

**Министерство образования Саратовской области
ГБУ СО «Центр психолого-педагогического и медико-социального
сопровождения детей» г. Красноармейска**

**« Рекомендовано
к утверждению»
Педагогическим советом
ГБУ СО «Центр ППМСД»
г. Красноармейска
(протокол заседания № 1
от « 02» 09. 20 21 г.**

**«Утверждаю»
Директор ГБУ СО
«Центр ППМСД»
г. Красноармейска
Директор _____ /Симоненко Н.Н./**

Приказ № 46 от 02.09. 2021г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа танцевального кружка
«Радуга»
на 2021-2022 учебный год**

**Срок реализации: 1 год
Составитель: педагог дополнительного
образования
Колесникова Е.А.**

г. Красноармейск, 2021г.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа предназначена для преподавателей дополнительного образования и рассчитана на 1 год. Программа достаточно вариативна и позволяет проявить индивидуальный творческий подход. Целью является открытие перед учащимися мира танца, приобщение их к этому прекрасному виду искусства и спорта одновременно, обучение элементарным основам танца, т.е. создание фундамента для более серьезного увлечения.

Рабочая программа танцевального кружка «Радуга» разработана в соответствии с

- Учебным планом государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Саратовской области «Центр психолого-педагогического и медико-социального сопровождения детей» г. Красноармейска
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования
- Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
- Приказом Министерства образования Саратовской области от 05.07.2019 г. №1446 «Об экспертной группе по добровольной сертификации общеобразовательных программ для включения в Реестр сертифицированных образовательных программ системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Саратовской области»
- Постановлением Правительства Саратовской области от 30.04.2019 г. №310-П «О персонифицированном дополнительном образовании детей на территории Саратовской области»

и составлена на основе программы «Народный танец + ритмика» под редакцией К. Зацепина, рекомендованной Управлением общего среднего образования Министерства общего и профессионального образования РФ, 2000 г. При составлении рабочей программы использовалась образовательная программа дополнительного образования детей «Гармония» (Народно - сценический танец) (Автор – составитель Баранова О.Г., Зимина

Т. А.) ключевые аспекты программы учитывают цели и задачи образовательной программы.

Актуальность данной программы заключается в систематизации принципов работы с воспитанниками ансамбля в направлении «Современная хореография». Это направление в хореографическом искусстве стало очень привлекательным, так как классический танец довольно труден для изучения и доступен далеко не всем воспитанникам, а принципы освоения современного танца помогают достигать любому ребёнку самовыражения через движения.

Новизна: данная программа направлена не только на формирование умений и навыков в искусстве хореографии, но и развитие творческого аспекта личности ребенка и формирование его активной жизненной позиции.

Программа по современной хореографии направлена на духовно-нравственное и патриотическое воспитание с детьми и подростками, приобщение их к здоровому образу жизни, самоопределение и профессиональной ориентации.

Отличительная особенность данной программы заключается в синтезе классического, народного и эстрадного танца. Сделано это, прежде всего, для поддержания интереса к хореографии и возможности разнообразить репертуар.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в том, что она отвечает потребностям общества в формировании компетентной личности в целом.

Одной из важнейших задач образовательного процесса является художественно-эстетическое развитие учащихся. Приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями и историей танца, прослушивание музыки развивают и внутренне обогащают школьников, прививают умение через танец выражать различные мысли и чувства человека. Способность согласовывать движения своего тела с музыкой вызывает комфортное состояние, и танцующий испытывает радость и удовольствие, осваивая задачи, которые ставит перед ним педагог. Ребёнок учится сознательно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации, различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой.

Одним из предметов, направленных на решения этой задачи, является обучение детей танцевально-ритмическим движениям. Занятия танцами обеспечивает активный отдых детей во внеурочное время, а также удовлетворяет естественную потребность в движении.

Главной особенностью данной программы является то, что уже через несколько месяцев учащиеся овладевают минимальными навыками танца и способны показать своё умение на различных конкурсах и праздниках,

проведение которых вносит в процесс обучения элементы соревнования, работу на результат.

Движение в ритме, в темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем. Появляется так называемый лечебный эффект. В результате регулярных занятий создаётся мышечный корсет, и исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие. Таким образом, решается задача общего укрепления и физического развития ребёнка.

Цель программы: способствовать формированию личности ребенка с развитым художественно-эстетическим вкусом и системой ценностей в восприятии современной культуры, способного к творческой реализации посредством современного искусства хореографии.

Задачи:

Образовательные:

- Формирование необходимых двигательных навыков и умения чувствовать и ощущать ритм;
- Обучение определённым приёмам, связкам движений в танцах;
- Ознакомление учащихся с популярными современными и народными танцами.

Развивающие:

- Развитие чувства ритма, мелодического и гармонического слуха, эмоциональности и образности восприятия музыки;
- Развитие самоконтроля, коммуникабельности.

Воспитательные:

- Воспитание целеустремлённой и конкурентно способной личности;
- Воспитание культуры поведения и общения.

Программа рассчитана на 324 часа в год (9 часов в неделю). Занятия проходят 3 раза в неделю по 1 часу в младшей группе -(Вторник, пятница, суббота с 16 до 17 ч,), и по 2 часа в старшей.(Вторник , пятница ,суббота с 17 до 19 ч . с перерывом 10 минут).Начать заниматься в кружке могут все желающие в возрасте от 7 до 15 лет без хореографической подготовки и более старшие подростки, которые проявляют интерес к танцу. Наполняемость группы 5-12 человек.

Сроки реализации программы: 1 год.

Программа имеет художественно-эстетическую направленность.

Данной программой предусмотрены коллективные, групповые, парные формы работы, демонстрация результатов деятельности (концерты, праздники, конкурсы)

Основными принципами в освоении данной программы являются:

- принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей и возможностей детей;
- единство воспитания и обучения;
- от простого к сложному
- принцип самореализации и включенности детей в реальные социально значимые отношения;
- принцип добровольности включения ребенка в творческую деятельность

Знакомство с танцем начинается с музыки, учащиеся знакомятся с ритмическим характером и темпом. Освоение танцевальных элементов происходит постепенно. Если элементы сложны, то их изучение может занимать 2-3 занятия. На каждом занятии проводится разминка и повторяются изученные элементы.

На занятиях необходимо создание такого микроклимата, при котором педагог, свободно общаясь с учащимися на принципах сотворчества, содружества, общего интереса к делу, чутко реагирует на восприятие учащихся и, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает детей к творчеству. Постепенно вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание. В целях создания положительной мотивации необходимо использовать игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Требования к уровню подготовки обучающихся

К концу года обучения дети должны знать правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног. Должны уметь пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку, чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы.

Дети должны исполнять движения в характере музыки, сохраняя осанку, позиции ног, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию, правильно исполнять этюды и танцевальные композиции.

Участники кружка за время обучения должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов.

Качество приобретенных знаний отслеживается в участии в мероприятиях различного уровня, в концертах, фестивалях, конкурсах.

Ожидаемые результаты работы по программе

К окончанию обучения обучающиеся должны: - выработать правильность и чистоту исполнения позиций и поз, движений; - усвоить элементы классического танца; - усвоить элементы русского народного танца; - знать название элементов и методику их исполнения- развить творческий

потенциал в процессе обучения и в постановочной работе, грамотно исполнять движения хореографических постановок.

Предметные результаты:

- устойчивый интерес к хореографии
- освоение танцевальных движений
- знание основных закономерностей хореографического искусства
- умение определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец классический, народный, эстрадный
- понимание специфики хореографического языка

Метапредметные результаты:

- применение освоенных навыков при решении проблем в реальных жизненных ситуациях
- умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства и оценивать их; выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.); находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства
- работа с разными источниками информации; стремление самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию

Личностные результаты:

- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей;
- развитие и реализация творческих способностей;
- проявление творческой инициативы в различных сферах художественно-творческой деятельности, в танцевально-эстетической жизни класса ,школы(музыкальные вечера, концерты).

Оценка эффективности полученных знаний, умений и навыков осуществляется 1 раза в год. Методом оценки эффективности является наблюдение, участие в концертах и результаты конкурсных выступлений.

Внутренняя мотивация, интерес к занятиям, стремление к самоутверждению, самосовершенствованию.

.

Критерии оценки по 5 балльной системе:

- 5 баллов ставится в том случае, если все показатели подтверждены;
- 4 балла – это все показатели в норме, но есть два-три недочета;
- 3 балла – не справляется по одному пункту и есть недочеты;
- 2 балла если ребенок плохо усвоил программу, не справляется с половиной показателей;
- 1 балл – не справляется с данной программой

Время контроля: май.

Материально-техническое обеспечение программы

1. Светлый, просторный класс
2. Спортивная форма и обувь
3. Музыкальный центр
4. Ноутбук
5. Диски с записями танцевальных движений
6. Музыкальные диски

Содержание курса

- *Введение. Понятие об основных танцевальных движениях.*
Азбука музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений.
Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.
- *Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног.*
Классический танец.
Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы, шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотом на $\frac{1}{4}$ круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ног. Круг ног по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к веревочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев.
Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.
- *Основы народного танца*

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, ковырялочка, Дроби. гармошка, моталочка. Упражнения на укрепления мышц рук, ног, спины и шеи.

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

- *Танцевальные этюды. Эстрадный танец*

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя. Техника прыжков и вращений. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с учениками.

- *Постановка танцев. Отработка номеров*

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце. Отработка изученных танцев. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений.

Подготовка танцевальных костюмов.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

Концерты, смотры художественной самодеятельности, конкурсы.

- *Итоговое занятие* проводится с целью подведения итогов и обобщения изученного

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Количество часов
1	Вводное занятие. Цели и задачи кружка. Техника безопасности на занятиях. Понятие «осанка». Поклон-приветствие.	3
2	Позиции рук и ног	8
3	Партерная гимнастика: растяжка, силовые упражнения; постановка корпуса; демиплие и гранд плие и т.д.	14
4	Разучивание танцевальных шагов и прыжков	12

5	Музыкально-ритмические упражнения: «Шаг на месте с качанием», «Пружинка», «Мячик», шаги в комбинации с хлопками, бег на месте и в продвижении «лошадки», перестроения в линию, колонну, круг, в шахматном порядке. Комбинации движений	20
6	Русский народный танец. Основные элементы русского народного танца. Танцевальные ходы русского народного танца: русский медленный шаг, русский каблучный шаг, русский переменный шаг, галоп и т.д.	20
7	Сюжетный танец. Сюжетно-образные движения; сюжетно-игровые упражнения; инсценировка сюжетных песен	10
8	Постановочная и репетиционная работа. Танец «Дважды два»	15
9	Постановочная работа. Танец «За водой»	14
10	Подготовка к новогодним мероприятиям. Танец «Снежинки», «Зимний Вальс»	28
11	День защитника Отечества. Матросский танец.	40
12	Танец «До ре ми»	20
13	Подготовка ко Дню Победы. Танец «Летчицы»	40
14	Подготовка ко Дню Победы. Танец «Военный»	20
15	Танец «Морская феерия».	40
16	Выступления	20
	Всего	324

Методическое обеспечение программы.

С первых минут занятий очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого следует тщательно продумать методические приемы, которые помогут решить поставленные задачи.

Прежде, чем заставить ребенка танцевать, нужно научить его красиво и осознанно двигаться под музыку, научить связывать музыку с движением. Для этого в занятия нужно включать простые, интересные упражнения, не

вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения. Движения показывает педагог. Надо следить, чтобы дети не повторяли движение сразу за педагогом, а внимательно следили за его исполнением. Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Все новые движения необходимо изучать в «чистом» виде. Если движение трудное и достичь его правильного исполнения сразу нельзя, то изучают сначала элементы, подготовительные упражнения. Систематическое повторение одного упражнения значительное число раз позволит добиться лучшей техники исполнения. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении, занятие не должно быть моторным. Нужно разнообразить задания, что бы они всегда оставались занимательными для воспитанников.

Для обучения танцам детей младшего школьного возраста необходимо использовать игру. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Кроме танцевальных элементов на занятиях кружка дети знакомятся с различными упражнениями, связанными с отсчетом ритма, что дает ребенку возможность безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта и развивает чувство музыкального ритма. Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица.

И поэтому для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры. Целесообразно включать в занятие импровизацию.

В качестве музыкального оформления лучше выбирать доступные для восприятия детей произведения. Они должны быть разнообразными и качественными. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

На протяжении всех занятий, особенно на их начальном этапе, очень важно следить за формированием правильной осанки детей. С этой целью рекомендуются задания на укрепление мышц спины.

Успешное решение поставленных задач на занятиях возможно только при использовании педагогических принципов:

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику кружка.)

- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок.)

- принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий.)

- игровой принцип (занятие строится на игре.)

принцип сознательности, активности (сознательное, заинтересованное отношение ребенка к своим действиям.)

- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков.)

- принцип наглядности (практический показ движений.)

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОЯСНЕНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ

1. Принцип деятельности

На занятиях ребенок находится в процессе открытия новых знаний.

1. Принцип креативности

Педагог провоцирует и поощряет творческую активность детей.

1. Принцип непрерывности образования и воспитания

2. осуществление, как целостного, так и индивидуального подхода к воспитанию личности ребёнка;

Методы занятий:

1. Словесный (объяснение)

2. Наглядность (личный показ педагога)

3. Практический (наглядная демонстрация формируемых навыков, выполнение движений).

Структура занятий

1. Подготовительная часть (разминка)

2. Основная часть (разучивание нового материала)

3. Заключительная часть (закрепление изученного материала)

Итогом занятий является танец, поставленный на основе выученных движений. Преодолевая технические трудности, дети приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность.

Список литературы:

1. Бекина С.И. Музыка и движение. М.: «Просвещение»-1999.
2. Лисицкая Т. Н. Гимнастика и танец. М.: «Просвещение»-1999.
3. Луговская Т. Ритмические упражнения, игры и пляски. М.: «Композитор»-1996.
4. Мошкова Е. И. Ритмика и танцы. М.: «Просвещение»-1999.
5. Раевская Т.Е. Музыкально-двигательные упражнения. М.: «Просвещение»-2006.
6. Хореографическое искусство: методика и практика (научно-методический сборник) г. Новосибирск, 2003 год
Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва, 2000.