

УТВЕРЖДАЮ

Начальник детского оздоровительного лагеря «Яльчик» Дирекции социальной сферы Горьковской железной дороги – структурного подразделения ОАО «РЖД»



Зайцев А.В.

«29» мая 2025 г.

Рабочая программа

хореографического кружка «Счастливики»

«Ритмика и танец»

ДОЛ "Яльчик"

Художественной направленности

Возраст обучающихся: 6-15 лет

Срок реализации: летний сезон 2025г.

Автор-составитель:

Солуянова Маргарита

Ивановна

Казань, 2025

1. Пояснительная записка

1.1. «Забота о здоровье – это важнейший труд педагога. От здоровья и жизнедеятельности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». В. А. Сухомлинский.

Состояние здоровья детей и подростков на сегодняшний день волнует многих специалистов. Дети в современном мире подвержены не меньшим нагрузкам, чем взрослые: тяжёлые экологические условия жизни в мегаполисе, плотный учебный режим, длительное пребывание за компьютером и телевизором, неполноценное, несбалансированное питание. Малоподвижный образ жизни ведёт к нарушению опорно-двигательного аппарата, к психическим расстройствам, пагубно влияет на функциональное состояние и здоровье детей. Все эти факторы, как правило, приводят к ослаблению детского организма.

Хореография – искусство, любимое детьми, обладающее огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятие танцем формирует правильную осанку, тренирует мышечную силу, дает организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Я считаю, что именно хореография предоставляет огромные возможности для решения проблем, связанных со здоровьем детей. Поэтому мною, как педагогом, уделяется большое внимание работе по сохранению и укреплению здоровья обучающихся. Это направление нашло отражение в программе «Ритмика и танец», составленной в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

1.2. **Актуальность** программы заключается в том, что преподавание хореографии обусловлено необходимостью осуществления коррекции психического и физического развития детей младшего и среднего школьного возраста средствами музыкально-ритмической деятельности, различными приемами хореографии. В ходе занятий развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческие и танцевальные способности, фантазия, память, обогащается

кругозор обучающихся. А также, занятия улучшают душевное состояние ребенка, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся обучающимися из танцевального класса в другие сферы деятельности.

1.3. **Новизна** программы заключается в новой методике работы с обучающимися – хореография преподается в игровой легкоусвояемой форме. Данная программа ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных.

Программа «Ритмика и танец» художественной направленности, составлена для обучающихся 6-15 лет, по форме организации содержания интегрированная, по срокам реализации 1 лагерная смена, по инновационному потенциалу модифицированная.

1.4. **Цель программы:**

Обучение основам хореографии. Формирование творческой личности обучающегося через раскрытие способностей и развитие мотивации к овладению основами хореографического искусства.

Задачи: Образовательная – Формирование у детей теоретических и исполнительских навыков, знаний и умений в области хореографии и здорового образа жизни.

Развивающая – Развитие логики и координации движений, ориентации в пространстве, соотношение пространственных движений с музыкой, физическое развитие тела, а также творческого воображения и чувства прекрасного.

Воспитательная – Воспитание эстетического вкуса, интереса, любви к искусству танца, чувства коллективизма, дисциплины и самостоятельности у детей младшего и среднего школьного возраста.

1.5. Программа «Ритмика и танец» базируется на следующих принципах: личной ориентации, общедоступности, креативности, системности, диалогичности,

единства обучения, воспитания и развития. А также раскрывает следующие аспекты:

- Креативные потребности детей, обусловленные стремлением детей к самореализации и самовыражению.
- Познавательные потребности детей, которые определяются стремлением к расширению объема знаний, формированию новых умений и навыков.
- Коммуникативные потребности детей в общении со сверстниками и педагогом.

1.6. Программа рассчитана на 8 учебных занятий: 1,5 часа теоретических и 6,5 часа практических. Занятия проводятся три раза в неделю продолжительностью один академический час каждое.

Обучение ведется во временных детских объединениях (отрядах, возрастных группах, сборных группах) и предполагает реализацию полученных знаний на практике в процессе организации досуговой деятельности и в период последействия – по месту жительства и учебы.

В ходе организации образовательного процесса используются лекционные и практические занятия.

Дети организованы в группы ориентировочно по 15 человек в три возрастные категории:

- младшая группа 6-9 лет;
- средняя группа 10-12 лет;
- старшая группа 13-15 лет.

1.7. Соблюдение норм СанПиНа и техники безопасности:

- До начала занятий и после их окончания необходимо осуществлять сквозное проветривание помещения.
- В наличие должны быть разные материалы и инструменты, необходимые для работы. В процессе обучения обучающиеся и педагог должны строго соблюдать правила техники безопасности труда.
- Для полноценного проведения занятий необходимо светлое просторное помещение с хорошей вентиляцией.
- Музыкальный материал для занятий подбирается заранее, при этом определяется необходимый темп, нюансы, остановки (паузы) и т. д. Необходимо использование аудиоаппаратуры.

2. Учебно-тематический план

младшей группы

<i>№ n/n</i>	<i>Название темы</i>	<i>Дата</i>	<i>Всего кол- во ча- сов</i>	<i>Тео- рия</i>	<i>Прак- тика</i>
1	Вводное занятие. Правила по технике безопасности. Упражнения для согласования движений с музыкой. Движения танца "Гимн семьи"		1	0,5	0,5
2	Виды хореографии. Понятия "опорная нога", "работающая нога" Рисунок танца "Гимн семьи"		1	0,5	0,5
3	Позиции рук в классическом танце. Хлопки, притопы в такт музыке. Переменный шаг		1	0,5	0,5
4	Позиции ног в классическом танце. Движения танца "Детки-конфетки"		1		1
5	Подскоки. Рисунок танца "Детки-конфетки"		1		1
6	Галоп. Работа с реквизитом. Танцевальные игры		1		1
7	Припадания. "Повторялки". Движения флешмоба "Мы - Вселенная"		1		1
8	Флешмоб "Мы - Вселенная"		1		1
Ча- сы			8	1,5	6,5

2.1. Предполагаемые результаты занятий младшей группы

По окончании курса дети младшей группы должны:

Знать:

- танцевальную терминологию, применяющуюся при изучении материала (опорная нога, работающая нога, основные понятия: позиции и положения рук, ног;
- правила техники безопасности;
- правила взаимодействия в коллективе.

Уметь:

- вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения;
- выполнять начальные упражнения по позициям в темпе и ритме музыки;
- сохранять во время движения правильную осанку;
- ориентироваться в пространстве;
- исполнять переменный шаг, галоп, подскоки.
- изображать в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца, выразить образ в разном эмоциональном состоянии – веселья, грусти и т.д.

Навыки: выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно и с помощью педагога.

Итог: Исполнение флешмоба "Мы - Вселенная".

3. Учебно-тематический план средней группы

<i>№ n/n</i>	<i>Название темы</i>	<i>Дата</i>	<i>Всего кол- во ча-</i>	<i>Тео- рия</i>	<i>Прак- тика</i>

			сов		
1	Вводное занятие. Правила по технике безопасности. Анализ музыки (определение характера музыкального размера, строения). Движения танца "Гимн семьи"		1	0,5	0,5
2	Виды хореографии. Понятия "опорная нога", "работающая нога". Рисунок танца "Гимн семьи"		1	0,5	0,5
3	Позиции рук в народном танце. Хоровод и пляска. Техника выполнения дробей.		1	0,5	0,5
4	Позиции ног в народном танце. Движения танца "Барыня". Танцевальные игры		1		1
5	"Ковырялочка", "Моталочка", "Присядка". Рисунок танца "Барыня"		1		1
6	Основные движения танцев народов Поволжья. Работа с реквизитом.		1		1
7	Движения танцев народов Поволжья в парах. Движения флешмоба "Должны смеяться дети"		1		1
8	Флешмоб "Должны смеяться дети"		1		1
Ча-сы			8	1,5	6,5

3.1. Предполагаемые результаты занятий средней группы

По окончании курса дети средней группы должны:

Знать:

- характерные особенности исполнения русского народного танца;
- основные позиции и положения ног и рук в народно-сценических танцах;
- основные танцевальные движения и комбинации русского народного танца

Уметь:

- самостоятельно исполнять движения и комбинации танцев;
- передавать эмоциональную окраску композиции танца;
- соотносить свои движения с услышанной музыкой;

Навыки:

- выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно или после предварительного показа педагогом.

Итог: Исполнение флешмоба "Должны смеяться дети".

4. Учебно-тематический план старшей группы

<i>№ п/п</i>	<i>Название темы</i>	<i>Дата</i>	<i>Всего кол- во ча- сов</i>	<i>Тео- рия</i>	<i>Прак- тика</i>
1	Вводное занятие. Правила по технике безопасности. Канон. Движения танца "Гимн семьи"		1	0,5	0,5
2	Виды хореографии. Поочередное вступление (каноном), начиная движение по очереди, вступая на начало каждого следующего такта. Рисунок танца "Гимн семьи"		1	0,5	0,5
3	Позиции рук в танце modern. Техника выполнения дробей		1	0,5	0,5
4	Позиции ног танце modern. Перестроение в три конических круга. Движения в стиле хип-хоп. Сюжетные танцевальные игры		1		1
5	Основные движения фигурного вальса.		1		1

	Движения танцев "Русалки", "Водяные"				
6	Пульсометрия. Рисунок танцев "Русалки", "Водяные"		1		1
7	Работа с реквизитом. Движения флешмоба "Яльчик - это значит жизнь!"		1		1
8	Флешмоб "Яльчик - это значит жизнь!"		1		1
Ча-сы			8	1,5	6,5

4.1. Предполагаемые результаты занятий старшей группы

По окончании курса дети старшей группы должны:

Знать:

- основные композиционные принципы построения танца;
- правила коллективной и самостоятельной творческой деятельности.

Уметь: исполнять основные сюжеты танцев;

- вступать каноном;
- анализировать работу коллектива и каждого обучающегося;
- взаимодействовать в коллективе;
- самовыражаться в творческом процессе.

Навыки:

- создавать простейшие композиции с комбинированием изученных движений танцев;
- сопоставлять, сравнивать, анализировать и творчески подходить к выполнению задач и упражнений;
- использовать полученные знания в процессе жизнедеятельности.

Итог: Исполнение флешмоба "Яльчик - это значит жизнь!".

5. Список литературы:

1. Конвенция о правах ребенка, одобренная Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989;
2. Конституция Российской Федерации;
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы.
5. Ваганова А. «Основы классического танца».
6. Климов А., Федорова А. «Теория и методика преподавания русского народного танца». М. 1972.
7. Кленов А. «Там, где музыка живет», 3-е изд. испр. – М. Педагогика-Пресс. 2014.





