

Филиал Республиканского социально - реабилитационного центра для
несовершеннолетних
«Социально - реабилитационный центр для несовершеннолетних города
Воткинска»

РАССМОТРЕНО
на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от 02.06
02 2025г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 243-01 от 29.06.25г.
Заведующий отделением
Республиканского СРЦН
«СРЦН» г.Воткинска



О.В.Позднякова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КРУЖКА
«Импульс»

Адресат программы: воспитанники филиала
Республиканского СРЦН
«СРЦН г. Воткинска»
В возрасте 5-18 лет

Срок реализации: 1 год

Разработал:
педагог дополнительного образования
Гусева С.О.

г. Воткинск,
2025 г.

Пояснительная записка

Среди множества форм гармоничного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление, фантазию и ритмопластику. Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного, духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребёнка, формирует его художественное «я» как составную часть полноценной личности.

Программа ориентирована на интересы и потребности ребёнка, способствует формированию двигательной активности, становлению творческой личности, способной художественно осмыслять окружающий мир.

Актуальность программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического начального обучения.

Основная направленность программы:

Ознакомление воспитанников с различными жанрами и направлениями хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей.

Цель: раскрытие индивидуальных творческих способностей личности ребенка в целом и его сильных двигательных возможностей. Приобщение к прекрасному миру хореографического искусства.

Задачи:

1. Формировать у воспитанников музыкально-ритмические навыки.

2. Прививать любовь к танцу, познакомить с танцевальной культурой родного края.
3. Развивать двигательную активность и навыки саморегуляции посредством ритмопластики.

Методика и технология реализации:

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа представляет собой цикл тематических занятий. Общий объем занятий в неделю – 9 часов.

Целевая группа: несовершеннолетние в возрасте от 5 до 18 лет, находящиеся в социально-реабилитационном центре для несовершеннолетних.

Формы проведения:

- групповые;
- по подгруппам;

Исполнитель: педагог дополнительного образования, имеющий среднее профессиональное образование, ценз которого подтверждается документами государственного образца о соответствующем уровне образования и квалификации.

Для повышения эффективности занятий педагог регулярно занимается самообразованием, изучает методическую литературу по музыкально-ритмическому развитию несовершеннолетних.

Критерии эффективности дополнительной образовательной общеразвивающей программы:

- овладение основами танцевального искусства, необходимыми знаниями и навыками, танцевальной техникой.
- развитие координации движений, внимания, памяти, восприятия музыки.

- приобретение художественного вкуса, дисциплины, умение общаться в коллективе.

Ожидаемый результат:

В результате реализации программы дети научатся основам хореографического искусства, приобретут эстетическое восприятие танцевальной культуры, разовьют музыкальные и хореографические навыки. У них сформируются творческие способности, повысится уровень коммуникативных навыков.

Материальное обеспечение цикла занятий, технические средства обучения: занятия проходят в игровом зале, имеется мультимедийное оборудование, обучающие аудио и видео материалы, музыкальный центр, аудиотека, костюмы для выступлений, фотоаппарат, видеокамера.

Содержание программы

1. Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности

Беседа: «Волшебный мир танца». Презентация.

Оборудование: телевизор, DVD, диск с видеоматериалами.

2. Стили танцев. Мастер класс: «Хип-хоп», «Хоум», «Нью стайл»

Теоретическая часть: знакомство с танцевальными жанрами (классический, народный, современный) Стили современного танца.

Просмотр видеоматериалов мастер класса.

Практическая часть: разучивание движений современного танца.

Оборудование: телевизор, DVD, диск с видеоматериалами.

3. «Синий платочек» - вальс

Теоретическая часть: постановка корпуса, разучивание позиций ног (1,2) (Учиться напрягать и расслаблять мышцы тела, носки, правильно исполнять движения для достижения результатов.)

Практическая часть: исполнение движений под музыку.

4. «Ах, маменька» - шуточный танец

Теоретическая часть: Рассказ об истории рождения русского танца. «Русский танец» - особенности, характер, костюм. Разновидность танцев. Элементы русского танца «ковырялочка» с притопом, «гармошечка», «молоточки», «полуприсядки»; Бег – танцевальное движение. Разновидность

и правила исполнения танцевального бега. Бег на месте, в движении, по кругу, в диагонали.

Практическая часть: Отработка техники бега. Исполнение движений под музыку.

5. «Танец маленьких лебедей»- шуточный танец

Теоретическая часть: Приёмы выразительности жестов. Разучивание позиций ног (3,4,5,6). Значение рук, их красота в танце. Постановка рук.

Практическая часть: этюды: «Падающий лист», «Бабочка». Исполнение движений под музыку.

6. «Звездная фантазия» - танцевальная композиция с материей

Теоретическая часть: Шаг – танцевальное движение. Комбинированные шаги. Исполнение по кругу, в линиях. Объяснение, с какими элементами сочетаются шаги.

Практическая часть: Исполнение шагов в разных фигурах. Исполнение движений танца под музыку.

7. «Яблочко» - танец мальчиков

Теоретическая часть: Исполнение танцевальных шагов в характере и образах. Разновидность шагов. «Танцевальный шаг» в характере весёлом, бодром, торжественно, строевом.

Практическая часть: Исполнение шагов в разных характерах. Исполнение движений танца под музыку.

8. «Журавли» - танец с шарфиками

Теоретическая часть: Комбинации из шагов и бега по кругу, по диагонали. Правильное сочетание нескольких движений друг с другом, переход из одной фигуры в другую.

Практическая часть: Исполнение комбинаций перестроение из одной фигуры в другую. Исполнение движений танца под музыку.

9. «Детство» - коллективный танец

Теоретическая часть: Темп - скорость музыкального произведения. Понятие темпа в музыке и движении (быстро-медленно-умеренно). Соответствие темпу танцевальных движений.

Практическая часть: Исполнение движений в разных темпах. Исполнение движений танца под музыку.

10. «Я рисую солнце» - флэш-моб

Теоретическая часть: Значение головы в танце. Голова подчёркивает движение, имеет большое значение в окончании исполнения движений.

Практическая часть: Упражнения на выразительность работы головы. Исполнение движений танца под музыку.

11. «Вставай» - ритмическая зарядка

Теоретическая часть: «Ритмическая гимнастика» - упражнения на развитие мышц всего тела. Ритмопластика – комплекс движений на развитие пластики, подвижности тела под музыку. Разновидность хлопков в паре.

Практическая часть: Ритмические удары в ладоши. Составление комбинаций с хлопками в паре. Игровое упражнение на быстрый поиск новых ритмических вариаций. Исполнение движений танца под музыку.

12. «Раскрасим все планеты мы...» - танец с шарами

Теоретическая часть: Логика и правила перестроений из одного рисунка в другой. Порядковые упражнения. Фигуры построения и перестроения. Линия, круг, колонна. Перестроение по парам и четвёркам.

Практическая часть: Фигурная маршировка с перестроением. Приём чёткого и синхронного исполнения. Исполнение движений танца под музыку.

13. «Мы маленькие дети» - коллективный танец

Теоретическая часть: Упражнения на полу – наиболее эффективный способ разогрева мышц перед занятиями, доступный для детей. Профилактика проблем опорно-двигательного аппарата. Беседа: «Учись владеть своим телом». Упражнения на полу. Значение партерной гимнастики. Упражнения на гибкость позвоночника.

Практическая часть: Разучивание гимнастических упражнений на растяжку. Исполнение движений танца под музыку.

14. «Бегом по лужам» - танец с зонтиками

Теоретическая часть: Разновидность ударов и притопов. Разработка стопы, правильная постановка ноги. Упражнения на подвижность стопы.

Практическая часть: Исполнение, работа над техникой: «качалочка», «ёлочка», подъём на полупальцы, «релеве». Этюд: «Топотуха». Исполнение движений танца под музыку.

15. «Молодежь Кубани» - флэш-моб

Теоретическая часть: Правильная осанка - залог здоровья. Правила правильного растяжения и напряжение мышц. Составление танцевально - гимнастических упражнений на растяжение мышц и формирование шага. Упражнения на развитие выворотности, исправления осанки.

Практическая часть: Разучивание и повторение движений за педагогом. Исполнение движений танца под музыку.

16. «Хай бейби» - флэш-моб

Теоретическая часть: Релаксация – расслабление всего организма, образное перемещение в другую обстановку в соответствии с мыслительными способностями ребёнка и его фантазией. Расслабление мышечного аппарата под музыку. Развитие фантазии и воображения.

Практическая часть: Расслабление и мысленное представление под музыку. Составление фигур на выбор. Игра «Море волнуется раз». Исполнение движений танца под музыку.

17. «Елочка» - танцевальная композиция

Теоретическая часть: Народный характерный танец – танец, рождённый в народе. Связь с классическим танцем. Беседа: «Что такое народный танец?» (о характере танца, особенностях, отличии от других танцев). История, костюм, характер исполнения танца. Основные позиции ног, положения рук народного танца. Поклон в народном танце.

Практическая часть: Разучивание поклона в русском характере, народные позиции ног, положения рук. Исполнение движений танца под музыку.

18. «Вальс снежинок» - коллективный танец

Теоретическая часть: Выразительные средства хореографии. Использование различных предметов и атрибутов в танце для передачи замысла танца, характера, образа и т.д. Этюд с лентами.

Практическая часть: Разучивание этюда с лентами. Исполнение движений танца под музыку.

Список используемой литературы

1. Агафонова, И. Н. 100 музыкальных игр для развития дошкольников / И. Н. Агафонова. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 144 с.
2. Барышникова, Т. Азбука хореографии / Т. Барышникова. – Москва : Рольф, 2000. – 272 с.
3. Бурно, М. Е. Терапия творческим самовыражением / М. Е. Бурно. – Москва : Академический Проект, 1999. – 368 с.
4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова. – Санкт-Петербург : Лань, 2008. – 192 с.
5. Захаров, Р. В. Сочинение танца / Р. В. Захаров. – Москва : Искусство, 1983. – 224 с.
6. Колодницкий, Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы в детском саду / Г. А. Колодницкий. – Москва : ТЦ Сфера, 2000. – 64 с.
7. Никитин, В. Ю. Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика / В. Ю. Никитин. – Москва : ГИТИС, 2000. – 440 с.
8. Руднева, С. Д. Ритмика. Музыкальное движение / С. Д. Руднева, Е. Д. Белкина. – Москва : Просвещение, 1990. – 208 с.
9. Савко, И. Эстрадный танец : учебная программа / И. Савко. – Минск : Белорусский государственный университет культуры и искусств, 2017. – 36 с.
10. Слуцкая, С. Л. Танцевальная мозаика. Танцы, игры, упражнения для детей / С. Л. Слуцкая. – Москва : Линка-Пресс, 2006. – 288 с.
11. Фирилева, Ж. Е. Логоритмика. Система коррекционных занятий / Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина. – Санкт-Петербург : Детство-Пресс, 2006. – 352 с.

