

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент Смоленской области по образованию и науке
Комитет образования Администрации муниципального образования
«Рославльский район»
МБОУ "Павловская ОШ"

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

_____ Матюшина И.П.
Приказ №
от "31 " августа 2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

танцевального кружка

«Грация»

на 2024-2025 учебный год

Возраст обучающихся 7-14 лет.

Составитель: Паукова Лина Александровна

педагог-психолог

д. Павловка, 2024

Пояснительная записка

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка.

Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем. Обучение подростков танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи. Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела».

Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Еще раз следует упомянуть, что танцу присуще образность, сюжетность. Это придает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Выготского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у подростков способностей. Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у подростков творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца — музыки, движения и игры.

Авторская дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с **нормативно – правовыми документами:**

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;

- Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минпрос РФ от 9 ноября 2018 г. № 196);

- СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 г. № 28);

- Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Минобрнауки РФ «О направлении информации» от 18 ноября 2015 г. N 09- 3242);

- Уставом МБОУ «Павловская основная школа».

Направленность – художественная.

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.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Практическая значимость изучаемой программы - создание комфортной среды общения, развитие способностей, творческого потенциала каждого ребенка и его самореализации.

Данная образовательная программа носит художественную направленность, так как она ориентирована на развитие мотивации личности к познанию, творчеству и способствует воспитанию художественного вкуса.

Потребность общества в личности нового типа - творчески активной и свободно мыслящей - несомненно, будет возрастать по мере совершенствования социально-экономических и культурных условий жизни. Реализация такого направления в образовании требует обращения к

общеразвивающим педагогическим системам интеллектуального типа. Художественная деятельность - наиболее эмоциональная сфера деятельности детей. Танцевальный кружок направлен развивать творческие способности – процесс, который пронизывает все этапы развития личности ребёнка, пробуждает инициативу и самостоятельность принимаемых решений, привычку к свободному самовыражению, уверенность в себе.

Отличительная особенность - По данной программе могут обучаться дети с ограниченными возможностями здоровья, дети-инвалиды и инвалиды с учетом особенностей их психофизического развития. Занятия с такими детьми проводятся вместе с другими учащимися. Программа учитывает психологические и возрастные особенности детей с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) и детей-инвалидов, предполагает вариативность объяснения учебного материала и практических заданий.

Программа доступна для детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, ориентирована на создание условий для формирования здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья и гармоничного развития детей и подростков, воспитание морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям.

Уровень программы - базовый

Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Адресат программы - данная программа предусматривает дифференцированный подход к обучению, учет индивидуальных психофизиологических особенностей воспитанников. Использование традиционных и современных приемов обучения позволяет заложить основы для формирования основных компонентов учебной деятельности: умение видеть цель и действовать согласно с ней, умение контролировать и оценивать свои действия.

В процессе обучения используется *диагностический метод*: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Объём и срок освоения программы:

общее количество учебных часов – 34 ч;

количество часов и занятий в неделю - 1 раз в неделю по 1 часу

продолжительность занятий 45 мин.

Форма обучения – очная (Закон № 273-ФЗ, гл.2, ст.17, п.2)

Особенности организации образовательного процесса - обучение в объединении проходит в форме групповых занятий, состав групп – постоянный.

Основные формы проведения занятий: танцевальные репетиции, беседа, праздник, конкурс, фестиваль, концерт, практическое занятие, анкетирование.

Основные виды занятий – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

Цель программы: развитие творческих способностей обучающихся через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Задачи программы:

Обучающие:

- ознакомление с основами классического танца, позициями рук и ног;
- ознакомление с основными движениями танца;
- ознакомление с историей развития русского народного танца.
- дать представление о танцевальном образе;
- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;

Развивающие:

- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка; - развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- развитие творческих способностей;
- гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение;
- развитие мышечного чувства, правильной осанки, умения управлять своим телом.

Воспитательные:

- воспитание этнической компетентности, доброжелательного отношения к людям других наций.
- воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание умений работать в коллективе;
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам.

Планируемые результаты программы.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

У обучающегося будут сформированы:

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

Познавательные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;

- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся получают возможность научиться:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

Предполагаемый результат: В ходе занятий воспитанники не только научатся основным танцевальным элементам, но и смогут общаться на языке танца, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами, как видом творческой деятельности, что будет способствовать их успешно.

Учебный план

№ п/ п	Название образовательных блоков, разделов	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков	8	2	6	Инструктаж, картинки, видеофильмы.
2.	«Современный танец»	8	2	6	Наблюдение, творческая работа, демонстрация
3.	«Составляющие характера танца»	7	1	6	Наблюдение, подражание, слушание, демонстрация

4.	«Движения в соответствии с характером музыки»	4	1	3	Наблюдение, творческая работа.
5.	«Понятие пространственных перестроений»	4	1	3	Творческая работа, танец
6	«Чтобы танец был красивым»	3	1	2	Опрос, творческая работа, игра, демонстрация, наблюдение.
	Всего:	34	8	26	

Содержание учебного плана

1. Образовательный блок – Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков (3 часа)

1. Проведение инструктажа по технике безопасности. Постановка задач на новый учебный год
Теория: Инструктаж по технике безопасности.
Практика: опрос по технике безопасности.
2. Знакомство с основными элементами различных танцев.
Теория: Знакомство с направлениями современного танца.
Практика: Движения для разогрева позвоночника (наклоны и изгибы торса во всех направлениях, упражнения на напряжение и расслабление позвоночника).
3. Отработка движений. Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.
Теория: -
Практика: Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

2. Образовательный блок – «Современный танец» (3 часа)

1. Отработка основных движений. Акробатика в современном танце.
Теория: Акробатика в современном танце.
Практика: Отработка основных движений, элементов, связок.
Постановка танца.
2. Отработка связок. Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.
Теория: -

Практика: Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

3. Отработка всего танца.

Теория:

Практика: «Прогон» всего танца.

3. Образовательный блок – «Составляющие характера танца» (3 часа)

1. Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.

Теория: Составляющие характера танца.

Практика: беседа, опрос

2. Ритмика. Портретная гимнастика. Разучивание движений к танцу
Разучивание танца к фестивалю «Радуга -2025» Отработка движений, связок

Теория: Что такое – ритмика и портретная гимнастика?

Практика: Беседа. Разучивание движений танца к фестивалю «Радуга -2025»

3. Ритмика. Разучивание движений танца к фестивалю «Радуга -2025»

Теория: -

Практика: Разучивание движений к фестивалю «Радуга -2025»

Соединение движений к танцу воедино. «Прогон» танца.

4. Образовательный блок – «Движения в соответствии с характером музыки» (3 часа)

1. Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.
Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки

Теория: Что такое хороводный шаг и его виды.

Практика: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.
Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки

2. Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу».

Теория: -

Практика: Гимнастика. Прослушивание музыкальных произведений
Разучивание танца к последнему звонку

3. Портретная гимнастика. Повторение танцев. Синхронность движений.
Отработка четкости и ритмичности движений.

Теория: -

Практика: Повторение танцев. Отработка четкости и ритмичности движений.

4. Образовательный блок – «Понятие пространственных перестроений» (2 часа)

1. Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Ритмика.

Теория: Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат.

Практика: Разучивание движений танца к последнему звонку.

2. Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава. Разучивание движений к танцу.

Теория: -

Практика: Упражнения на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава. Разучивание движений к танцу.

5. Образовательный блок – «Чтобы танец был красивым» (3 часа)

1. Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми.

Теория: Обсуждение выступлений на концертах обучающихся.

Практика: игры. Отработка движений танца к последнему звонку.

2. Танцевальная разминка. Упражнения для спины, пресса. Растяжка.

Теория: -

Практика: Танцевальная разминка. Упражнения для спины, пресса. Растяжка.

3. Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми.

Теория: Обсуждение выступлений на концертах обучающихся.

Практика: Игры.

Календарный учебный график

№п/п	Месяц	Тема занятия	Кол-во часов на групп у	Форма занятия	Форма контроля
	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков				
1.	сентябрь	Проведение	2	Учебное	Опрос

		инструктажа по технике безопасности.		занятие. Инструктаж.	
2.	сентябрь	Отработка движений. Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.	2	Занятие-презентация. Просмотр видеофильмов.	Групповое задание
3. 6.	октябрь	Разминка. Упражнение классического дренажа. Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.	2	Учебное занятие	Групповое задание
4.	октябрь	Отработка основных движений. Акробатика в современном танце. Постановка танца ко Дню Матери	2		
		ИТОГО:	8		
Современный танец					
5.	ноябрь	Отработка основных движений. Акробатика в современном танце. Постановка танца	2	Занятие-презентация. Отработка по образцу.	Упражнения
6.	ноябрь	Разучивание движений к танцу. Подготовка ко Дню Матери Отработка всего Танца	2	Занятие-презентация	

7.	декабрь	Отработка всего Танца Отработка элементов.	2	Самостояте льная работа Занятие- презентаци я	Групповое задание
8.	декабрь	Растяжка. Разучивание танца к Новогоднему празднику. Отработка движений, связок	2		
		ИТОГО:	8		
Составляющие характера танца					
9.	январь	Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.	1	Занятие- презентаци я	Карточки
10.	январь	Растяжка. Разучивание танца ко Дню защитника Отечества	2	Работа по образцу	Групповое задание
11.	февраль	Упражнения на растяжку. Разучивание танца к 8 марта	2	Самостояте льная работа	Участие в мероприяти и
12.	февраль	Ритмика. Портретная гимнастика. Разучивание движений к танцу Разучивание танца к фестивалю «Радуга - 2025» Отработка движений, связок	2	Работа по образцу	
		ИТОГО:	7		
Движения в соответствии с характером музыки					
13.	март	Хороводный шаг: плавный хоровод,	1	Работа по	Упражнени

		змеяка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений. Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки		образцу	я
14.	март	Разучивание танца к фестивалю «Радуга - 2025» Отработка движений, связок	3	Занятие-презентация	Упражнения
		ИТОГО:	4		
Понятие пространственных перестроений					
15.	апрель	Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Ритмика.	1	Работа по образцу	Упражнения
16.	апрель	Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава. Отработка движений танца к последнему звонку	3	Работа по образцу	Упражнения
		ИТОГО:	4		
Чтобы танец был красивым					
17.	май	Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми.	1	Работа под наблюдением	Упражнения
18.	май	Танцевальная разминка.	2	Учебное	Упражнения

		Прослушивание музыкальных композиций. Упражнения для спины, пресса. Растяжка. Отработка движений танца к танца к последнему звонку		занятие	я
		ИТОГО:	34		

Методы обучения:

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

Приоритетные направления работы:

- Знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;
- изучение элементов акробатики, аэробики, гимнастики, классического и народного танцев;
- знакомство с направлениями современного танца;
- постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с подростками, необходимо учитывать следующие особенности:

- возрастные особенности воспитанников;
- личные интересы и приоритеты воспитанников;
- потенциал группы в целом и каждого воспитанника отдельно;
- качество подготовки к моменту начала изучения предмета;
- происходящие в мире перемены.

Методическое обеспечение программы:

Занятия проводятся в музыкальном зале во второй половине дня.

Технические средства обучения (звуковые): музыкальный центр, набор CD дисков с записями мелодий, мультимедийная система, проектор, презентации.

Учебно-наглядные пособия: детские музыкальные инструменты, костюмы, литература по хореографии для детей.

Атрибуты: мячи разных размеров, платки и платочки, кегли, обручи, скакалки, веера.

Список литературы:

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000
2. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс».
4. Михайлова М.А, Воронина Н.В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения». Редактор Чупина Т.В., художник Турилова. «Академия развития» Ярославль 2004 год.
5. Климов А.А.: Основы русского народного танца. - М.: МГУКИ, 2004

Интернет ресурсы:

6. <http://www.balletmusic.ru> (балетная и музыкальная музыка);
7. <http://www.taranenkomusic.narod.ru> (персональный творческий сайт Сергея Тараненко с музыкой для урока хореографии на CD. В лёгкой красочной оркестровке. Также - музыка для фигурного катания и спорта);
8. <http://diarydance.com/> все о хореографии
9. <http://www.horeograf.com/> все для хореографов и танцоров
10. <http://balletmusic.ru/> бесплатная танцевальная музыка.

Контрольно-измерительные материалы для мониторинга результатов реализации программы

Контрольно-измерительные материалы для мониторинга предметных результатов.

Опрос

1. Круг ногой по полу. (Ронд)
2. Plie на русском языке обозначает..... (Приседание)
3. Комплекс упражнений, составляющих основу танцевального занятия у станка и на середине.(Экзерсис)
4. Медленный русский танец.(Хоровод)
5. Широкий, быстрый, боковой шаг. (Галоп)
6. Развернутое положение ног танцора параллельно друг другу. (Выворотность)
7. Упражнения для разогрева мышц тела танцора. (Разминка)
8. Положение танцора лицом к зрителю. (Анфас)
9. Определенное положение ног или рук танцора. (Позиция)
- 10.Физическая нагрузка для развития подвижности мышц и суставов тела танцора. (Растяжка)
11. Искусство танца (Хореография)