|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Согласовано  Замдиректора по ВР  \_\_\_\_\_\_\_ Ямашева Д.Р  «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г |  |

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Ширингушская средняя общеобразовательная школа»**

**Рабочая программа**

**танцевального**

**кружка**

**Составитель:**  Антошкина Наталья Владимировна

Педагог дополнительного образования

**с. Ширингуши**

**2024 год**

**Содержание**

1. Пояснительная записка
2. Цель .Актуальность. Новизна
3. Задачи программы
4. Содержание тем программы
5. Учебно-тематический план
6. Календарно-тематический план
7. Список литературы

**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. Высотского, 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.

**Цель программы:**Развить творческие способности подростков 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.

**Актуальность программы**

Танцы – это наиболее яркая и эмоциональная часть любого мероприятия. Здесь каждый может блеснуть пластикой и грацией, умением двигаться. Не последнюю роль играет и желание выделиться, проявить свои способности. Но самым главным, конечно же, является стремление танцевать.

Учитывая возрастные особенности детей, их запросы по занятиям хореографией проводятся в игровой форме, где большое внимание уделяется музыкальным играм и импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства. В процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развивается координация движений и ориентация в пространстве.

**Новизна программы** заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм и определена тем, что направлена на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной жизни, улучшении своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

**Отличительная особенность программы**

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной

программы заключается в том, что в ней использованы особые формы организации образовательного процесса: игра, групповая работа, импровизация.

В процессе обучения значимое место уделяется методу интеграции, который

позволяет соединить элементы различных предметов: музыки, театра, гимнастики, что способствует рождению качественно новых практических знаний и умений.

**Уровень сложности программы.**

Программа рассчитана на обучение обучающихся 7 -11 лет на основе разноуровневого подхода в соответствии с содержанием программы.

Стартовый- основными задачами данного уровня являются: знакомство детей с миром танца, выявление и развитие танцевальных способностей детей, формирование интереса и мотивации детей к занятиям хореографией.

В ходе освоения данного уровня развивается интерес к предметному содержанию образовательного процесса, формируются ценностные ориентации, ярче проявляются его общие и специальные творческие способности, склонности к занятиям хореографией.

**Основные задачи программы:**

**Образовательные:**

- Приобрести знания в области хореографического искусства, изучить

историю танцевальной культуры.

- Освоить исполнительские навыки основ эстрадной, народной и современной хореографии;

- Изучить народные традиции и региональные особенности хореографической культуры народов мира.

**Развивающие:**

- Развить творческое мышление;

- Сформировать у обучающихся приемы самостоятельной и коллективной

работы, самоконтроля и взаимоконтроля, самооценки и взаимооценки.

- Развить эмоционально-ценностный и коммуникативный опыт.

- Способствовать развитию толерантности общения, активной созидательной

жизни, развитию культурного уровня детей.

**Воспитательные:**

- Сформировать общую культуру личности ребенка, способность

адаптироваться в современном обществе;

- Воспитать у детей активность и самостоятельность общения;

- Воспитать умение контролировать своѐ поведение, рефлексию своих

действий;

- Привить сценическую культуру и художественный вкус;

- Способствовать естественному преодолению всевозможных

психофизиологических барьеров.

**Планируемые результаты**

|  |  |
| --- | --- |
| Ожидаемый результат | Формы контроля |
| Предметные результаты:  следить за правильным положением рук, корпуса, ног  и головы во время движения;  уметь слушать музыку, понимать еѐ характер и настроение;  знать правила постановки корпуса в танце;  уметь исполнять простые движения танца.  Личностные результаты:  сформированы навыки самообслуживания,  самостоятельности, культуры общения, дисциплины,  добросовестного отношения к труду, общественной собственности; чувства товарищества и  взаимопомощи; выражения и отстаивания своей  жизненной позиции.  Метапредметные результаты:  приобретены навыки аналитического мышления,  умения характеризовать явления, события, давать им  и собственным действиям, результатам своего труда  объективную оценку на основе полученных знаний и опыта. | Текущий  контроль на  каждом  занятии; блиц-  опрос;  выступления  на  мероприятиях |

Содержание программы

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела** | **Количество часов** |
| 1 | Ритмика | 10 |
| 2 | Элементы классического танца | 13 |
| 3 | Элементы русского народного танца | 13 |
| 4 | Элементы эстрадного танца | 15 |
| 5 | Элементы национального танца | 11 |
| 6 | Постановочно – репетиционная работа | 6 |
|  | Итого | 68 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Раздел** | **Содержание тем программы** |
| 1. **Ритмика** | 1. Ритмические упражнения:  - упражнения на дыхание;  - физиологическая разминка по принципу сверху вниз.  2. 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.   3. Упражнения для развития художественно-творческих способностей:   - движения в образах;   - пантомима.  4. Упражнения на пластику и расслабление:  - пластичные упражнения для рук;  - наклоны корпуса в координации с движениями рук;  - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела.  5. Пространственные упражнения:   - продвижения с прыжками, бег, поскоки;  - перестроение из одной фигуры в другую.  6. Ритмические комбинации:  - связки ритмичных движений;  - этюды;  - танцевальная импровизация. |
| **2.Элементы**  **классического**  **танца** | 1. Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук 2. Упражнения на середине зала:   - приседания и полуприседания;  - поднимание стопы на полупальцы;  - движение в координации рук и ног по позициям, повороты.   1. 4.Комбинации движений классического танца:   - этюды;  - координация движений рук и ног в исполнении движений; |
| **3.Элементы**  **русского**  **народного танца** | 1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон .  2. Основные танцевальные движения:  - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной;  - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»;  - повороты, прыжки.  3. Комбинации русского народного танца «Плясовая». |
| **4.Элементы**  **бального танца** | 1. Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон.  2. Основные элементы бального танца:  - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»;  - свободная композиция (работа в паре); |
| **5.Элементы  национального**  **Танца** | 1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса.  2. Основные танцевальные движения.  3. Композиции национального танца  - связка отдельных элементов в свободные композиции. |
| **6.Постановочно-**  **Репитиционная**  **Работа** | 1.  Изучение  движений танцевального номера;  2. Отработка движений танцевального номера;   1. Соединение движений в комбинации; 2. Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок; 3. Репетиционная работа. |

**Календарно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Раздел, тема урока** | **Сроки** |
|  | **Ритмика** |  |
| 1 | Упражнения на дыхание | 09.2023 |
| 2 | Поднимание рук и ног одновременно и поочередно | 09.2023 |
| 3 | Движения в образах | 09.2023 |
| 4 | Пластичные упражнения | 09.2023 |
| 5 | Поочередное расслабление всех мышц тела | 09.2023 |
| 6 | Продвижения с прыжками, бег, поскоки | 09.2023 |
| 7 | Перестроение из одной фигуры в другую | 09.2023 |
| 8 | Ритмические движения | 09.2023 |
| 9 | Импровизация | 10.2023 |
| 10 | Ритмические комбинации: этюды | 10.2023 |
|  | **Элементы классического танца** |  |
| 11 | Постановка корпуса, поклон | 10.2023 |
| 12 | Позиции рук, ног | 10.2023 |
| 13 | Приседания, полуприседания | 10.2023 |
| 14 | Поднимание стопы на полупальцы | 10.2023 |
| 15 | Движение в координации рук и ног по позициям, повороты | 10.2023 |
| 16 | Прыжки на месте | 10.2023 |
| 17 | Понятие «Точка» | 11.2023 |
| 18 | Прыжки на месте в координации с движениями рук | 11.2023 |
| 19 | Движения классического танца | 11.2023 |
| 20 | Этюд | 11.2023 |
| 21 | Координация движений рук | 11.2023 |
| 22 | Координация движений ног | 11.2023 |
| 23 | Координация рук и ног в исполнении движений | 11.2023 |
|  | **Элементы русского народного танца** |  |
| 24 | Постановка корпуса, поклон | 11.2023 |
| 25 | Танцевальные шаги – с каблука, боковые | 11.2023 |
| 26 | Шаг с притопом, бег | 12.2023 |
| 27 | Притопы- одинарный, двойной, тройной | 12.2023 |
| 28 | Построение в круг. | 12.2023 |
| 29 | Движения по кругу | 12.2023 |
| 30 | «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка» | 12.2023 |
| 31 | Повороты, Прыжки | 12.2023 |
| 32 | Комбинации | 12.2023 |
| 33 | Построение в фигуры (рисунок) | 12.2023 |
| 34 | Отработка движений танца «Плясовая» | 01.2023 |
| 35 | Соединение движений танца в комбинации | 01.2023 |
| 36 | Постановка танца «Плясовая» | 01.2023 |
|  | **Элементы бального танца** |  |
| 37 | Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон | 01.2023 |
| 38 | Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка» | 01.2023 |
| 39 | Свободная композиция (работа в паре) | 01.2023 |
| 40 | Изучение движений танца «Вальс» | 01.2023 |
| 41 | Отработка движений танца «Вальс» | 01.2023 |
| 42 | Соединение движений танца «Вальс» в комбинации | 02.2023 |
| 43 | Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок | 02.2023 |
| 44 | Постановка танца «Вальс» | 02.2023 |
| 45 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 02.2023 |
| 46 | Приставные шаги. Прыжки. Повороты | 02.2023 |
| 47 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 02.2023 |
| 48 | Изучение движений танца «Рок-н-ролл» | 02.2023 |
| 49 | Отработка движений танца «Рок-н-ролл» | 02.2023 |
| 50 | Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации | 03.2023 |
| 51 | Постановка танца «Рок-н-ролл» | 03.2023 |
|  | **Элементы национального танца** | 03.2023 |
| 52 | Основные положения рук, ног в индийском танце | 03.2023 |
| 53 | Постановка корпуса. Движения ногами | 03.2023 |
| 54 | Шаг. Повороты | 03.2023 |
| 55 | Движения ногами в такт музыки | 03.2023 |
| 56 | Движения по рисунку танца | 03.2023 |
| 57 | Отработка простых элементов танца | 04.2023 |
| 58 | Отработка сложных элементов танца | 04.2023 |
| 59 | Соединение простых движений в сценический рисунок | 04.2023 |
| 60 | Соединение сложных движений в сценический рисунок | 04.2023 |
| 61 | Разводка комбинаций | 04.2023 |
| 62 | Постановка танца «Индийский танец» | 04.2023 |
|  | **Постановочно-репитиционная работа** |  |
| 63 | Танцевальный номер «Вальс» | 04.2023 |
| 64 | Танцевальный номер «Плясовая» | 04.2023 |
| 65 | Танцевальный номер «Рок-н-ролл» | 05.2023 |
| 66 | Танцевальный номер «Индийский танец» | 05.2023 |
| 67 | Простые движения танцевального номера | 05.2023 |
| 68 | Отработка простых движений | 05.2023 |

Использованная литература

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера,2009)
3. Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.
4. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.
5. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
6. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
7. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
8. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
9. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики
10. Зимина, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зимина. М.: Владос, 2000.
11. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
12. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
13. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
14. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 2002.
15. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998