

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Актабанская средняя общеобразовательная школа»

Принято
На заседании педагогического совета
Протокол №1 от 28.08.2020г

Утверждаю
директор МБОУ «Актабанская СОШ»
 Т.Н. Попова
Приказ №295 от 01.09.2020г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**По дополнительному
образованию**

**«Танцевальный»
(срок реализации 4 года)**

Пояснительная записка

Возрастная образовательная программа по внеурочной деятельности соответствует федеральному компоненту государственного стандарта общего образования и составлена на основе программы учебно-методическое пособие для педагогов Колодницкий Г.А., «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» для Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы 2021-2021 учебный год) 1 час в неделю; 5 класс — 8 класс — 34 часа в год.

Программа рассчитана на работу с детьми среднего возраста на основе приобщения к традиционным культурным ценностям. Она посвящена процессу овладения детьми ритмическими движениями с музыкальным сопровождением, концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. В соответствии с концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры, предметом обучения в средней школе является двигательная активность с обще-развивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у подростков не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность, мышечная память. Позволяет не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка, приобщение к традиционным культурным ценностям.

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

1. на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса;
2. на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
3. на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого, к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
4. на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области танцевальной культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
5. на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений, упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий ритмическими упражнениями.

Цель программы: укрепление физического и психологического здоровья, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

Образовательная цель программы: приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до балетного спектакля.

Развивающая цель программы: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

Учитывая эти особенности, данная программа ориентируется на решение следующих образовательных задач:

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;

- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка;
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам;
- гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- дать представление о танцевальном образе;
- развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- воспитание культуры поведения и общения;
- развитие творческих способностей;
- воспитание умений работать в коллективе;
- развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение;
- развитие и сохранение здоровья детей школьного возраста;
- развития эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности;
- воспитание организованной, гармонически развитой личности;
- выявление творческих способностей в области искусства танца;
- приобретение навыков хореографического движения;
- ознакомление с жанровыми и стилистическими особенностями искусства танца.

Психолого-педагогические принципы:

Программа опирается на развивающую парадигму, представленную в виде системы психолого-педагогических принципов:

а) Личностно-ориентированные принципы (принцип адаптивности, принцип развития, принцип психологической комфортности).

б) Культурно-ориентированные принципы (принцип целостности содержания образования, принцип систематичности, принцип ориентировочной функции знаний, принцип овладения культурой).

в) Деятельностно-ориентированные принципы (принцип обучения деятельности, принцип управляемого перехода от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности ученика)

Межпредметные связи

«**Музыкальное воспитание**», где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями. Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны учатся различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

«**Ознакомление с окружающим**», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и **физкультурой**: и по строению занятий, и по его насыщенности. Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждое занятие имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

В ходе занятий учащиеся сталкиваются с понятиями "угол поворота", "направление движения", "доли счета" (1/4, 2/4, 3/4 и т. д.). Умение ориентироваться в пространстве, необходимость развития и использования абстрактного мышления создает тесную взаимосвязь с изучением **математики**.

Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он появился, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа

отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:

- проведение открытых занятий для родителей;
- организация танцевальных конкурсов;
- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение итогового занятия в конце учебного года.

Учебно-тематический план

(1 год)

Цель: иметь представление о выворотности как средстве выразительности историко-бытового танца, диско-танца, народного танца, эстрадного танца. Освоить простейшие приемы в исполнении движений и уметь исполнять упражнения в соответствии с музыкальным сопровождением. Познакомить: с историей развития «Белого танца», с танцевальными произведениями и творческим путём балетных танцоров.

№ п/п	Тема занятий	Часы			Формы проведения занятий	Методы контроля
		Общее кол-во	Теория	Практика		
Танцевально-хореографическая работа						
1.	Вводное занятие. Правила ТБ.	1	1		Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
2.	Основные танцевальные правила. Построение, перестроение.	1		1	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
3.	История белого танца.	1	0,5	0,5	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
4.	Падеграс.	3	0,5	2,5	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
5.	Бранль.	2		2	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
6.	Пин Блюз.	2		2	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
7.	Менуэт.	2		2	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
8.	Медленный вальс.	4		4	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
9.	Дроби, хлопушки, трюки и комбинации русского народного танца.	10		10	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
10.	Хороводы – народов мира.	4		4	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
11.	Викторина «В ритме танца». Танец на почтовых марках.	1		1	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
12.	Движения танцев коренных малочисленных народов Севера.	2		2	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
12.	Один день из жизни балетного танцовщика.	1		1	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
	Итого:	35	2	33		

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам первого уровня реализации программы

Иметь представление о выворотности как средстве выразительности историко-

бытового танца, диско-танцы, русского народного танца. Освоить простейшие приемы в исполнении движений.

К концу года обучения учащимися должны быть освоены: освоить простейшие приемы в исполнении движений историко-бытового танца, народного танца, эстрадного танца. Знать: историю развития «Белого танца», творческий путь балетных танцоров, элементарные движения танцев коренных малочисленных народов Севера.

Учебно-тематический план

(2год)

Цель: Закрепление знаний и навыков, полученных в 1 году. Постановка корпуса, ног, рук, головы в процессе усвоения основных движений, развитие элементарных навыков устойчивости, координации движений. Дальнейшее изучение элементов историко-бытового, диско-танцы, народных танцев. Положение учащихся в паре. Изучение положения в комбинациях, шагах и позах. Освоение новых комбинаций, этюдов, танцев.

№ п/п	Тема занятий	Часы			Формы проведения занятий	Методы контроля
		Общее кол-во	Теория	Практика		
Танцевально-хореографическая работа						
1.	Вводное занятие. Правила по ТБ.	1	1		Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
2.	Основные танцевальные правила. Постановка корпуса.	1		1	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
3.	Упражнения на растяжку.	3		3	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
4.	Медленный вальс.	6		6	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
5.	Русский народный танец. Дроби, хлопки, выстукивание, трюки, ходы, проходки.	10		10	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
6.	Работа над основными танцевальными движениями.	5		5	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
7.	Кроссворд «Основы знаний классического танца»	1	1		Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
8.	Йога-терапия.	5		5	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение

9.	Элементы коренных малочисленных народов Севера.	2		3	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
	Итого	34	2	33		

(3-й год)

Цель: Закрепление знаний и навыков, полученных во 2-м году. Продолжение работы над постановкой корпуса, развитие элементарных навыков устойчивости, координации движений. Дальнейшее изучение элементов историко-бытового, диско-танца, народных танцев. Положение учащихся в паре. Изучение положения *epaulement (croisee и effacee)* в комбинациях, шагах и позах. Освоение новых комбинаций, этюдов, танцев.

№ п/ п	Тема занятий	Часы			Формы проведения занятий	Методы контроля
		Общее кол-во	Теория	Практика		
Танцевально-хореографическая работа						
1.	Вводное занятие. Правила по ТБ.	1	1		Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
2.	Основные танцевальные правила. Построение, перестроение.	1		1	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
3.	Упражнения на растяжку.	5		5	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
4.	Элементы русского народного танца.	10		10	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
5.	Кроссворд «Основы знаний классического танца»	1	1		Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
6.	Работа над основными танцевальными движениями.	4		4	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
7.	Вальс.	9		9		
8.	Русские народные костюмы.	2		2	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение

9.	Творческий путь А.Я. Вагановой	1	1		Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
	Итого	34	3	31		

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам 3 года реализации программы

Ученики должны знать правильную постановку корпуса, позиции ног, рук, положения головы в процессе усвоения основных движений. Знать правильное положение рук в паре в данной композиции, которая была проучена в период учебного года.

Следить за постановкой корпуса, держать апломб. Формировать умение слушать музыку, понимать настроение, её характер; развить эмоциональную отзывчивость при музыке. Уметь правильно распределять вес тела с ноги на ногу.

К концу учебного года учащимися должны быть освоены следующие этюды: Этюд коренных малочисленных народов севера; народный этюд.

Учебно-тематический план (4-ый год)

Цель: Основной задачей является продолжение работы над постановкой корпуса, ног, рук, головы в процессе усвоения основных движений, развитие элементарных навыков устойчивости, координации движений, слушать и понимать музыку. Дальнейшее изучение элементов историко-бытового, диско-танцы, народных танцев. Положение учащихся в паре. Изучение положения *epaulement (croisee ineffacee)* в комбинациях, шагах и позах. Освоение новых комбинаций, этюдов, танцев.

№ п/ п	Тема занятий	Часы			Формы проведе ния занятий	Мет оды конт роля
		Общее кол-во	Тео рия	Прак - тика		
Танцевально-хореографическая работа						
1.	Вводное занятие.	1	1		Групповое/ Подгруппой	Наблю де- ние
2.	Основные танцевальные правила. Развитие музыкальности. Построение, перестроение.	1		1	Групповое/ Подгруппой	Наблю де- ние
3.	Йога-терапия	5		5	Групповое/ Подгруппой	Наблю де- ние
4.	Викторина «В ритме танца»	1	1		Групповое/ Подгруппой	Наблю де- ние
5.	Амурчики.	15		15	Групповое/ Подгруппой	Наблю де- ние
9.	Упражнения на растяжку	4		4	Групповое/ Подгруппой	Наблю де- ние

1 0.	«Бал XIX века» на основе полонеза, французской кадрили и вальса.	7	1	7	Групповое/ Подгруппой	Наблюдение
	Итого	34	3	31		

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам последнего года реализации программы

Ученики должны знать правильную постановку корпуса, позиции ног, рук, положения головы в процессе усвоения основных движений. Знать правильное положение рук в паре в данной композиции, которая была проучена в период учебного года.

Следить за постановкой корпуса, держать апломб. Формировать умение слушать музыку, понимать настроение, её характер; развить эмоциональную отзывчивость при музыке. Уметь правильно распределять вес тела с ноги на ногу.

К концу учебного года учащимися должны быть освоены следующие этюды: элементы народного танца, диско, элементы коренных малочисленных народов Севера, вальс.

Результатом реализации программы является:

- знание элементарных основ классического, эстрадного и народного танца;
- во владении методикой и техникой исполнения;
- в осознании воспитанниками важной роли хореографии в эстетическом воспитании личности;
- в готовности принимать участие в концертах, конкурсах, фестивалях и других мероприятиях районного, городского и областного уровня.

Для отслеживания уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции используются следующие формы контроля:

1. Занятие контроля знаний (текущий контроль);
2. Творческие отчеты (конкурсы, фестивали и концерты различного уровня).

Результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее 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 учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении танцевальной культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о танцевальной культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (выворотности, прыгучести, силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- взаимодействие со сверстниками по правилам игры и т.д.;
- выполнение простейших ритмических, танцевальных и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Планируемые результаты

По окончании учащиеся должны уметь:

- планировать занятия ритмическими упражнениями в режиме дня, использовать средства танцевальной культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития танцевальной культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать ритмическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели танцевального развития и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий ритмической культурой;
- организовывать и проводить занятий ритмической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них ритмические упражнения, или комбинации и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать ритмическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие упражнения и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

Литература

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Л., 1983г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии - М., 2000г.
3. Богаткова Л.Н. Танцы для детей. – М.: Детгиз, 1959.
4. Ваганова А. Основы классического танца. - С.-П., 2002г.
5. Валькова Р.А. Методическая рекомендация по современному танцу. - Курган, 1997г.
6. Вальков В.А. Поиски и решения. Методические рекомендации для руководителей хореографических коллективов. - Курган, 2000г
7. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. - Челябинск, 1996г.
8. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.- М.: Гном-Пресс, 2000г.
9. Латиноамериканские танцы./ Авт.-сост. О.В. Иванникова.- М.: АСТ, 2003
10. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. - М., 2001г.
11. Леонов Б. Музыкальное ритмическое движение. - Минск, 1971г.
12. Народные танцы./ Авт.-сост. О.В. Иванникова.- М.: АСТ, 2007.
13. Панферов В. Основы композиции танца.- Челябинск: ЧГАКИ, 2001.
14. Пасютинская В. Волшебный мир танца. - М., 1985г.
15. Полетков С.С. Основы современного танца. - Ростов- на - Дону, 2005г.
16. Прутова Т.В., Беликова А.М., Кветная О.В. Учите детей танцевать. - М., 2003г.
17. Устинова Т. Н. Избранные русские танцы. – М.: ВЛАДОС, 1996.