|  |
| --- |
| **МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  **УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  **«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ №3» ГОРОДА ТОМСКА**  **МАОУДО «ДШИ № 3»**  «**Ритмика и танец**»  **Программа учебного предмета дополнительной общеразвивающей**  **программы в области хореографического искусства**  **«Основы детского танца»**  **ПО.01. УП.01.**  **Срок реализации – 2 года**  **ТОМСК**  **2024** |

Разработчики: Широкова Елена Ивановна – преподаватель высшей квалификационной категории

**Пояснительная записка**

Программа учебного предмета **«Ритмика и танец»** создана в соответствии с Приказом Минкультуры России от 02.06.2021 № 754 «Об утверждении Порядка осуществления образовательной деятельности образовательными организациями дополнительного образования детей со специальными наименованиями, «Детская школа искусств», «Детская музыкальная школа», «Детская хоровая школа», «Детская художественная школа» и т.д. (зарегистрировано в Минюсте России 06.07.2021 №64126), Образовательное учреждение (далее по тексту - Школа) вправе реализовывать дополнительную общеразвивающую программу в области искусств, при наличии соответствующей лицензии на осуществление образовательной деятельности.

Программа является частью дополнительной общеразививающей программы в области хореографического искусства «Основы детского танца». Учебный предмет «**Ритмика и танец**» относится к **обязательной части** образовательной программы.

Учебная программа «Ритмика и танец» рассчитана на два года обучения. Возраст обучающихся поступающих в 1 класс от шести лет шести месяцев.

Объем аудиторной нагрузки, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета «**Ритмика и танец**», составляет 2 аудиторных часа в неделю.

Самостоятельная работа не предусмотрена, иные виды внеаудиторной работы определяются ОУ Программой творческой, методической и культурно-просветительской деятельности.

Форма проведения учебных аудиторных занятий групповая (от 11 человек) и мелкогрупповая (от 4 до 10 человек) в зависимости от площади учебной аудитории. Продолжительность одного занятия – 40 минут.

**Цель учебного предмета:** развитиемузыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностейучащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

**Задачи учебного предмета:**

* формирование танцевальных умений и навыков в соответствии с программными требованиями;
* воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
* развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
* приобщение к здоровому образу жизни;
* формирование правильной осанки;
* развитие творческих способностей;
* развитие темпо - ритмической памяти учащихся.

**Объём учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Индекс, наименование учебного предмета** | **Трудоёмкость в часах** | | **Распределение по годам обучения** | |
| **1-й класс** | **2-й класс** |
| **количество недель аудиторных занятий** | |
| 34 | 35 |
| **недельная нагрузка в часах** | |
| **ПО.01. УП.01.**  **«Ритмика и танец»** | **Аудиторные занятия (в часах)** | **138** | **2** | **2** |

***Формы и методы контроля, система оценок***

*1.Аттестация: цели, виды, форма, содержание.*

Порядок и правила проведения контроля усвоения обучающимися знаний, умений и навыков отражены в положении о текущем контроле знаний и промежуточной аттестации обучающихся.Виды аттестации по предмету ««**Ритмика и танец**»»: текущая и промежуточная.

*Текущий контроль* направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения обучающихся к изучаемому предмету, повышение уровня усвоения текущего учебного материала. Текущий контроль осуществляется регулярно преподавателем, ведущим предмет, в целях оперативного отслеживания за успехами обучающихся. Содержание текущего контроля отражает объем пройденного учебного материала, а также уровень его освоения.

*Промежуточная аттестация* по учебному предмету проводится с целью отслеживания уровня усвоения комплекса знаний, умений и навыков. Форма проведения промежуточной аттестации – контрольный урок. Итоговая аттестация по предмету проводится в соответствии с графиком промежуточной аттестации.

**График промежуточной аттестации**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Класс*** | ***Виды контрольной проверки*** | ***Месяц проведения*** | ***Программные требования*** |
| ***1 класс*** | Контрольный урок | май | Контрольный урок, выпускной экзамен проходит в форме урока, в который преподаватель включает пройденный за учебный год материал, составляя его в комбинации. Учащиеся должны грамотно и  музыкально выполнить этот урок. |
| ***2 класс*** | Контрольный урок | май |

*2.Требования и критерии оценки*

Оценка должна быть объективной и справедливой, понятной для обучающегося,выполнять стимулирующую функцию.

Качество подготовки обучающихся, оценивается по пятибалльной шкале: 5 (отлично), 4 (хорошо), 3 (удовлетворительно), 2 (неудовлетворительно).

**«5»** - грамотное, техничное исполнение программного материала в полном объеме. Умение точно выполнять учебные задания, выразительное, музыкальное исполнение движений. Освоение и сознательное исполнение принятой в танце постановки корпуса, ног, рук, головы.

**«4»** - исполнение программного материала с возможным допущением незначительных ошибок в сложных движениях. Исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техничное.

**«3»** - не в достаточное степени владение пройденным материалом. Невнимательное и невыразительное исполнение.

**«2»** - абсолютное невладение пройденным материалом, допущение грубых ошибок.

При оценке навыков, умений и знаний учитывается:

-техническая точность исполнения движений;

-художественная и эмоциональная передача образа;

- уровень физического развития (гибкость, выворотность, прыжок, шаг, музыкальность);

- соответствие стилю, характеру, жанру исполняемого танца, комбинации

**Содержание учебного предмета**

Музыкально-ритмическое воспитание занимает важное место в системе художественно-эстетического образования. Учебный предмет «Ритмика и танец» является первой ступенью в хореографическом образовании. Его освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности. Развивается умение передать характер музыки и содержание образа через движение. Учебный предмет «Ритмика и танец» является базовым для освоения другими хореографическими дисциплинами.

Содержание учебного предмета «Ритмика и танец» направлено на обеспечение разносторонней подготовки обучающихся. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет музыкально - ритмическая деятельность, упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера.

Материал программы включает следующие разделы:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

2. Танцевальная азбука.

3. Танцевальные движения.

4. Творческая деятельность

Материал по учебному предмету «Ритмика и танец» изучается концентрическим методом в течение всего учебного года. Уроки строятся комплексно, включая материал разных разделов. Последовательность изучения движений определяется главным методическим принципом - от простого к сложному. Наряду с прохождением новых движений, должен закрепляться и весь пройденный материал. Для этого его необходимо включать в более сложные комбинации.

Для удобства материал изложен отдельно по темам, что не должно нарушать принципа концентрического изучения его на занятиях.

**Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:** включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением.   
 Также целесообразно ввести разучивание и использование аэробики, как тренажа, которая помимо развития и укрепления мышц шеи, рук, плечевого пояса, ног, туловища, стопы, развивает детей ритмически, вносит в занятие массу положительных эмоций, доставляет детям радость и удовлетворение от красивых двигательных упражнений, воспитывает эстетически.

**Раздел 2. Танцевальная азбука** включает упражнения, способствующие формированию правильной осанки, постановки корпуса, выработки координации движений. Помогают исправить физические недостатки, учат правильно дышать при исполнении упражнений и танцев.

**Раздел 3. Танцевальные движения** используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Очень важно обогатить детей запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.

**Раздел 4. Творческая деятельность** включает в себя игры, создание творческих ситуаций, танцевальную импровизацию (сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему). Кроме этого в содержание раздела могут входить задания на развитие ритмопластики, инсценирование стихотворение песен, сказок и т.д., этюды для развития выразительности движений. Организация творческой деятельности обучающихся позволяет преподавателю увидеть характер ребёнка, найти к нему индивидуальный подход с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребностей в данном виде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

**Первый класс (первый год обучения)**

В задачи первого года обучения входит:

- освоение понятий «сильная» и «слабая» доли, «метр», «ритм», «предложение», «лад», «темп», «динамика»;

- развитие навыков воспроизведения простых ритмических рисунков с помощью хлопков и притопов ног;

- освоение элементов «танцевальной азбуки»;

- освоение простых видов танцевальных движений;

- исполнение несложных танцевальных этюдов.

**Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты**

**1.1. Средства музыкальной выразительности**: упражнения для развития умения двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, жанром, ладовой и регистровой окраской, темпом и динамикой.

**1.2. Строение музыкального произведения**: понятия: вступление, часть, музыкальная фраза. Упражнения на смену движений в зависимости от смены частей, предложений и фраз. Определение характера частей и исполнение движений в характере музыки.

**1.3. Ритмический рисунок**: сильные-слабые доли, метрическая пульсация, акценты, музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4). Воспроизведение на хлопках и шагах разнообразных ритмических рисунков.

**Раздел 2. Танцевальная азбука**

**2.1. Постановка корпуса, упражнения для отдельных групп мышц:** шеи, плечевого сустава, рук, ног, бёдер, корпуса.

**2.2. Упражнения на ориентировку в пространстве:** повороты вправо, влево, движение по линии танца и против линии танца, движение по диагонали.

**2.3. Построения и перестроения:** построение в круг, в линию, в две линии; в колонну по одному, в пары и обратно, из колонны по два в колонну по четыре и обратно, сужение и расширение, упражнения и игры на ориентацию в пространстве.

**Раздел 3. Танцевальные движения**

**3.1. Виды ходьбы:** бодрый шаг, высокий шаг, шаг на носках, пружинистый шаг.

**3.2. Виды бега:** лёгкий, танцевальный, широкий, высокий, стремительный.

**3.3. Прыжковые движения:** на двух ногах на месте, с продвижением.

**3.4. Подскоки:** лёгкие, сильные, прямой галоп.

**3.5. Хлопки**

**3.6. Упражнения с атрибутами** (мячи, ленты и т.д.)

**Раздел 4. Творческая деятельность**

**4.1. Танцевальные этюды:** «Кузнечик», Галоп шестёрками, Полька - хлопушка, «Автостоп», «Большая прогулка» и т.д.

**4.2. Музыкально-ритмические игры:** «Цапля и лягушки», «Водяной», «Отгадай, чей голосок», «Воробушки», «Найди свой предмет», «Эхо», «Музыкальные стулья» и т.д.

**4.3. Импровизация:** сочинение танцевальных движений в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

**Второй класс (второй год обучения)**

В задачи второго года обучения входит:

- формирование навыка создания танцевальных образов в соответствии с музыкальным материалом;

- освоение простых музыкальных форм;

- закрепление навыка постановки корпуса, рук, ног, головы;

- усложнение танцевальных движений;

- исполнение несложных танцевальных этюдов.

**Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты**

**1.1.**  **Средства музыкальной выразительности**: определение характера музыкального произведения, средств музыкальной выразительности; создание танцевальных образов в соответствии с музыкальным материалом. Согласованность движений с темпом, динамикой, ладовой окраской.

**1.2. Строение музыкального произведения**: понятия - вступление, часть, музыкальная фраза; простые музыкальные формы. Упражнения на смену движений в зависимости от смены частей, предложений и фраз. Определение характера частей и исполнение движений в характере музыки.

**1.3. Ритмический рисунок**: сильные - слабые доли, метрическая пульсация, акценты, музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4). Воспроизведение в упражнениях разнообразных ритмических рисунков.

**Раздел 2. Танцевальная азбука**

**2.1. Постановка корпуса, упражнения для отдельных групп мышц:** основные навыки постановки корпуса, рук, ног, головы. Использование аэробики, как тренировочного комплекса упражнений.

**2.2. Упражнения на ориентировку в пространстве:** построение основных рисунков танца, изучение точек зала.

**2.3. Построения и перестроения:** перемещение по залу в различных направлениях по периметру, шеренгами по восемь человек, кругами (по 2, концентрическими кругами), по диагонали, змейками. Перестроение из колонны по одному в колонну по три, по четыре на месте и с продвижением. Перестроение из троек и четвёрок в кружочки и звёздочки. Перестроение в парах: обход одним партерном другого, до-за-до и др. Перестроения, усложнённые различными видами ходьбы и исполнением танцевальных движений.

**Раздел 3. Танцевальные движения**

**3.1. Виды шагов:**танцевальный шаг с носка, шаг с пятки, шаг на полупальцах, приставной шаг, шаги на полуприседании, пружинистый шаг, маршевый шаг, галоп (прямой, боковой), подскок, лёгкий бег, стремительный бег, бег с ускорением.

**3.2. Прыжковые движения:** выполнение прыжковых комбинаций с использованием хлопков, поворотов и т.д.

**3.3. Упражнения с атрибутами** (мячи, ленты, бубны, гимнастические палки и т.д.)

**Раздел 4. Творческая деятельность**

**4.1. Танцевальные этюды:** «Танец утят», «Мяч», «Эх, хорошо», «Белочки», «Кошечки» и т.д.

**4.2. Музыкально-ритмические игры:** «У медведя во бору»», «Два Деда Мороза», «Кто живёт в лесу», «Игра с бубном», «Мышеловка» и т.д.

**4.3. Импровизация:** сочинение танцевальных движений в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

Результатом освоения программы учебного предмета «Ритмика» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

* знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
* знание понятия лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;
* наличие первичных знаний о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
* умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
* наличие навыков двигательного воспроизведения ритмических рисунков;
* наличие навыков сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

Краткие методические рекомендации

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие ***хореографические принципы:***  
• принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;   
• принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;   
• принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

**Принципы дидактики:**   
• принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;   
• принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;   
• принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, танцевальных элементов;   
• принцип наглядности, наблюдения, показа;   
• принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;   
• принцип доступности.  
Для реализации программы в работе с обучающимися применяются следующие ***методы***:   
1. метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения–образы;   
2. метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология;  
3. метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;  
4. метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков.

***Приёмы***: комментирование, инструктирование, корректирование.

Структура всех занятий имеет единую форму и включает три основные части:

**Подготовительная** Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния обучающихся; умеренное разогревание организма.  Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом группы и уровнем подготовки.

**Основная**

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; музыкально-ритмическая деятельность изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; творческая деятельность

Порядок решения задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

**Заключительная**

Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Данная структура не ограничивает вариативности проведения занятий. Они могут отличаться дозировкой частей урока и движений, амплитудой и темпом исполнения движений. Каждый урок начинается и заканчивается поклоном.

Одна из особенностей занятий хореографией – музыкальное сопровождение. В основе движения лежит музыка, её восприятие и эмоциональный отклик. Она придаёт урокам большую эмоциональность, поднимает тонус, помогает воспитанию ритмичности и точности движений. На занятиях ритмики более сёрьёзное значение придаётся связи музыки и движения она предусматривает не только соответствие действий с метрической пульсацией музыки, но и отображение в движении характера музыки, средств музыкальной выразительности – темпа, динамических оттенков, регистровых изменений и т.д.; особенностей строения той или иной музыкальной пьесы.

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.**

1. Бриске И.Э. Ритмика и танец. ч.1, ч.2, Российская, хореографическая ассоциация г. Челябинск, 1993.
2. Бочкарёва Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии. - Кемерово: КемГИКИ, 1994.
3. Бочкарёва Н. И. Ритмика и хореография.- Кемерово: КемГИКИ, 2000.
4. Зенн Л. Всестороннее развитие ребёнка средствами музыки и ритмических движений на уроке ритмики. – 2009.
5. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. –М.: просвещение, 2000.
6. Коренева Т.Ф. Музыкально - ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: В 2 ч. – Учеб.-метод. пособие.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.-ч.1.
7. Лифиц И.В. Ритмика: Учеб. пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений.- М.: Издательский центр «Академия», 1999.
8. Фирилева Ж..Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007.
9. Франио Г.С., Лифиц И.В. Методическое пособие по ритмике для 1-го класса музыкальной школы.- М.: «Музыка», 1995.
10. Чибрикова - Луговская А.Е. Ритмика: Ходьба. Упражнения. Игры. Танцы: Метод. Пособие для воспитателей, муз. руководителей дет. сада и учителей нач. шк.- М.: Дрофа, 1998.

**Необходимое техническое оснащение занятий**

Хореографический класс, оборудованный станками, музыкальный инструмент (фортепиано или рояль), аудио- и видеоаппаратура, наличие специальной формы для занятий (тренировочный купальник, трико-лосины, мягкая танцевальная обувь).