

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОВОЧЕРКАССКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ЦЕНТР ВОСПИТАНИЯ И ДОСУГА
"ЭСТЕТИКА"

Принято на заседании
Педсовета МАУ ДО ЦВД "Эстетика"
протокол №1 от 30.08.2016 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО ЦВД "Эстетика"

_____ Цивилёва И.В.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
студии восточного танца
"МЕЖАНСЕ"**

Направленность: художественная
Возрастная категория детей: 6-15 лет
Срок реализации программы: 1 год
Педагог, реализующий программу:
Коваленко Мария Михайловна
педагог дополнительного образования

г. Новочеркасск
2016 г

1. Общие положения.

Программа ритмики и музыкальной грамотности предназначена для детей 6-15 лет. Реализуется в течение 1 года 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия 45 минут.

Целью программы является приобщение детей к искусству танца.

Задачи:

- повышение уровня физического здоровья детей и развитию их творческих способностей на основе выразительного языка движений;
- развитие чувства ритма;
- развитие коммуникативных навыков.

2. Содержание программы.

Весь процесс обучения детей делится на три этапа.

1. Начальный этап обучения делится на две части:

- А) умение распознавать (идентифицировать) ритмы-стили композиций
- Б) обучение технике движений (отдельному движению).

2. Этап углублённого изучения отдельных движений с их последующим усложнением и использованием в различных связках с применением к конкретным ритмам и стилям композиций.

3. Этап закрепления и совершенствования знаний с последующей демонстрацией их в соло-импровизации.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления о движении с привязкой к различным ритмам. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует правило выполнения движения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробовать движение, подражая педагогу. Название движения, вводимое педагогом на начальном этапе, создаёт условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Демонстрация движения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники выполнения движения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования движения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок.

При удачном выполнении движения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нём.

Этап углублённого изучения характеризуется уточнением двигательных действий, пониманию детьми закономерностей движения, усовершенствованию ритма, выполнения движения в связках под различные ритмы. Главным условием обучения на этом этапе является – целостное выполнение движения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают

некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Всё это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка и переходом его к творческому самовыражению в движении под различные музыкальные стили в т.ч. в импровизационном виде.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения движений (техника) и формировать у детей индивидуальный стиль (соло-импровизация). Этап совершенствования упражнения и творческого самовыражения считается завершённым лишь тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной отдачей. На занятиях ритмикой подбор движений соответствует возможности и подготовленности детей.

Продолжительность занятий 45 мин.

Занятие состоит из: подготовительной, основной и заключительной частей. Вводную часть составляют связки и отдельные движения динамического характера, воздействующие на весь организм: проходки, вращения, прыжки. Затем следует основная часть, которая начинается с поклона. Третья часть занятия – музыкально – ритмическая – наиболее динамичная. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, групповая и соло-импровизация. В этой части занятия дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы. Упражнения распределяются с учётом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия. В подготовительной части объединяются простые по координации и малые по амплитуде движения и выполняемые в медленном, умеренном темпе. Постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части. В заключительной части нагрузка постепенно снижается. Музыка на занятии доступна восприятию ребёнка. Используются узнаваемые стили и ритмы в композициях, эстрадные и классические произведения. Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

Структура занятия.

Основные виды движений или техника: основные виды плавных движений, основные виды движений на акценты; основные виды проходок и виды точек в конце танцевальной композиции.

Игровое занятие.

Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие и является импровизацией под различные ритмы и стили (композиции)

Цель занятия: способствовать развитию у детей музыкального слуха и узнаваемости того или иного ритма, стиля композиции. Возможность продемонстрировать уже полученные ранее знания о стилях. Использовать накопленный опыт о различных движениях и связках и уметь сопоставить (использовать) их в конкретном стиле (ритме); способствовать развитию координации движений, ориентированию в пространстве.

Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная.

Подготовительная часть: проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме предлагаемой педагогом по типу зарядки.

Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия.

В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия.

Можно использовать следующие темы игровых занятий: «Море волнуется три-морская фигура замри», « Угадай сказочного героя», «У меня умеет танцевать только одна часть тела», «Я-девочка-смешинка, девочка-Грустинка, девочка- Загадка, девочка- Обидка, девочка-сюрприз».

Тематическое занятие.

Оно состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Цель занятия: Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительному исполнению движений. На занятиях используются:

а) различные виды проходов: шоссе, возвратный шаг, волна, скрестный шаг, шаг на ключе, шаг на бочке, волна, шаг-латина, шаг-каракатица, биссер, хагала.

б) бег – эстрадный лёгкий, бег с разгоном, передающий различный образ («бабочки», «птички» и т. д.); широкими и узкими (кошка, змея) шагами.

в) прыжковые движения – на двух ногах (на месте, с продвижением, в повороте), поскоки, прыжок в кольцо (диагональ, боковой);

г) развивающие упражнения на различные группы мышц (упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации туловища, рук и ног);

д) плясовые движения. Элементы народных танцев, доступных по координации. (на основе Саиди, Шааби, Хагалы, Дабки, Фалляхи, Александрии и т.д.

2. Сюжетное занятие.

При разработке сюжетного занятия используются содержания популярных сказок, мультфильмов и придуманных историй. В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные образно-игровые движения, жесты раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях животных, в вымышленных игровых ситуациях).

Цель занятия: Развитие у детей эмоций, умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным – персонажем сказок. Развитие художественно - творческих способностей посредством ритмической пластики. Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию разработанной сказки или литературного произведения подобранного с учётом заинтересованности детей.

Занятие состоит из основных трёх частей.

Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражён сюжет занятия, т. е. «сказочная зарядка».

Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально - ритмические композиции, соответствующие сценарию.

Заключительная часть: развязка на достижение целей, которые были поставлены перед детьми в начале занятия.

Можно использовать следующие сюжетные темы:

«Волшебная лампа Алладина», «Русалочка», «1000 и 1 ночь», «принцесса Египта».

Конкурс на лучшее исполнение соло-танца.

Конкурс «Повторяй за мной»,

Конкурс «Игра-импровизация».

Подведение итогов.

В конце занятия определяются победители конкурсов. Все дети награждаются медалями победителей: «Лучший танцор», «Весёлый танцор», «Внимательный танцор», «Лучший артист», «Лучший исполнитель», «Лучший фантазёр».

3. Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		практика	теория	общее
1.	Раздел: «Стилевая-ритмическая деятельность»			
	1. обучение ритмам	15	1	16
	2. техника движений	15	1	16
	3. обучение стилям	15	1	16
2.	Раздел: «Танцевальные композиции»	30	-	30
3.	Раздел: «Творческая деятельность»			
	1. табла-соло	12	-	12
	2. импровизация (групповая и соло)	12	-	12
	3. эстрадная песня	12	-	12
	4. фолк	12	-	12
5. классика	9	-	9	
4.	Раздел: Контроль (вводный, промежуточный, итоговый)	3	-	3
	Общее количество часов педагога	135	9	144

Для успешной реализации программы используются технологии личностно-ориентированной направленности, методы и формы работы, соответствующие целям и задачам программы и психофизиологическим возрастным особенностям обучающихся.

4. Здоровьесберегающие технологии

Целевые ориентации здоровьесберегающих технологий:

- Формирование культуры здоровья

- Содействие формированию сознательного отношения ребенка к своему здоровью, как естественной основе умственного, физического и нравственного развития.

Подвижные музыкальные игры-мощный лечебный фактор. Благодаря музыкально-подвижным играм ребёнок освобождается от страха, агрессии, нарушения поведения. Программа спецкурса помогает решать проблему адаптации младших школьников через игровую психотерапию, снижает у них состояние психического дискомфорта, эмоционального напряжения, исчезает зависимость от окружающих, состояние враждебности друг к другу, тревожности, многие осознают отрицательные черты своего характера, происходит сплочение в классах. Программа занятий достаточно гибкая, а сами занятия разнообразные. Музыка благотворно влияет на детей. Музыка - это неотъемлемая часть хореографии. Музыкальное сопровождение можно рассматривать как фактор стимулирующего воздействия на детей, обучающихся танцу. Применение музыки в игре способствует успешному усвоению двигательного навыка.

Дыхательная гимнастика учит согласовывать дыхания с движением, чтобы занятия были эффективными, очень важно научить детей правильно дышать. Комплекс дыхательных упражнений поможет освоить правильное дыхание и даст нагрузку на многие группы мышц и восстановить дыхание после быстрого темпа занятия. Дыхательные упражнения влияют и на укрепление осанки. Дети учатся правильному чередованию вдоха и выдоха, умению напрягать и расслаблять положение тела.

Пальчиковая гимнастика является мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Формирование словесной речи ребенка начинается, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи. Роль стимула развития центральной нервной системы, всех психических процессов, и, в частности, речи играет формирование и совершенствование тонкой моторики кисти и пальцев рук.

Самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребёнка сознательного стремления к здоровью, развитие навыков собственного оздоровления.

Здоровьесберегающие технологии должны носить обязательно творческий характер. Только в атмосфере творческого процесса создаются благоприятные условия для заинтересованности детей в укреплении своего здоровья. Введение в занятия упражнений из древней восточной гимнастики, из дыхательной гимнастики, комплекса упражнений «Учимся у зверей» повышает интерес детей.

Методы обучения знаниям, умениям и навыкам, привлечение внимания обучающихся к своему здоровью обеспечивают в органичном единстве решение задач и проблем воспитания здорового поколения.

5.Ожидаемые результаты и способы их проверки

В конце обучения дети должны уметь:

навыки музыкально - ритмической деятельности-правильно распознавать различные стили и ритмы;

- навыки правильного и выразительного движения (привычка прямо и стройно держаться, свободно двигаться в танцах);
- усвоение подготовительных танцевальных движений и рисунков;
- знакомство с ритмическим строением музыки, ее размером, частями и фразами;
- изучение народных танцев (фолклор);
- изучение эстрадных танцев;
- изучение классических танцев (табла-межансе)
- раскрытие индивидуальных творческих способностей;
- развитие организованности и самостоятельности.

6. Список использованных источников

1. . Блохина И.В. Всё о танце живота
2. 2. Секрет танца. - СПб.: Диамант: Золотой век, 1997. - 479 с.: ил.
3. Н. Базарова "Классический танец".
4. Бороздина Т. Древнеегипетский народный танец
5. Брон Л. Самоучитель восточных танцев. Танец живота
6. Ведехина Т. Танец живота. Уроки мастера. Продвинутый уровень
7. Лавриненко Л. Арабские танцы.
8. Е. Маркова "Современная зарубежная пантомима".
9. 3. Сидоров В, Современный танец, М.: Первина, 1922.
- 10.Р. Захаров "Сочинение танца".
- 11.М. Бежар "Мгновения в жизни другого".
10. В. Красовская "Ваганова".
11. В. Красовская "Волшебный мир танца".
12. Г. Бояджиев "История зарубежного театра".
13. В. Красовская "Западноевропейский балетный театр", 3 тома.
14. Г. Дени, Л. Дасвил "Все танцы".
15. С. Бекина "Музыка в движении".
16. В. Шубинский "Педагогика творчества учащихся".
17. Я. Пономарев "Психология творчества и педагогика".
18. Федеральный закон «Об образовании».