

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРАСНОСЛОБОДСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ»
КРАСНОСЛОБОДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ МОРДОВИЯ

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
протокол от «__»_____ 2024 г. №__

УТВЕРЖДАЮ:
Директор лицея
_____ Е.Н.Голубева
Приказ от «30» августа 2024 г. №55

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА)
танцевальной группы «Акварель»

Программа ориентирована на детей от 6 до 10 лет.

Срок реализации 1 год.

Автор: Коршунова Ирина Николаевна,
педагог дополнительного образования

г. Краснослободск
2024

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Цель и задачи программы	5
3. Учебно-тематический план программы	6
4. Содержание программы	9
5. Календарный учебный график программы	11
6. Календарно-тематическое планирование программы	12
7. Планируемые результаты освоения программы	13
8. Оценочные материалы программы	14
9. Формы обучения, методы, приемы, педагогические технологии	15
10. Материально-техническое обеспечение	16
11. Список использованной литературы	17

1. Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности организована по спортивно-оздоровительному направлению, обеспечивающего формирование ценностного отношения к здоровому и безопасному образу жизни, развитие физических сил и здоровья, выработку гигиенических навыков, активизация деятельности по развитию физической культуры, спорта, олимпийского образования.

Понимание воспитательной ценности физической культуры – важное условие процесса физического воспитания обучающихся и формирования их умений самостоятельного овладения ценностями физической культуры, отношения к здоровому образу жизни, потребности двигательной активности. Детям от природы свойственно выражать себя в движении: бегать, прыгать, размахивать руками. И чаще всего, ребёнок только на уроке физической культуры может дать волю энергии заложенной в нём. Но этого, конечно, не достаточно для того, чтобы дети вдоволь могли подвигаться. Вот почему в наше время стали так популярны занятия танцами. На занятиях дети учатся не только красиво двигаться, преодолевая трудности образовательного процесса, но и развиваться духовно, эмоционально, физически, интеллектуально, приобретают навыки грациозных движений, учатся аккуратности, целеустремлённости. 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, укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребёнка являющихся важнейшим условием развития личности. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка. Обучение танцами помогает детям снять стресс и выработать правильную осанку, дает нужную для растущего организма физическую нагрузку, формирует красивую походку, развивает чувство ритма, музыкальность, пластику.

Актуальность программы обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств личности человека. Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы:

- Федеральный закон «Об образовании российской Федерации» от 29. 12. 2012 г. № 273-ФЗ;
- Концепция развития дополнительного образования на 2015-2020 годы от 4.09.2014 г. № 1726-р;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12. 2006 г. № 06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей»;
- Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09. 11 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления 4 образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03. 09 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития системы дополнительного образования детей»;
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- действующего Устава школы.

2. Цель и задачи программы

Цель программы: развитие творческих, физических, художественно-эстетических качеств обучающихся посредством занятий современными танцами. Воспитание у обучающихся чувств к прекрасному (посредством хореографической пластики) чувства дружбы и коллективизма, развитие художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи программы:

1. Распространение современного танца как одной из форм двигательной активности.
2. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.
3. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.
4. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.
5. Привить любовь к танцевальному искусству.
6. Развивать воображение и фантазию в танце.
7. Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
8. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.
9. Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).
10. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях школы. Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры.

3. Учебно-тематический план программы

№ п/п	ТЕМА ЗАНЯТИЯ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
		Всего	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1.	Подготовка к занятиям. Повторение основных	1	1	-
2.	Развивающие элементы народного танца	4	2	2
3.	Элементы современного танца	4	1	3
4.	Упражнения для растяжки	2	-	2
5.	Основы современного танца	23	9	14
	Всего	34	13	21

Регулярность занятий 1 час в неделю, 34 часа в год.

4. Содержание программы

Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков (1 ч.)

Техника безопасности на уроке хореографии, проведение инструктажа в при проведении занятий.

Развивающие элементы народного танца (4 ч.)

Развивающие элементы народного танца, позиции рук и ног.

Развивающие элементы народного танца, позиции рук и ног.

Развивающие элементы народного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.

Элементы народного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.

Элементы современного танца (4 ч.)

Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног

Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног.

Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.

Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.

Упражнения для растяжки (2 ч.)

Упражнения для растяжки и умение выполнять упр-ия у хореогр-ого станка: наклоны, приседы, шпагаты.

Упражнения для растяжки и умение выполнять упр-ия у хореогр-ого станка: наклоны, приседы, шпагаты.

Основы современного танца (23 ч.)

Основы современного танца: позиции рук и ног. Подготовка танца к Новому году.

Основы современного танца: позиции рук и ног. Отработка танца.

Основы современного танца: станок. Спортивный танец.

Основы современного танца: станок, середина.

Основы современного танца: середина. Подготовка танца к недели классного руководителя

Основы современного танца: элементарные комбинации. Спортивный танец.

Основы современного танца: элементарные комбинации.

Основы современного танца: элементарные комбинации.

Упражнения на растяжку. Подготовка танца к Дню защитника Отечества

Упражнения на растяжку. Отработка танца

Упражнения на растяжку. Подготовка танца к 8 марта

Упражнения на растяжку. Отработка танца

Упражнение для станка для растяжки

Умение выполнять упражнения у хореографического станка. Наклоны. Приседы. Шпагат.

Формирование танцевального шага

Подготовка танца к 9 Мая.

Повторение и отработка танца

Повторение и отработка танца

Повторение и отработка танца

Коррекционные работы над современным танцем.

Отработка и коррекционная работа над спортивным танцем.

Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов

Итоговое занятие

5. Календарный учебный график программы

№	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения занятий в 3 А классе		Дата проведения занятий в 3 Б классе	
			Планируемая	Фактическая	Планируемая	Фактическая
	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков	1				
1	Техника безопасности на уроке хореографии, проведение инструктажа в при проведении занятий.	1				
	Развивающие элементы народного танца	4				
2	Развивающие элементы народного танца, позиции рук и ног.	1				
3	Развивающие элементы народного танца, позиции рук и ног.	1				
4	Развивающие элементы народного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.	1				
5	Элементы народного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.	1				
	Элементы современного танца	4				
6	Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног	1				
7	Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног.	1				
8	Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.	1				
9	Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.	1				
	Упражнения для растяжки	2				
10	Упражнения для растяжки и умение выполнять упр-ия у	1				

	хореогр-ого станка: наклоны, приседы, шпагаты.					
11	Упражнения для растяжки и умение выполнять упр-ия у хореогр-ого станка: наклоны, приседы, шпагаты.	1				
	Основы современного танца	23				
12	Основы современного танца: позиции рук и ног. Подготовка танца к Новому году.	1				
13	Основы современного танца: позиции рук и ног. Отработка танца.	1				
14	Основы современного танца: станок. Спортивный танец.	1				
15	Основы современного танца: станок, середина.	1				
16	Основы современного танца: середина. Подготовка танца к недели классного руководителя	1				
17	Основы современного танца: элементарные комбинации. Спортивный танец.	1				
18	Основы современного танца: элементарные комбинации.	1				
19	Основы современного танца: элементарные комбинации.	1				
20	Упражнения на растяжку. Подготовка танца к Дню защитника Отечества	1				
21	Упражнения на растяжку. Отработка танца	1				
22	Упражнения на растяжку. Подготовка танца к 8 марта	1				
23	Упражнения на растяжку. Отработка танца	1				
24	Упражнение для станка для растяжки	1				
25	Умение выполнять упражнения у хореографического станка.	1				

	Наклоны. Приседы. Шпагат.					
26	Формирование танцевального шага	1				
27	Подготовка танца к 9 Мая.	1				
28	Повторение и отработка танца	1				
29	Повторение и отработка танца	1				
30	Повторение и отработка танца	1				
31	Коррекционные работы над современным танцем.	1				
32	Отработка и коррекционная работа над спортивным танцем.	1				
33	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	1				
34	Итоговое занятие	1				

6. Планируемые результаты освоения программы

1. *В обучении:* научатся двигаться плавнее, шире и более пространственно, стали более сильными и гибкими, координированными, научились взаимосвязи исполнения движения с дыханием, научились свободному импровизационному движению, избавились от скованности и зажатости.
2. *В развитии:* научатся концентрироваться на процессе, на практическом применении информации, воспитанники овладели импровизационной свободой и способностью принимать творческие решения.
3. *В воспитании:* приобретут навыки самовыражения через движение, воспитанники получают удовольствие от танца, видна увлеченность процессом импровизации, понимают и умеют различать разные стили и направления в современном танце, в современной музыкальной культуре.

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 успешной адаптации в обществе.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия. Данная рабочая программа внеурочной деятельности предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

- предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях. Результатом освоения программы будет являться формирование таких качеств личности организованность, толерантность, целеустремленность, любознательность, коммуникабельность, артистичность, дружелюбие, потребность в здоровом образе жизни.

7. Оценочные материалы программы

Оценка достижений результатов внеурочной деятельности происходит *на трех уровнях*:

- представление *коллективного результата группы обучающихся* ;
- *индивидуальная оценка* результатов внеурочной деятельности каждого обучающегося;
- *качественная и количественная оценка эффективности деятельности ОУ* по направлениям внеурочной деятельности на основании суммирования индивидуальных результатов обучающихся.

Дети занимающиеся в танцевальном кружке, принимают участие в праздничных концертах и мероприятиях города и лица, а так же районных творческих фестивалей и конкурсах. Умения и навыки, приобретаемые на таких мероприятиях дают возможность каждому ребенку почувствовать себя более уверенными. Данные навыки положительно влияют на психологическое, физическое, эмоциональное состояние ребенка.

Выступление в лицейских праздниках, торжественных и тематических линейках, выступление на концертах в ДК, участие в муниципальных конкурсах.

8. Формы обучения, методы, приемы, педагогические технологии

Основные формы проведения занятий: танцевальные репетиции, беседа, праздник.

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

Методы:

- 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 некоторые 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.

Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;
- информационно-коммуникативная технология, позволяющая воспитанникам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;
- деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснения с последующим повторением;
- проектная технология заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;
- игровая технология, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;
- технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

9. Материально-техническое обеспечение

- учебный кабинет, актовый зал;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- проектор;
- электронный носитель;
- коврики для выполнения упражнений;
- музыкальные композиции (ремиксы, оригиналы, минусовки).

10. Список используемой литературы

1. Захаров В. М. Танцы народов мира. – М., 2008.
2. Ткаченко Т. Народный танец. М. 2011.
3. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. М. 2009
4. Захаров Р. Сочинение танца. М. Искусство, Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2006г.
5. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003.

6. 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»

Интернет-источники

1. <https://infourok.ru/rabochaya-programma/>
2. <https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/>
3. <http://fantasticdiets.com/>
4. <https://www.youtube.com/>
5. <http://muzlain.ru/music/детский%20флешмоб>
6. <https://sportschools.ru/gorod-Moscow/sport-Modern-dance/Deti-9-10>
7. <https://videomeg.ru/?q=детские+современные+танцы+видео+урок>