

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

"Галановская средняя общеобразовательная школа»

Принято:

на заседании педагогического совета

МБОУ "Галановская СОШ"

Протокол №12 от 31.08.2023г.

31.08.2023г.

Утверждено:

Приказом директора

МБОУ "Галановская СОШ"

Приказ №57 о/д от

**Дополнительная общеобразовательная программа
художественной направленности
"ТАНЦУЕМ ВМЕСТЕ"**

Срок реализации программы – 72 часа

Возраст обучающихся первого года обучения: 7-16 лет

Автор-составитель:

Килина Александра Алексеевна

учитель физической культуры

с.Галаново, 2023г

Пояснительная записка

Направленность программы. Общеразвивающая программа «Танцуем вместе» направлена на обучение детей основам хореографического искусства, развитие общефизических, исполнительских способностей.

Актуальность программы. Наше время стремительных и изменяющихся процессов, новых информационных технологий заставляет все больше задумываться о физическом и психическом здоровье человека, особенно ребенка. Хореография – это вид искусства, который положительно влияет на обучающихся, помогает снять психологические и мышечные зажимы, выработать уверенность в себе. Движение и музыка выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, нейтрализуют умственную перегрузку и снимают утомление.

Новизна программы состоит в том, что в ней сочетаются такие основные направления танца и пластики как: «Азбука музыкального движения», «Гимнастика», «Импровизация», классический, народный и современный танец. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Адресат, режимный компонент программы: У детей происходит формирование и становление новой системы отношений между людьми, изменяется отношение к обязанностям, увеличивается круг интересов, развиваются способности. В младшем школьном возрасте дети располагают значительными резервами развития. Начинает интенсивно развиваться костная и мышечная системы, а значит, уделяется особое внимание осанке. В этом возрасте у обучающихся есть свои особенности в организации движений, мелкая техника дается им тяжело. Несмотря на то, что у детей растет физическая выносливость, на психологическом уровне они не могут еще долго концентрировать внимание на чем-то одном, не умеют еще сосредотачиваться, в результате чего интерес быстро угасает, и они очень быстро утомляются. Поэтому занятие не должно быть эмоционально перенасыщено, объем материала должен быть ограничен их физическими возможностями. Это необходимо учитывать, меняя формы деятельности в течение занятия, чередовать серьезную деятельность с игровыми формами обучения, чтобы переключиться и удержать внимание учащихся.

Для занятия формируются группы учащихся в возрасте от 7 до 16 лет, количество в группе от 10 человек.. Продолжительность одного академического часа - 45 минут. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут. Общее количество часов в неделю – 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю 2 часа.

Особенности содержания программы:

Содержание общеобразовательной программы включает в себя следующие разделы: «Азбука музыкального движения», «Элементы классического танца», «Элементы народного танца», «Элементы современного танца», «Гимнастика», «Пластика», и «постановки танцев».

В разделах «Классический танец» и «Народно-сценический танец», осваиваются движения, которые подготавливают детей к исполнению танцевальных этюдов и танцев. Начинается знакомство с основами современного танца и разделами «Пластика» и «Импровизация». В раздел «Импровизация» включены упражнения, игры и этюды. Они способствуют развитию таких качеств, как способность к слуховому анализу, быстроте реакции, внимательности, сообразительности, самостоятельности мышления, самоконтролю. «Пластика» необходима для развития свободы и выразительности телодвижений, владение своим лицом. В процессе занятий дети получают основные танцевальные навыки, также в их сознании формируется представление о хореографическом искусстве и артистизме танцора на сцене.

Цель: создание условий для формирования танцевальных, исполнительских способностей, посредством освоения хореографического искусства.

Задачи:

- Обучение танцевальным движениям, комбинациям движений, этюдам;
- Развитие природных способностей ребенка (слуха, чувства ритма, пластичности);
- Воспитание художественного вкуса, интереса к танцевальному искусству.

Планируемые результаты.

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

-общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи,

-организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

-находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

-видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;

-оценивать красоту телосложения и осанку,

-управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять сдержанность и рассудительность.

1.1 Учебный план обучения

№ п/п	Название базовых тем	1 год обучения			Формы контроля
		общее кол-во часов	из них		
			теор.	прак.	
I	Введение	2			
1	Вводное занятие	2	1	1	Показ ,рассказ
II	Азбука музыкального движения	13			
1	Мелодия и движение	2	1	1	Анализ самостоятельного исполнения
2	Темп	2	1	1	Пед наблюдение
5	Контрасты музыки	1	0,5	0,5	Пед наблюдение
6	Элементы построения	1	0,5	0,5	Пед наблюдение
7	Правила перестроения	1	0,5	0,5	Пед наблюдение
8	Движение и музыка	1	0,5	0,5	Пед наблюдение
9	Музыкальные упражнения	1	0,5	0,5	Контрольное исполнение
10	Флэшмоб	4	1	3	
III	Элементы классического танца.	18			
1	Позиции ног (1,2,3,6)	2	1	1	Пед наблюдение
2	Позиции рук (подготовительное положение,1,2,3)	2	1	1	Пед наблюдение
3	Упражнение Demi plie	1	0,5	0,5	Пед.наблюдние
4	Упражнение Grand plie	1	0,5	0,5	Пед.наблюдениейф
5	Комплекс упражнений на растяжку	4	1	3	Пед.наблюдение
6	Комплекс упражнений на гибкость	4	1	3	Пед. наблюдение
7	Вращение по диагонали	2	1	1	Пед. наблюдение
8	Прыжки	2	1	1	Пед. наблюдение
IV	Элементы народного танца.	25			
1	Постановка корпуса.	2	1	1	Пед. наблюдение

2	Положение рук, ног.	2	1	1	Пед. наблюдение
3	Танцевальные шаги.	2	1	1	Пед. наблюдение
4	Упражнение «ковырялочка», «Елочка»	2	1	1	Пед. наблюдение
5	Прыжки	6	2	4	Пед. наблюдение
6	Танцевальные движения.	6	4	2	Пед. наблюдение
7	Вращение по диагонали	2	1	1	Пед. наблюдение
8	Дробные выстукивания	2	1	1	Пед. наблюдение
9	Танец	1	0,5	0,5	Пед.наблюдение
V	Элементы современного танца	14			
1	Упражнения по диагонали	2	1	1	Пед. наблюдение
2	Составления комбинаций из движений хип-хоп	4	2	2	Пед. наблюдение
3	Упражнения на координацию	2	2	2	Пед. наблюдение
4	Упражнение Grand battement	2	1	1	Пед. наблюдение
5	Кросс	4	1	3	Пед. наблюдение
	Итого:	72			

1.2 Содержание учебного плана 1 год обучения (7-10 лет)

I. Введение.

Занятие №1.

Тема: «Его величество танец». Установка расписания занятий.

II. Раздел. «Азбука музыкального движения».

Занятие №2.

Тема: «Мелодия и движение».

Теория. Понятия мелодия, движение. Связь между мелодией и движением.
Практика. Специальные ритмические упражнения на согласование движений с музыкой
игра.

Форма – занятие игра.

Занятие №3.

Тема: «Темп».

Теория. Понятие темп.

Практика. Задание на освоение темпа музыки, игры на определение темпа

Форма- занятие игра.

Занятие №4.

Тема: «Контрасты музыки».

Теория. Понятие контрасты музыки.

Практика. Музыкально - ритмические игры: «Тихо - громко», «Пустое место».

Форма – занятие игра.

Занятие №5.

Тема: «Элементы построения».

Теория. Понятие колонна, линия, шеренга, цепочка.

Практика. Из пройденных элементов (колонна, шеренга, линия, цепочка) составляется этюд маршировки (дети вспоминают, закрепляют не только элементы построения, но и виды шага высокий, шаг с носка и т.д.).

Форма - учебное занятие.

Занятие №6.

Тема: «Правила перестроения».

Теория. Понятие по часовой и против часовой стрелки.

Практика. Перестроение из одного рисунка в другой. Схема перестроения. Форма - занятие игра.

Занятие №7.

Тема: «Движения и музыка».

Теория. Понятие движение и музыка.

Практика. Продолжение изучения этюда маршировки в соответствии с музыкой.

Отработка четкости исполнения, координации движений. Игра.

Форма - занятие игра.

Занятие №8.

Тема: «Музыкальные упражнения».

Теория. Понятие музыкальные упражнения.

Практика. Изучение прыжков, поворотов, шагов в повороте и т.д.,

Форма - учебное занятие.

Занятие №9.

Тема: «Флешмоб»

Практика. Изучение танца .

Форма – учебное занятие

III Раздел. Элементы классического танца.

Занятие №10.

Тема: Изучение позиций ног (1,2,3,6)

Теория. Правила позиций ног

Практика. Выполнение позиций ног на середине зала

Форма - учебное занятие.

Занятие №11.

Тема: Изучение позиций рук (подготовительное положение ,1,2,3)

Теория. Правила позиций рук

Практика. Выполнение позиций рук на середине зала

Форма - учебное занятие.

Занятие №12.

Тема: «Demiplie».

Теория. Перевод, краткая характеристика движения.

Практика. Показ в законченной форме лицом к станку по 1 позиции.

Форма - учебное занятие.

Занятие №13.

Тема: «Grandplie»

Теория. Перевод, краткая характеристика движения.
Практика. Проучивание лицом к станку из 1-ой позиции ног.
Форма - учебное занятие.

Занятие №14.

Тема: «Комплекс упражнения на растяжку»
Теория. Правило исполнения разных движений
Практика. Выполнение движений на ковриках.
Форма - учебное занятие.

Занятие №15.

Тема: «Комплекс упражнения на гибкость»
Теория. Краткая характеристика движения.
Практика. Изучение упражнений на ковриках.
Форма - учебное занятие.

Занятие № 16.

Тема: «Вращение по диагонали»
Теория. Перевод и краткая характеристика движения.
Практика. Выполнение упражнений по диагонали
Форма - учебное занятие.

Занятие №17.

Тема: «Прыжки».
Теория. Правила исполнения прыжка.
Практика. Исполнение на середине зала прыжки по 1, 5-ой позиции ног. Проучивание прыжков по 2 позиции ног.
Форма – занятие соревнования.

IV Раздел. Элементы народного танца. (20 ч.)

Занятие №18.

Тема: «Постановка корпуса».
Теория. Правила постановки корпуса.
Практика. Исполнение постановки корпуса в народном танце и ее отличительные черты от классического танца.
Форма - учебное занятие.

Занятие № 19.

Тема: «Положение рук, ног».
Теория. Понятие положение рук, ног.

Практика. Исполнение позиции ног в народном танце. (1, 3, 5, 6). Выполнение положений рук в народном танце (руки на поясе, руки перед грудью).

Форма - занятие игра.

Занятие № 20.

Тема: «Танцевальные шаги».

Теория. Понятие танцевальный шаг.

Практика. Изучение танцевальных шагов по линии танца (переменный шаг, «девичий ход», шаг с притопом и т.д.)

Форма – учебное занятие

Занятие № 21.

Тема: «Упражнение «Ковырялочка», «Елочка».

Теория. Понятие ковырялочка, елочка.

Практика. Изучение упражнений ковырялочка ,елочка.

Форма - занятие учебное .

Занятие № 22.

Тема: «Прыжки».

Теория. Понятие прыжок.

Практика. Выполнение прыжков (поджатые , простые, крестом)

Форма- занятие учебное

Занятие №23.

Тема: «Танцевальные движения».

Теория. Понятие танцевальное движение.

Практика. Выполнение танцевальных движений.

Форма занятия соревнование.

Занятие №25.

Тема: «Вращение по диагонали ».

Теория. Правило упражнений по диагонали

Практика. Выполнение упражнений на диагонали

Форма учебное занятие

Занятие №25.

Тема: «Дробные выстукивания ».

Теория. Правило упражнения

Практика. Выполнение упражнений на середине зала
Форма учебное занятие

Занятие №25.

Тема: «Танец».

Теория. Правило упражнений

Практика. Изучение танца

Форма учебное занятие

5.Современная хореография

Занятие № 30.

Тема: «Упражнения по диагонали ».

Теория. Понятие упражнений, правила исполнения

Практика. Выполнение упражнений

Форма- учебное занятие

Занятие № 29.

Тема: «Составление комбинаций движений хип-хоп».

Теория. Понятие упражнение, гибкость, правила исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнение хип-хоп

Занятие № 30.

Тема: «Упражнения на координацию ».

Теория. Понятие упражнений, правила исполнения

Практика. Выполнение упражнений

Форма- учебное занятие

Занятие № 31.

Тема: «Упражнения Grandbattement ».

Теория. Понятие упражнение, правила исполнения упражнений.

Практика. Упражнение Grandbatten

Форма- учебное занятие

Занятие № 32.

Тема: «Кросс».

Теория. Понятие упражнение, правила исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений

Форма- учебное занятие

VI Раздел. Партерная гимнастика.

Занятие № 26.

Тема: «Гимнастика».

Теория. Понятие гимнастика. Значение гимнастики.

Практика. Некоторые гимнастические упражнения.

Форма – учебное занятие

Занятие № 27.

Тема: «Комплекс ОРУ».

Теория. Понятие общеразвивающие упражнения.

Практика. Изучение комплекса ОРУ- наклоны головы, работа рук и плеч, наклоны корпуса, выпады, приседы, «растягивание», прыжки.

Форма - учебное занятие.

Занятие № 28.

Тема: «Упражнения на гибкость».

Теория. Понятие упражнение, гибкость, правила исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнения «Мельница».

Форма - учебное занятие.

Занятие № 29.

Тема: «Упражнения на эластичность мышц».

Теория. Понятие упражнение, правила исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений

Форма - учебное занятие

1.3 Планируемый результат 1 года обучения (7-10) лет.

Будут знать:

- основные термины (в рамках программы), оперировать ими;
- элементы классического ,народного ,современного танца
- разницу между круговыми и прямыми движениями;
- позиций рук и ног, постановку ног у станка.

Будут уметь:

- вовремя начинать движения и закончить его в конце музыкального произведения;
- правильно пройти в такт музыки, на пятку, сохраняя красивую осанку.
- исполнять танцевальные движения эмоционально, выразительно;
- исполнять танцевальные движения: «ковырялочка», «корзиночка» и т.д.;

Методическое обеспечение

№ п/ п	Раздел и тема программы	Форма заняти й	Приемы и методы организации учебно- воспитательно го процесса	Дидактическ ий материал	Техническо е оснащение занятий	Формы подведен ия итогов
1	Вводный раздел.					
	Понятие ,что такое танец	Беседа	Словесный метод			
2	Азбука музыкального движения	Беседа	Метод наглядного	Аудио- записи, наглядные иллюстрации	Магнитофо н, USB- накопитель	

			восприятия	, видео		
3	Элементы классического танца	Беседа	Словесный, метод наглядного восприятия	Аудио-записи, наглядные	Магнитофон, USB-накопитель	
4	Элементы народного танца	Беседа	Словесный, метод наглядного восприятия	Аудио-записи, наглядные иллюстрации, видео	Магнитофон, USB-накопитель	
5	Элементы современного танца	Беседа	Словесный, метод наглядного восприятия	Аудио-записи, наглядные иллюстрации, видео	Магнитофон, USB-накопитель	
6	Партерная гимнастика	Беседа	Словесный, метод наглядного восприятия	Аудио-записи, наглядные иллюстрации, видео	Магнитофон, USB-накопитель	

Контрольно-измерительные материалы по дисциплине «Ритмика и хореография»

Оценка «5»- выполнено 12-15 баллов

Оценка «4»- выполнено 7-11 баллов

Оценка «3»- выполнено 5-6 баллов

Оценка «2»- выполнено менее 5 баллов

1. Ритмика это:

- а) музыкально-педагогическая дисциплина
- б) музыкально-ритмические упражнения
- в) движение человеческого тела

2. Ритмические упражнения оказывают влияние на:

- а) память
- б) на творческую фантазию
- в) на музыкальность

3. Задачи музыкально-ритмического воспитания детей:

- а) совершенствование качества движений
- б) формирование красивой осанки
- в) развитие творческой активности

4. В основе ритмики лежит:

- а) музыка
- б) танец
- в) песня

5. Основные виды движения:

- а) марш

б) бег

в) ходьба

6. Назовите виды шага:

а) спокойный шаг

б) высокий шаг

в) тихая, осторожная ходьба

7. Назовите бега:

а) легкий бег

б) танцевальный бег

в) стремительный бег

8. Виды прыжков:

а) подпрыгивания на двух ногах

б) подскоки с ноги на ногу

в) боковой галоп

9. К построениям относятся:

а) колонна

б) колонна парами

в) шеренга

10. Элементы народного танца:

а) хороводный шаг

б) переменный шаг в) дробный шаг

11. Дайте определение танцу:

а) вид искусства, в котором художественные образы создаются средствами пластических движений

б) музыкально-ритмическое движение

в) эстетическое и нравственное воспитание

12. Перечислите принципы отбора репертуара по ритмике:

а) художественность музыкальных произведений

б) моторный характер музыкального сочинения, побуждающий к движениям

в) разнообразие движений

13. Позиции рук классического танца:

а) первая

б) вторая

в) пятая

14. Позиции ног классического танца:

а) четвертая

б) восьмая

в) первая

15. Скорость движения, исполнения музыки

а) ритм

б) темп

в) динамика

Рабочая программа воспитания

1. Характеристика творческого объединения

Группа объединения «Танцуем вместе » формируется с 1 сентября 2023 года. В неё войдут ребята из МБОУ «Галановская СОШ», обучающиеся в 1-11 классах. Программа является краткосрочной (1 год). Каждое направление в практике педагога-руководителя имеет свою внутреннюю логику, свои закономерности и принципы реализации. Специфика воспитательной работы в хореографическом коллективе обусловлена органичным сочетанием художественно-исполнительских, общепедагогических и социальных моментов в ее проведении и обеспечении. Усилия педагога направлены на формирование у детей мировоззрения, на воспитание высокой нравственной культуры, на художественное и эстетическое развитие. Родители отдают детей в хореографические коллективы для занятий, укрепляющих здоровье, расширяющих общий культурный и художественный кругозор, являющихся формой удовлетворения духовных потребностей, средством развития эстетического вкуса. Поэтому отношение детей к занятиям носит индивидуальный и строго выборочный характер. Ребенок воспринимает, запоминает и выполняет то, что его интересует, привлекает .

Цель программы воспитания: изучение особенностей воспитания детей искусством хореографии.

Задачи программы :

- рассмотреть хореографическое искусство как средство эстетического воспитания детей;
- определить формы и методы воспитательной работы в творческом коллективе;
- изучить возрастные и индивидуальные особенности обучения детей искусству хореографии.

Планируемые результаты: в процессе воспитательной деятельности, у обучающихся будет сформирована потребность в ведении здорового образа жизни. Будут знать основные термины (в рамках программы), оперировать ими; элементы классического ,народного ,современного танца .

3. Работа с родителями

Работа с родителями обучающихся или их законными представителями:

- регулярное информирование родителей об успехах и проблемах их детей, о жизни объединения в целом;
- организация на базе школы семейных праздников, конкурсов, соревнований, направленных на сплочение семьи и школы.

Работа с коллективом учащихся:

1. проведение мероприятий на принципах уважительного отношения к личности ребенка, поддержки активной позиции каждого ребенка, предоставления школьникам возможности обсуждения и принятия решений по обсуждаемой проблеме, создания благоприятной среды для общения;
- 2. сплочение коллектива объединения через: общение , игры на сплочение ;

Календарный план воспитательной работы

Воспитательная работа на 2022-2023 учебный год.

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ		
ОБЪЕДИНИИЯ «ОТРЯД РДШ»		
НА 2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД		
Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
<i>Наука</i>		
День космонавтики	Апрель	"Танцуем вместе"
<i>Творчество</i>		
День матери	Ноябрь	"Танцуем вместе"
8 Марта	Март	"Танцуем вместе"
<i>Гражданская идентичность</i>		
День учителя	Октябрь	"Танцуем вместе"
День пожилого человека	Октябрь	"Танцуем вместе"
<i>Патриотическое воспитание</i>		
День защитника Отечества	Февраль	"Танцуем вместе"
День Победы	9 мая	"Танцуем вместе"
<i>Краеведение</i>		
День туризма	Сентябрь	"Танцуем вместе"
День народного единства, День государственности УР	Ноябрь	"Танцуем вместе"
<i>Спорт</i>		
Всероссийский турнир по шахматам на кубок РДШ	в течение года	"Танцуем вместе"
<i>Экология</i>		
Международный день земли	Апрель	"Танцуем вместе"

Литература

- Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца- Л.: Искусство, 1983.
- Бритаева Н.Х. Эмоции и чувства в сценическом творчестве. - Саратов, 1987.
- Васильева Е. Танец. -М.: Искусство, 1996.
- Занько С.Ф. и др. Игра и учение: Теория, практика и перспективы игрового обучения. - М., 1992.
- Захаров Р. Слово о танце. - М: Планета, 1989.
- Золотарева А.В. Дополнительное образование детей: Теория и методика социально-педагогической деятельности. -Ярославль: Академия развития, 2004.
- Кульневич СВ., Иванченко В.Н. Дополнительное образование детей: методическая служба. - Ростов-н/Д.: Учитель, 2005.

Литература для детей

- Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-пресс, 1999- (Внимание дети).
- Жиенкулова Ш. Тайна танца. - Алма-Ата, 1980.
- Слуцкая СЛ. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. - М.: Линка-пресс, 2006.