

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МБОУ "СШ №6"

РАССМОТРЕНО

На методическом
совете

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим
советом

УТВЕРЖДЕНО

Приказом
МБОУ «СШ №6»

Протокол №1
от 30.08.2024г.

Протокол №1
от 30.08.2024г.

№01-17/154
от 02.09.2024г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Вечное движение»**

**Возраст обучающихся: 7-15 лет
Срок реализации: 4 месяца**

Автор:
Курицына П.Н.

город Касимов
2024 год

Пояснительная записка

Программа разработана на основе базовых документов:

— Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

— Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);

— Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Минобрнауки от 29.08.2013г. № 1008);

— Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014г. № 1726-р;

— Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844.

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

Актуальность программы:

Каждый ребенок имеет возможность овладеть не только основами хореографии, но и научиться посредством пластики отражать свои впечатления от музыки, развивать свои способности в импровизации и воображении.

Программа «Вечное движение» построена с учетом эмоциональной отзывчивости, любознательности и способности ребенка овладеть определенными теоретическими знаниями и практическими навыками в области хореографии за достаточно небольшой период времени. Обучение по программе позволяет отслеживать двигательную активность каждого ребёнка, создать для него непринуждённую атмосферу поисковых действий, помочь развить свои собственные импульсы пластических ощущений. Кроме того, в основе программы, лежит танцевальная культура народов мира, что важно для воспитания у детей толерантности, сплоченности, развития коммуникативных навыков и чувства товарищества.

Новизна программы заключается в полноценной и гармоничной организации образовательного процесса, что способствует правильному физическому развитию детей, более глубокому эмоционально-осознанному восприятию ими музыки, отдельных музыкально-выразительных средств, пониманию музыкальных ритмов, стилей и жанров

Цель программы: формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Для достижения цели необходимо решить следующие задачи:

Образовательные:

- познакомить учащихся с танцевальной культурой народов мира;
- изучить танцевальные термины: название движений и упражнений;
- изучить правила при выполнении гимнастических движений и упражнения, вырабатывающие гибкость, выворотность, растяжку;
- изучить особенности и азы народного танца и импровизации;
- развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.

Развивающие:

- развить у учащихся индивидуальные творческие способности и интерес к хореографическому искусству;
- научить исполнять танцевальные движения и танцы;
- научить правильно выполнять упражнения вырабатывающие гибкость, выворотность, растяжку;
- научить импровизировать музыкальные произведения в движении на заданную тему;
- научить владеть своим телом и проявлять чуткость к хореографическому искусству;
- полноценно применять свои способности и самовыражаться в музыкальных композициях средствами хореографии.

Воспитательные:

- воспитывать у учащихся художественно-эстетический вкус;
- воспитывать устойчивый интерес к искусству хореографии и творчеству;
- сформировать внимательное отношение к собственным возможностям, к манере танцевального исполнения, к пластическому разнообразию, анализу собственной творческой деятельности;
- сформировать толерантное отношение к культуре народов мира;
- способствовать постижению детьми самооценности и целостности собственной личности, осознанию своей роли в коллективе;
- повысить коммуникативную культуру.

Педагогическая целесообразность: Хореография и танец, как никакое другое искусство, обладают огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия хореографией не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластичное развитие, формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотную манеру поведения в обществе. Танец является средством удовлетворения детских потребностей в двигательной активности, духовных потребностей, средством высвобождения сдерживаемых, социально нежелательных чувств и эмоций, средством самовыражения внутреннего мира человека. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, танец раскрывает и растит духовные силы, развивает эмоциональный интеллект.

Новизна программы заключается в полноценной и гармоничной организации образовательного процесса, что способствует правильному физическому развитию детей, более глубокому эмоционально-осознанному восприятию ими музыки, отдельных музыкально-выразительных средств, пониманию музыкальных ритмов, стилей и жанров.

Отличительными особенностями программы являются предметы обучения: движения плюс фантазия, танцевальная импровизация, партерный экзерсис, актёрское мастерство, которые не встречаются в других хореографических программах. Развитие творческих и коммуникативных способностей обучающихся на основе их собственной творческой деятельности также является отличительной чертой данной программы. Такой подход, направленный на социализацию и активизацию собственных знаний, актуален в условиях необходимости осознания себя в качестве личности, способной к самореализации, что повышает и самооценку обучающегося, и его оценку в глазах окружающих.

Организационные условия реализации программы:

Направленность программы – художественная.

Уровень программы – базовый.

Программа рассчитана на детей – 7-15 лет.

Общее количество часов – 51 час.

Периодичность проведения занятий – 3 раза в неделю.

Продолжительность одного занятия – 1 час (40 мин.).

Нормы наполнения группы – до 20 детей.

В ходе освоения программы обучающиеся получают возможность для формирования у них универсальных учебных действий:

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 должны уметь:

- 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.

Содержание тем программы

1. Вводное занятие

2. Ритмика.

Ритмические упражнения (упражнения на дыхание; физиологическая разминка по принципу сверху вниз). Упражнения на ковриках (лежа на животе – поднимание рук и ног одновременно и поочередно, покачивание; лежа на спине – поднимание ног, махи ногами; сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д.). Упражнения для развития художественно-творческих способностей (движения в образах; пантомима). Упражнения на пластику и расслабление (пластичные упражнения для рук; наклоны корпуса в координации с движениями рук; напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела). Пространственные упражнения (продвижения с прыжками, бег, поскоки; перестроение из одной фигуры в другую). Ритмические комбинации (связки ритмичных движений; этюды; танцевальная импровизация).

3. Элементы классического танца

Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение); плие; пор-де-бра. Упражнения на середине зала (приседания и полуприседания; поднимание стопы на полупальцы; движение в координации рук и ног по позициям, повороты). Прыжки, верчения (прыжки на месте по I, II, III позициям ног; верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали). Комбинации движений классического танца (этюды; координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений; координация рук и ног в исполнении движений на середине).

4. Элементы русского народного танца

Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение). Основные танцевальные движения (танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; повороты, прыжки). Комбинации русского народного танца «Плясовая».

5. Элементы балетного танца

Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение). Основные элементы бального танца (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). Комбинации балльных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.

6. Элементы национального танца

Основные положения рук, ног, постановка корпуса. Основные танцевальные движения. Композиции национального танца (связка отдельных элементов в свободные композиции).

7. Постановочно-репетиционного

Изучение движений танцевального номера. Отработка движений танцевального номера. Соединение движений в комбинации. Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок. Репетиционная работа.

8. Итоговое занятие

Учебно-тематический план

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
I	Вводное занятие	1	1	0	
1.1	Цели и задачи работы объединения «Вечное движение» на 2045-2025 учебный год	1	1	0	Беседа
II	Ритмика	3	0	3	
2.1	Движения в образах (пантомима, пластика)	1	0	1	Индивидуальный контроль
2.2	Связка танцевальных движений (этюды, перестроения фигур)	1	0	1	Групповой контроль
2.3	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1	0	1	Индивидуальный контроль
III	Элементы классического танца	6	0	6	
3.1	Постановка корпуса, позиции рук и ног	1	0	1	Индивидуальный контроль
3.2	Приседания и полуприседания	1	0	1	Групповой контроль
3.3	Движение в координации и прыжки по позициям рук и ног	1	0	1	Индивидуальный контроль
3.4	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)	1	0	1	Индивидуальный контроль
3.5	Движения классического танца и этюд	1	0	1	Групповой контроль
3.6	Координация движений рук в исполнении прыжков и верчений	1	0	1	Индивидуальный контроль
IV	Элементы русского народного танца	7	0	7	Индивидуальный контроль
4.1	Танцевальные шаги и притопы	1	0	1	Индивидуальный контроль
4.2	Построение в круг и движение по кругу	1	0	1	Групповой контроль
4.3	«Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»	1	0	1	Групповой контроль, беседа
4.4	Повороты и прыжки	1	0	1	Индивидуальный

					ый контроль
4.5	Построение в фигуры и соединение движений в комбинации	1	0	1	Групповой контроль
4.6	Отработка движений танца и постановка танца «Плясовая»	2	0	2	Групповой контроль, беседа

V	Элементы бального танца	9	0	9	
5.1	Основные позиции рук и ног. Поклон.	1	0	1	Индивидуальный контроль
5.2	Изучение и отработка вальсовых шагов.	1	0	1	Индивидуальный контроль
5.3	Свободная композиция (работа в паре)	1	0	1	Групповой контроль
5.4	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации и их разводка в сценический рисунок	1	0	1	Групповой контроль
5.5	Постановка танца «Вальс»	2	0	2	Групповой контроль, беседа
5.6	Элементы танца «Рок-н-ролл»-приставные шаги, прыжки, повороты	1	0	1	Индивидуальный контроль
5.7	Изучение, отработка и соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	1	0	1	Индивидуальный контроль
5.8	Постановка танца «Рок-н-ролл	1	0	1	Групповой контроль, беседа
VI	Элементы национального танца	6	0	6	
6.1	Основные положения и движения ног, шаги	1	0	1	Индивидуальный контроль
6.2	Постановка корпуса и повороты	1	0	1	Индивидуальный контроль
6.3	Движения ногами в такт музыки и по рисунку танца	1	0	1	Индивидуальный контроль
6.4	Отработка простых и сложных элементов танца	1	0	1	Индивидуальный контроль
6.5	Соединение простых и сложных движений в сценический рисунок	1	0	1	Групповой контроль
6.6	Постановка национального танца	1	0	1	Групповой контроль, беседа
VII	Постановочно- репетиционная работа	18	0	18	
7.1	Рисунок танцев и движения по рисунку танцев	1	0	1	Групповой контроль
7.2	Соединение простых и сложных движений в комбинации	1	0	1	Групповой контроль
7.3	Танцевальный номер «Вальс»	4	0	4	Групповой контроль,

					беседа
7.4	Танцевальный номер «Плясовая»	4	0	4	Групповой контроль, беседа
7.5	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	4	0	4	Групповой контроль, беседа
7.6	Танцевальный номер «Национальный танец»	4	0	4	Групповой контроль, беседа
VIII	Итоговое занятие				
		1	1	0	
8.1	Подведение итогов	1	1	0	Беседа
	ИТОГО	51	2	49	

Методические условия реализации программы

Направленность и содержание программы носят практический характер и определяются задачами творческого и духовно-нравственного развития ребенка.

Уровень умений двигаться зависит от качества представлений о реальных вещах. Задача руководителя – развивать детские представления, прежде всего путем наблюдения, и на их основе строить обучение, последовательно ведя детей к овладению основами изображения художественных образов языком танца.

Осмысление, переживание и воспроизведение художественного образа активизирует процесс творческого, духовного развития. Поэтому при организации учебной деятельности важный аспект – опора на эмоциональную сферу:

- ⇒ увлекательный, эмоциональный рассказ (наглядность, образность, занимательность и т.
- ⇒ вызов удивления, восхищения;
- ⇒ вызов заинтересованности в изучении языка танца;
- ⇒ эстетическое оформление кабинета;
- ⇒ стимулирование положительных переживаний, связанных с передачей художественных образов посредством танцевальных движений;
- ⇒ использование игр и игровых приемов; музыки.

Иными словами, для реализации программы используются следующие методы обучения и воспитания:

- наглядные: объяснительно-иллюстративные;
- практические: упражнения, этюды;
- познавательные игры;
- создание «ситуации успеха»;
- словесные;
- наблюдение;
- рассказ;
- беседа.

Накопление эстетических впечатлений и воплощение собственных художественных образов являются средствами самовыражения и развития нравственно-эстетической сферы. При этом выбор заданий определяется направленностью на развитие творческих способностей через следующие способы организации педагогического взаимодействия:

- стимулирование проявлений образного мышления, эмоционально окрашенной интуиции, воображения;
- создание условий, позволяющих детям проявить инициативу к творчеству и поиску;
- учет психологических особенностей, индивидуальных предпочтений, интересов и склонностей кружковцев;
- включение в работу эффективных методов и приемов;
- создание особого психологического климата в детском коллективе, способствующего

свободному обмену мнениями, формированию чувства внутренней свободы;
> создание условий для правильной организации творческой деятельности.

Методы диагностики личностного развития кружковцев:

- ⇒ наблюдение;
- ⇒ беседа;
- ⇒ сравнение и анализ выполняемых упражнений, этюдов; итоговый анализ полученных умений и навыков учеников за период обучения.

Виды и формы контроля освоения программы:

- ⇒ текущий (после каждой темы);
- ⇒ итоговый (в конце обучения по программе проводится обобщающее занятие).
Формой проведения обобщающего занятия является праздник . Организуется с использованием театрализации и приглашением родителей.

Литература:

1. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. – М., 1972.
2. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985.
3. Череховская Р. Танцевать могут все. – Мн., 1973.
4. Руднева С., Фиш А. Ритмика. Музыкально-ритмическое движение. – М., 1972.
5. Горшкова Е. О музыкальном творчестве в танце. – Дошкольное воспитание, 1991. – №12.
6. Баренбойм Л. Путь к музицированию. – Л. – М., 1973.
7. Сборник «Программы общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением». – Научный руководитель Н.М. Лаврухина. Под ред. О.А. Петрашевича. - Мн. – Национальный институт образования. – 2005.