

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ШЕЛЕХОВСКОГО РАЙОНА
«НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ДЕТСКИЙ САД №14»

Согласовано зам.директора по ВР

_____/И.Л.Сильванович/

Протокол МО № ____

« ____ » _____ 2021 г.

Утверждено

Директор МКОУ ШР «НШДС №14»

_____/Н.А. Балышева

« ____ » _____ 2021 г.
приказ № ____

**Рабочая программа
Ансамбль «Краски»**

Адресат программы: 9-10 лет,
учащиеся 4 класса.

Год обучения: четвертый.

Направленность:

физкультурно-спортивная.

Форма обучения: очная

Разработчик программы:

Большедворская Инга Владимировна,
педагог дополнительного образования,
первая категория

г. Шелехов

2021 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе дополнительной общеразвивающей программы ансамбль «Краски».

Цель – приобщение учащихся к хореографическому искусству через изучение основ ритмики и формирование культуры танцевальных движений.

Задачи:

- расширить диапазон двигательных движений учащихся;
- развить двигательную память;
- развить координацию движений, гибкость, пластичность;
- развить умственные способности, восприятие, внимание, мышление, пространственные представления;
- укрепить опорно – двигательный аппарат;
- сформировать осанку, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы
- сформировать умения согласовывать движения с музыкой
- научить различать характер музыки, динамику, регистр, темп, метрическую пульсацию, фразировку
- раскрыть индивидуальные возможности и определенные способности ребенка

Срок освоения программы — 34 учебные недели;

Режим занятий - в 4 классе занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 учебному часу и 1 раз по 0,5ч.(20 минут) ансамбль.
4 класс в год 85 ч.,

Содержание программы

Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

Закрепляются знания и навыки, полученные на первом году обучения. Расширяются представления о содержании и выразительных средствах музыки на новом музыкальном материале. Вводятся новые понятия: такт, затакт. Умение анализировать предлагаемую педагогом музыку, определять характер, музыкальный размер, строение.

1.1 Характер музыкального произведения. Знакомство с музыкой, различной по характеру(бодрой, энергичной, спокойной, веселой, плавной, отрывистой) и жанру (марш, танец, песня). Отражение в движении различных по характеру музыкальных произведений или их частей.

1.2 Темп. Знакомство с выразительным значением темпа музыки (медленно, умеренно, быстро). Понятие « сильные» доли. Умение выполнять движения в различных темпах, переключаться из одного темпа в другой, постепенно ускорять и замедлять движение. Выполнять по памяти ходьбу, бег, ритмические рисунки в заданном темпе после временного прекращения музыки (в знакомых

музыкальных произведениях и упражнениях «эхо»). Сохранять заданный темп в речевых упражнениях (произнесение текста в заданном темпе во время ходьбы).

1.3 Динамика. Выявление динамических оттенков (тихо, умеренно, громко) в прослушанной музыке и передача их в движении (в одном произведении или при сопоставлении разных по характеру произведений). Передача акцентов в движении в виде хлопка, притопа, прыжка.

1.4 Метроритм. Понятие сильные - слабые доли. Умение выделять сильные и слабые доли на слух, отмечать их хлопками. Понятие о длительностях.

Ритмический рисунок.

1.5 Строение музыкального произведения. Понятие: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены частей и фраз. Умение определять характер различных частей и двигаться в характере музыки.

Раздел 2. Основы хореографии.

2.1 Овладение основными движениями.

Постановка корпуса.

Поклон.

Движения для головы:

- повороты направо-налево;
- вверх-вниз;
- наклоны с различной амплитудой.

Движения плеч и корпуса:

- подъем и опускание плеч;
- наклоны корпуса вперед и в сторону;
- повороты корпуса.

Упражнения для развития координации движений.

Упражнения на напряжение расслабление мышц.

Упражнения на улучшение выворотности ног.

Упражнения по исправлению недостатков осанки.

Упражнения для развития танцевального шага.

2.2 Ориентировка в пространстве и движение.

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- различение правой, левой ноги, руки, плеча;
- повороты вправо и влево;
- движение по линии танца и против линии танца;
- движение по диагонали.

Построения и перестроения:

- в колонну по одному;
- в пары и обратно;
- круг;
- сужение и расширение круга;
- свободное размещение в зале.

Фигурная маршировка.

2.3 Элементы классического, народного танцев.

Шаги, бег:

- бытовой;
- танцевальный шаг;
- шаг польки в народной манере;
- шаг на полупальцах;
- легкий бег;
- бег, сгибая ноги сзади;
- бег, с высоким подъемом колена вперед;
- боковой галоп;
- подскоки.
- переменный шаг;
- «ёлочка»;
- «гармошка»;
- «припадание».

Позиции ног:

1,2,3 (полувыворотные), 6.

Позиции рук: на поясе, на юбке.

Полуприседание по 6, 1,2,3 позициям.

Выдвижение ноги:

- в сторону из 6 и 1 позиции;
- вперед из 6 и 1 позиции.

Выдвижение ноги в сочетании с полуприседанием в сторону и вперед.

Выдвижение ноги в сторону и вперед с переводом «носок-каблук» в характере русского народного танца.

Выдвижение ноги с переводом с носка на каблук (вперед, в сторону) в сочетании с полуприседанием.

Поднимание на полупальцы по 6 и 1 позициям.

Поднимание на полупальцы в сочетании с полуприседанием.

Прыжки на двух ногах по 6 п., «разножка», с поджатыми ногами.

Положения и движения рук, принятые в русском танце:

- свободно опущенные вниз;
- руки вбок;
- взмахи платочком;
- хлопки в ладоши;
- хлопушки для мальчиков.

«Ковырялочка», «молоточки», «моталочка» на полупальцах, притопы.

Вальсовая дорожка.

2.4 Ритмико-гимнастические упражнения. Комплекс упражнений на все группы мышц для развития профессиональных данных (выработать правильную осанку, выворотность, гибкость тела, прыжок, балетный шаг, развить голеностоп).

Раздел 3. Ансамбль.

3.1 Музыкально-игровое творчество.

Игры-превращения - помогают детям владеть мышцами своего тела, произвольно напрягать и расслаблять их. То же относится и к отдельным частям корпуса, ногам, рукам, в том числе и кистям рук. Музыкальное сопровождение подбирается соответственно содержанию игр.

Музыкально-подвижные игры.

Игры на развитие актерского мастерства.

- этюды - превращения (растения, животные, предметы)
- передача состояний природы (я – ветер, облако, вьюга, морская волна)
- игры на образ (снеговик, две мартышки, гусеница)
- игры - превращения (я – цветок, зернышко, травинка, листик на ветру)
- этюды на пластические характеристики животных
- ролевые игры «Ожившие витрины», «Зоопарк».

3.2 Детские балльные и народные танцы.

Танцы в ритме вальса, построенные на вальсовой дорожке и разнообразном рисунке.

Танцы в ритме польки.

Сюжетные танцы.

3.3. Ансамбль. Концертная деятельность.

Планируемые результаты

В конце 4 года обучения дети должны уметь:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;

- чувствовать характер музыки и передавать его в движении;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- иметь понятия о трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш-песня-танец;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;

- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

2. Основы хореографии:

- знать позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений, интервал.
- знать и уметь исполнять танцевальные движения пройденного материала, освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный шаг, «ёлочка», «гармошка», «припадание», «молоточки», «моталочка», притопы.

3. Ансамбль: (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно).

- В конце 4года обучения дети должны уметь исполнять: вальс — променад, русские танцы, а также танцевальные этюды, построенные на пройденном материале.
- Участвовать в концертных мероприятиях школы.

№	Название разделов, тем	Количество часов			Методы контроля
		всего	теория	практика	
	Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	10			наблюдение
	Введение.	1	1		
1.1	Характер музыкального произведения.	2		2	наблюдение
1.2	Темп.	2		2	наблюдение
1.3	Динамика.				наблюдение

		2		2	
1.4	Метроритм.	2		2	наблюдение
1.5	Строение музыкального произведения.	1		1	наблюдение
	Раздел 2. Основы хореографии.	35			
2.1	Овладение основными движениями.	2		2	наблюдение
2.2	Ориентировка в пространстве и движение.	3		3	наблюдение
2.3	Элементы классического, народного танцев.	15	2	13	наблюдение
2.4	Ритмико-гимнастические упражнения.	15		15	наблюдение
	Раздел 3. Ансамбль.	40			
3.1	Музыкально-игровое творчество.	4		4	наблюдение
3.2	Детские бальные и народные танцы.	18	2	16	наблюдение
3.3	Ансамбль. Репетиции. Концерты.	18		18	Оценка зрителей
	Итого:	85ч.			

Учебный план 4 год обучения

Календарный учебно-тематический план 4 класс (2 группы)

№	дата	название темы занятия	объём часов
		1 четверть	
1	4.09	Ансамбль. Восстановление физической формы.	1
2	5.09	Восстановление физической формы.	2
3	6.09	Поклон. Постановка корпуса.	2
4	11.09	Ансамбль.	1
5	12.09	Характер музыкального произведения.	2

6	13.09	Строение музыкального произведения.	2
7	18.09	Ансамбль.	1
8	19.09	Музыкальный размер $\frac{3}{4}$.	2
9	20.09	Вальсовый шаг.	2
10	25.09	Ансамбль.	1
11	26.09	Вальсовая дорожка.	2
12	27.09	Партерная гимнастика.	2
13	2.10	Ансамбль.	1
14	3.10	Вальс: balance.	2
15	4.10	Танцевальная комбинация в ритме вальса.	2
16	9.10	Ансамбль.	1
17	10.10	Динамические оттенки.	2
18	11.10	Танцевальная комбинация в ритме вальса.	2
19	16.10	Ансамбль.	1
20	17.10	Бег, прыжки.	2
21	18.10	Ритмико-гимнастические упражнения.	2
22	23.10	Ансамбль.	1
23	24.10	Танцевальный шаг.	2
24	25.10	Полька.	2
2 четверть			
1	6.11	Ансамбль.	1
2	7.11	Шаги: переменный шаг.	2
3	8.11	Хлопки в ритмическом рисунке.	2
4	13.11	Ансамбль.	1
5	14.11	Позиции ног и положения рук.	2
6	15.11	Ритмико-гимнастические упражнения.	2
7	20.11	Ансамбль.	1
8	21.11	Притопы в ритмическом рисунке.	2
9	22.11	Полька работа в парах.	2
10	27.11	Ансамбль.	1
11	28.11	Упражнения для развития координации движений.	2
12	29.11	Упражнения на напряжение расслабление мышц. 2 группа	2
13	4.12	Ансамбль.	1
14	5.12	Упражнения по исправлению недостатков осанки.	2
15	6.12	Музыкально-игровое творчество.	2
16	11.12	Ансамбль.	1
17	12.12	Элементы народного танца: «ковырялочка», «молоточки», сценический бег.	2
18	13.12	Партерная гимнастика.	2
19	18.12	Ансамбль.	1
20	19.12	Строение музыкального произведения.	2
21	20.12	Характер музыки. Тоника: мажор, минор.	2

22	25.12	Ансамбль.	1
23	26.12	Ритмико-гимнастические упражнения.	2

Формы работы:

- урок;
- разучивание танцевальных номеров;
- просмотр видеозаписей;
- прослушивание музыкальных отрывков;
- посещение уроков хореографического отделения школы искусств;
- проведение концертов.

Яркими диагностиками качества урока становятся:

- увлечённость ребёнка общением с художественным, хореографическим, музыкальным произведением;
- появление потребности высказать своё мнение, суждение по поводу увиденного или услышанного, вступить в диалог с другими детьми.

Условия реализации программы

- Наличие учебных аудиторий для групповых занятий;
- Наличие учебных пособий, методической литературы;
- Наличие предметов для выполнения различных тренинговых упражнений;
- Наличие ТСО (магнитофон, компьютер), аудио-, видеотеки;
- Наличие музыкальных инструментов (фортепиано);
- Наличие зеркала.

Список литературы

1. Ваганова А. Я. «Основы классического танца: учебное пособие».- СПб. : Лань, 2003.
2. Воробьева Н.Л. «Побегаем, попрыгаем...: Сборник подвижных игр и забав для детей 6-10 лет». – М.:АРКТИ, 2007.
3. Гусев Г. П. «Методика преподавания народного танца: упражнения у станка: учебное пособие». – М.: Владос, 2002.

4. Ерохина О.В. «Школа танцев для детей».- Ростов н/Д: Феникс, 2003.
5. Зарецкая Н.В. «Танцы для детей старшего дошкольного возраста: пособие для практических работников ДОУ». – М.: Айрис- пресс, 2005.
6. Климов А. А. «Основы русского народного танца: учебное пособие». – М. : МГИК, 1994.
7. Константинова А.И. «Игровой стретчинг: Методика работы с детьми дошкольного возраста». – СПб.,1993.
8. Освальд К., Баско С. «Стретчинг для всех».- М.: Изд-во Эксмо, 2004.
9. Программа «Ритмика и танец: для хореографических отделений школ искусств». Иркутск 2000.
10. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду».- М.: Линка-пресс, 2006.
11. Тарасова Н. Б. «Теория и методика преподавания народно-сценического танца: учебное пособие». – СПб. : ИГУП, 1996.
12. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Лечебно-профилактический танец. Фитнес-данс». Учебное пособие – СПб.: Детство-пресс, 2007.

Интернет ресурсы

1. <http://piruet.info>
2. [http:// www.monlo.ru/time2](http://www.monlo.ru/time2)
3. www.psychlib.ru
4. www.horeograf.com
5. www.balletmusic.ru
6. [http:// pedagogic.ru](http://pedagogic.ru)
7. [http:// spo.1 september.ru](http://spo.1september.ru)
8. [http:// www.fizkultura-vsem.ru](http://www.fizkultura-vsem.ru)
9. [http:// www.rambler.ru/1](http://www.rambler.ru/1)
10. www.google.ru
11. www.plie.ru