ВЛАДОС, 2004.
 - 11.Гусев преподавания народного танца. Танцевальные движения икомбинации на середине зала: Учеб. Пособие для студ. Вузов культуры и искусств. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС,2003
 - 12.Гусев преподавания народного танца. Этюды: учеб. пособие для студ. хореограф. фак. вузов культуры и искусств /. – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС,2004.
- Дополнительная литература:**
- 1.Дополнительное образование детей: сборник авторских программ / ред. – сост. Вып. 3. – М.: Народное образование, 2007.
 - 2.Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманьянц Е. Народно – сценический танец. М., 1976.
 - 3.Сценическое воспитание на уроке хореографии//Учитель. – №3, май – июнь 2003.
 - 4.Казаринова Т. Магическая сила пространства сцены // Сов. Балет, 1991.

5.Каргина пособие для педагога дополнительного образования//
Библиотека журнала «Воспитание школьников» - Изд. доп. Вып. 77. – М.:
Школьная Пресса, 2008.