

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение основная
общеобразовательная школа г.Спасска**

Пензенской области

Утверждаю.

Директор МБОУООШ г.Спасска

_____/Силаева Н.Б./

31 августа 2023 г.

Программа принята педагогическим

советом МБОУ ООШ г. Спасска

протокол № 1 от 31 августа 2023 г.

**Общеобразовательная
общеразвивающая программа
дополнительного образования**

«В ритме танца»

Возраст учащихся: 7-15 лет

Срок реализации: 1 год

Направленность: художественная

Составитель:

Сонина Любовь Евгеньевна

Спасск

2023-2024 учебный год

Содержание программы

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план.....	9
3. Содержание тем программы.....	10

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа танцевального кружка «В ритме танца» разработана для муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения основная общеобразовательная школа города Спасска Пензенской области, в рамках дополнительного образования.

Программа предназначена для внеклассной работы с учащимися младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Основная идея программы -

- лично ориентированный, деятельностный, продуктивный характер деятельности ребёнка;
- формирование и развития мотивации к важности занятий хореографией для общего развития.

Проблема построения модели образовательного процесса на основе многовековых традиций русского народа, его богатейшего культурного наследия, в частности, народной танцевальной музыки, является в настоящее время особенно актуальной.

В древние времена танец был одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость как исполнителю, так и зрителю – танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

К сожалению, в последнее время сложилась такая ситуация, что музыкальное искусство под влиянием активного вторжения рыночных механизмов встало на путь примитивизации и коммерциализации. Ребёнок начинает принимать за музыку произведение народных исполнителей, чьё «искусство» ограничивается незамысловатыми мелодиями, избитыми ритмами. Его уже в раннем возрасте программируют на одностороннее, упрощённое мирозерцание. Избежать этой ситуации можно, если музыкальное воспитание детей осуществлять с опорой на традиции народной музыки и танцевального искусства. Входя в мир народной музыки и танцев, ребёнок подсознательно ощутит в себе «зов предков». Характерные для русской народной культуры звуки, тембры, орнаменты, движения, мелодии «пронизывают его насквозь». Ребёнок осознаёт себя неотъемлемой частью своего общества, своей культуры. Доступность народных танцев, привлекательность и лёгкость движений принесут детям радость, создадут предпосылки для дальнейших занятий музыкой и танцами, сформируют интерес к познанию мира танца в разных его проявлениях. Воспитание ребёнка через приобщение к лучшим традициям русской народной танцевальной и музыкальной культуры, желание детей исполнять народные танцы и стремление более полно развивать у детей уже имеющиеся творческие способности.

Систематические занятия хореографией развивают мышечную структуру тела, позволяют формировать красивую правильную осанку, тренируют координацию движений

Занятия танцами дают заряд положительными эмоциями, раскрепощают, развивают пластику, обогащают разнообразием ритмов танцевальный опыт детей. Изучение русских национальных танцев «Хоровод», «Плясовая», «Кадриль» - приобщают детей к русской культуре, развивают чувство осознания себя частичкой Родины, заинтересовывают в изучении истории танцев своей страны от старины к современности.

Цель программы:

- развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.

Задачи программы:

1. Раскрывать танцевальные способности детей через двигательную активность.
2. Научить выполнять упражнения для укрепления и развития тела.
3. Научить выполнять элементы народного танца.
3. Развивать чувство ритма через обучение танцам.
4. Воспитывать любовь к русским народным танцам, к музыке, к русским традициям через изучение элементов русского народного танца и развитие умения исполнять русский танец.
5. Формировать детский коллектив через совместную деятельность.

Методы и формы обучения:

- наглядное изучение информационных материалов;
- дифференцированный, личностно-ориентированный подход к детям;
- широкое использование игровой деятельности (разминки, музыкальные игры);

Инструментарий для оценивания результата - выступление на праздниках и мероприятиях.

Общая характеристика учебного предмета, курса.

Данная программа разработана хореографом МБУК «БКЦ Спасского района Пензенской области» Л.Е. Сониной. Отличительная черта этой программы заключается в ее направленности на многие виды танцев: современные, народные, эстрадные. А также на их соединение и группировку друг с другом, что в итоге является очень интересным, запоминающимся, актуальным в современном мире. Программа предусматривает межпредметные связи с музыкой, культурой, фольклором, сценическим искусством, ритмикой.

Межкультурный подход.

В современном обществе стало важным проявлять интерес к условиям жизни и привычкам разных народов. Чем лучше мы узнаем «других», тем больше мы их начинаем понимать.

Изучаемые в данном курсе национальные танцы позволяют узнать поближе культуру того или иного народа. Понимание культуры другого народа помогает воспитанию толерантности по отношению к другим народам, проживающим в России.

Метапредметный подход

Содержание курса не может быть ограничено только одним предметом, оно по возможности включает в себя различные предметы.

Методические аспекты

Главное в хореографическом коллективе – создание творческой увлечённости искусством, впечатления, развитие способностей, а также четкое соблюдение техники безопасности, режима, труда и отдыха.

Развиваются физические способности:

- сила ног,
- пластичность рук,
- гибкость тела,
- эластичность мышц и подвижность суставов.

В программу включены следующие разделы:

- ритмика,
- элементы классического танца,
- элементы русского народного танца,
- элементы бального танца,
- элементы национального танца,
- постановочно-репетиционная работа.

Программа разработана для учащихся 2-9 классов (младшего, среднего и старшего звеньев) и рассчитана на 306 часов в год, по 3 часа в неделю для каждого звена.

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. Программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

Занятия проходят в классе хореографии.

В течение года дети участвуют в школьных мероприятиях, конкурсах, праздничных концертах, в районных культурно – массовых мероприятиях.

Хореография – это прекрасное средство физического, эстетического развития и саморазвития детей.

Описание ценностных ориентиров содержания программы.

Ценность патриотизма - любовь к Родине, своему краю, своему народу;

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность социальной солидарности - свобода личная и национальная; уважение и доверие к людям; справедливость, равноправие, милосердие, честь, достоинство;

Ценность гражданской ответственности - долг перед Отечеством, правовое государство, гражданское общество, закон и правопорядок, забота о благосостоянии общества;

Ценность семьи - любовь и верность, забота, помощь и поддержка, равноправие, здоровье, достаток, уважение к родителям, забота о старших и младших, забота о продолжении рода;

Ценность личности - саморазвитие и совершенствование, смысл жизни, внутренняя гармония, самопринятие и самоуважение, достоинство, любовь к жизни и человечеству, мудрость, способность к личностному и нравственному выбору;

Ценность труда и творчества - уважение к труду, творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость, трудолюбие;

Ценность науки - ценность знания, стремление к познанию и истине, научная картина мира;

Ценность искусства и литературы - красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие;

Ценность природы - основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа - стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Личностные, метапредметные и предметные результаты

Представленная программа обеспечивает достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в процессе обучения;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся **мире**;
- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентации;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- освоение начальных форм рефлексии (самоконтроля, самоанализа, саморегуляции, самооценки);
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- умение работать в группе и определять общую цель и пути её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

Предметные результаты:

В области формирования личностной культуры:

1. Формирование способности к духовному развитию, реализации творческого потенциала в учебно-игровой, на основе нравственных установок и моральных норм, самовоспитания и универсальной духовно-нравственной компетенции — «становиться лучше»;
2. Развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результата.

В области формирования социальной культуры:

1. Воспитание ценностного отношения к своему национальному языку и культуре;
2. Развитие навыков организации и осуществления сотрудничества со сверстниками, родителями в решении общих проблем;
3. Развитие доброжелательности к другим людям;
4. Формирование толерантности и основ культуры межнационального общения, уважения к культурным традициям представителей народов России.

В области формирования семейной культуры:

Формирование у детей уважительного отношения к родителям.

Для успешной реализации программы необходимы следующие средства обучения:

- необходимое количество часов;
- светлое и просторное помещение;
- аудиоаппаратура;
- специальная тренировочная одежда и обувь;
- сценические костюмы;

Характеристика основных результатов, на которые ориентирована программа:

Занятия в танцевальной студии формируют, развивают и воспитывают различные способности и качества ребёнка:

- музыкально - танцевальные,
- физические,
- коммуникативные,
- эмоционально – волевые,
- организаторские,
- творческие,
- познавательные

на основе изучения фольклора, который позволяет в комплексе воздействовать на развитие личности и формирование коллектива.

Используемые методы:

- 1.Метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды.
- 2.Метод повторения.
- 3.Метод коллективного творчества.
- 4.Метод объяснения.
- 5.Метод заучивания.
- 6.Метод многократного повторения всевозможных движений.
- 7.Игровые технологии.

Модель выпускника хореографического коллектива:

1. Имеет глубокие знания, умения, навыки по хореографии, высокий уровень физической подготовки, познавательной деятельности.
2. Характеризуется развитыми общими и специальными способностями.
3. Ориентирован на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.
4. Стремится к творческой самореализации.
5. Имеет потребность в постоянном самосовершенствовании.
6. Имеет сформированный образ «Я».

7. Развиты коммуникативные способности.
8. Развит танцевальный, художественный вкус.
9. Имеет эмоциональную отзывчивость к миру искусства музыке, танцам, поэзии, театру.
10. Имеет мотивацию к здоровью и ведет здоровый образ жизни.
11. Имеет развитое гражданское самосознание и чувство Родины.

Отчет о выполнении учебно-воспитательной программы танцевального кружка проходит в творческой форме в виде выступлений на районных мероприятиях.

Учебно – тематический план.

№п/п	Название раздела	Количество часов		
		младшее звено	среднее звено	старшее звено
1.	Ритмика	14	14	14
2.	Элементы классического танца	18	18	18
3.	Элементы русского народного танца	16	16	16
4.	Элементы балльного танца	18	18	18
5.	Элементы национального танца	14	14	14
6	Постановочно – репетиционная работа	22	22	22
	Всего	102	102	102
	ИТОГО	306		

Содержание тем программы

№ п/п	Раздел	Содержание тем программы
1.	Ритмика	<p>1. Ритмические упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на дыхание; - физиологическая разминка по принципу сверху вниз. <p>2. Упражнения на ковриках:</p> <ul style="list-style-type: none"> - лежа на животе – поднятие рук и ног одновременно и поочередно, покачивание; - лежа на спине – поднятие ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. <p>3. Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - движения в образах; - пантомима. <p>4. Упражнения на пластику и расслабление:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пластичные упражнения для рук; - наклоны корпуса в координации с движениями рук; - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. <p>5. Пространственные упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продвижения с прыжками, бег, поскоки; - перестроение из одной фигуры в другую. <p>6. Ритмические комбинации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - связки ритмичных движений; - этюды; - танцевальная импровизация.
2.	Элементы классического танца	<p>1. Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).</p> <ul style="list-style-type: none"> - плие; - пор-де-бра. <p>2. Упражнения на середине зала:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приседания и полуприседания; - поднятие стопы на полупальцы; - движение в координации рук и ног по позициям, повороты. <p>3. Прыжки, верчения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на месте по I, II, III позициям ног; - верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали. <p>4. Комбинации движений классического танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> - этюды; - координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений; - координация рук и ног в исполнении движений на середине.
3.	Элементы русского народного танца	<p>1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).</p> <p>2. Основные танцевальные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»;

		<p>- повороты, прыжки.</p> <p>3. Комбинации русского народного танца «Плясовая».</p>
4.	Элементы бального танца	<p>1. Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение).</p> <p>2. Основные элементы бального танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; - свободная композиция (работа в паре); - элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты. <p>3. Комбинации бальных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.</p>
5.	Элементы национального танца	<p>1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</p> <p>2. Основные танцевальные движения.</p> <p>3. Композиции национального танца (мордовский танец)</p> <ul style="list-style-type: none"> - связка отдельных элементов в свободные композиции.
6.	Постановочно-репетиционная работа	<p>1. Изучение движений танцевального номера;</p> <p>2. Отработка движений танцевального номера;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Соединение движений в комбинации; - Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок; - Репетиционная работа.