

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кутейниковская основная общеобразовательная школа

Принято на заседании
педагогического совета
протокол № 3 от 02.09.2021 г.

И.о. директора **Видюков**
приказ № 90 от 02.09.2021 г.



Дополнительная общеобразовательная
развивающая программа

«В мире танца»

Срок реализации 1 год
Возрастная категория обучающихся 7-9 лет
Направление: художественно-эстетическое
Разработчик: Масликова Инна Александровна

2021-2022 уч. год

Пояснительная записка

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.

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 учащихся.

Изучение русских национальных танцев «Хоровод», «Плясовая» приобщают детей к русской культуре, развивают чувство осознания себя частичкой Родины, заинтересовывают в изучении истории танцев своей страны от старины к современности.

Рабочая программа рассчитана на 1 год систематических занятий для детей от 7 до 9 лет. Начать заниматься в кружке может любой ребенок 1 класса без хореографической подготовки. Таким образом, данная программа предполагает развитие и воспитание не только одарённых танцевальными способностями детей, но и всех желающих, так как главный педагогический принцип: воспитание и развитие личности в коллективе.

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, литературой, фольклором, сценическим искусством, ритмикой.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития. Танцевальное искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. В танцевальном искусстве красота и совершенство формы неразрывно связаны с красотой внутреннего содержания. В этом единстве заключена сила его эстетического, нравственного воздействия. Только в ходе развития творческих способностей начинается подлинное эстетическое воспитание. Воспитание потребности в творчестве, умение творить по законам красоты - это та сторона эстетического воспитания, которая связана с формированием мировоззрения и с воспитанием нравственных норм.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Танец, как и любой другой вид искусства, имеет свой выразительный язык, который в силу образной условности органично сочетается с условным языком музыки. Восприятие музыки в танец активно, что побуждает к танцевальному действию.

Цель и задачи программы

Цель программы - укрепление физического и психического здоровья, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

Задачи программы:

Обучающие:

- знакомство с предметом начальная хореография;
- знакомство с правилами здорового образа жизни;
- обучение понятиям: характер музыки, темп, ритм.

Развивающие:

- развитие чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развитие навыков ориентировки в пространстве;
- развитие координации движений и пластики, навыков владения своим телом;
- развитие выворотности ног;
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- развитие танцевального шага.

Воспитательные:

- формирование коммуникативных навыков.
- воспитание трудолюбия;
- воспитание стремления к двигательной активности;
- воспитание ответственности, упорства, силы воли;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- способствовать формированию личности инициативной, целеустремленной;
- воспитание коллективизма.

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие

Теория: Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

Практика: Первичная диагностика. Беседа.

Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Теория: Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой.

Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений.

Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Практика:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

Тема 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Теория: Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

Практика: Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Тема 4. Танцевальные этюды, игры, танцы

Теория: Методика исполнения основных движений.

Практика:

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- ознакомление детей с играми;
- применение игр на занятиях.

Тема 5. Итоговое занятие

Теория: Вопросы и задания по разделам программы.

Практика: Опрос по пройденному материалу. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема занятия	К-во часов
1	07.09	Инструктаж по ТБ. Знакомство детей с танцевальной азбукой	1
2	14.09	Танцевальная разминка	1
3	21.09	Знакомство с элементами танцевальных движений	1
4	28.09	Игры под музыку на развитие внимания	1
5	05.10	Движение в различных темпах	1
6	12.10	Прохлопывание ритмического рисунка	1
7	19.10	Фигурная маршировка с перестроениями	1
8	26.10	Круг. Принцип дробления и собирания круга	1
9	09.11	Знакомство с танцем «Верный друг»	1
10	16.11	Разучивание движений к танцу	1
11	23.11	Разучивание движений в шеренге	1
12	30.11	Разучивание движений в парах	1
13	07.12	Закрепление изученных движений	1
14	14.12	Перестроения в танце	1
15	21.12	Постановка танца	1
16	28.12	Знакомство с танцем «До, ре, ми»	1
17	11.01	Позиции рук и ног в танце	1
18	18.01	Разучивание движений	1
19	25.01	Построение и перестроение в танце	1
20	01.02	Движения в тройках в змейке	1
21	08.02	Закрепление изученных движений	1
22	15.02	Построение «цепочкой», построение «воротца»	1
23	22.02	Закрепление движений	1
24	01.03	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела	1
25	15.03	Знакомство с танцем «Русский сувенир»	1
26	29.03	Разучивание движения «Ковырялочка»	1
27	05.04	Разучивание движения «Моталочка»	1
28	12.04	Позиции рук в танце	1
29	19.04	Разучивание движений в паре	1
30	26.04	Закрепление изученных движений	1
31	17.05	Постановка танца	1
32	24.05	Повторение изученных танцев	1
33	31.05	Упражнения на расслабление мышц тела	1

Материально-техническое обеспечение

- учебный кабинет
- проектор и мультимедийный экран
- ноутбук
- колонки
- аудиозаписи
- видеоматериалы
- коврики