

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОИСК»

Принята на заседании
методического совета
«» апреля 2020г.
Протокол №

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ЦДО «Поиск»
_____ И.А.Шейфер-Грушко
Приказ № от «» апреля 2020г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Кружись в танце»

Возраст обучающихся: 8-10 лет
Срок реализации: 4 месяца

Автор-составитель:
Яцкина Анастасия Сергеевна,
педагог дополнительного образования

г.Нефтеюганск, 2021г.

Пояснительная записка

Танцевальное искусство учит детей красоте и выразительности движений, ориентировано на развитие физических данных, на формирование необходимых технических навыков, знакомит с достижениями мировой и российской культуры.

Освоение данной программы способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Учебный предмет изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, подкрепленных практическими занятиями и показательными выступлениями.

Нормативно-правовое обеспечение

Дополнительная общеобразовательная программа разработана в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования в РФ, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014г. №172, приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р), письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), письмом Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. №06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», приказом Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-Югры от 31.01.2013 №63 «Об утверждении Концепции развития воспитания в системе общего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры»; Стратегией развития образования Ханты-Мансийского автономного округа-Югры до 2020 года; приказом Департамента образования и молодежной политики Ханты-

Мансийского автономного округа-Югры от 04.06.2016 №1224 «Об утверждении правил персонифицированного финансирования в ХМАО-Югре» (с изменениями от 20.08.2018 №1142).

Требования к квалификации педагога дополнительного образования

Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения, секции, студии без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу.

Уровень программы базовый.

Направленность программы современная хореография.

Программа ориентирована на развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся, на основе приобретенных комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью танцевального искусства.

Рабочая программа направлена на выявление и развитие творческих способностей каждого ученика, приходящего на уроки хореографии. Необходимость знаний, заложенных в программе, обусловлена тем, что первостепенной задачей педагога в процессе обучения стоят воспитательные функции, формирующие интерес к занятиям танцем как потребность воспитания красоты и грациозности фигуры, как условия комфортности общения. Используемые танцевальные движения оказывают положительное влияние на здоровье детей. Воздействуя на мышечную систему, упражнения повышают двигательную активность, улучшается подвижность суставов, происходит восстановление после стрессовых ситуаций.

Актуальность программы. Данная программа является одним из элементов эстетического блока. Её направление реализует как духовно-нравственное, так и оздоровительное воспитание. Этот предмет помогает учащимся не только развивать навыки и умения, но получать социальные и общекультурные знания.

Содержание предмета взаимосвязано с содержанием предметов «Музыка», «Изобразительное искусство», «Театральная деятельность».

Новизна программы. Современное образование рекомендует использовать современное техническое оснащение для получения углубленных знаний у учащихся. Поэтому, программа дополнена современными материалами, которые дают возможность расширить знания в области хореографии и совершенствовать исполнение танцевальных движений, композиций.

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 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.

Адресат программы 8-10 лет.

Учебный предмет изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, закрепленных практическими занятиями, изучением танцевальных связок и публичного выступления. Так же, данная программа ориентирована на такие важные компоненты как воспитание ценностных духовно-нравственных качеств личности для данного возраста.

Условия реализации программы

Обязательным условием зачисления обучающегося является наличие сертификата дополнительного образования.

Группы формируются по результатам входного контроля, в соответствии с учётом пожеланий родителей (законных представителей) на расписание занятий.

Количество учащихся в группе минимальное -10, максимальное -15.

Сроки реализации программы 4 месяца

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа с перерывом на перемену 10 минут.

Форма занятий- групповая.

Планируемые результаты

Обучающие:

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

Развивающие:

- развитое чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развитие навыков ориентировки в пространстве;
- развитие координации движений и пластики, навыков владения своим телом;
- развитый опорно-двигательный аппарат;
- развитый танцевальный шаг.

Воспитательные:

- формирование коммуникативных навыков;
- воспитание трудолюбия;

- воспитание стремления к двигательной активности;
- воспитание ответственности, упорства, силы воли;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- способствование формированию личности инициативной, целеустремленной;
- воспитание коллективизма

Периодичность оценки результатов и способы определения их результативности

Для оценки уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится посредством входного, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Входной контроль определяет готовность обучающихся к обучению по конкретной программе и проводится в форме тестирования.

Текущий контроль выявляет степень сформированности практических умений и навыков учащихся в выбранном ими виде деятельности. Текущий контроль осуществляется без фиксации результатов в форме выставки, педагогического наблюдения и самоанализа.

Промежуточная аттестация проводится в конце декабря в форме проектной работы.

Итоговая аттестация проводится по завершению всего объема дополнительной общеобразовательной программы в форме тестирования.

По качеству освоения программного материала выделены следующие уровни знаний, умений и навыков:

- высокий - программный материал усвоен обучающимися детьми полностью, воспитанник имеет высокие достижения;
- средний - усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок;
- ниже среднего - усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях; участвует в конкурсах на уровне коллектива.

Учебный план

N п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контро ля
		Всего	Теория	Практика	
1	Гимнастика	18	2	16	Просмотр
2	Партнеринг	12	2	10	Просмотр
3	Итоговая аттестация	2	-	2	Отчетный концерт
4	Итоговое занятие	2	-	2	Просмотр номеров
	Всего	34	4	30	

Календарный учебный график

N п/п	Число/ Месяц	Время провед ения заняти я	Форма занятия	Кол -во час ов	Тема занятия	Место проведе ния	Форма контроля
1	4.09.21	-	групповая	2	Комбинация в паре №1	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
2	11.09.21	-	групповая	2	Упражнение для стоп	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
3	18.09.21	-	групповая	2	Упражнение для выворотности	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
4	25.09.21	-	групповая	2	Силовые упражнения для мышц живота	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
5	2.10.21	-	групповая	2	Силовые упражнения для мышц спины	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
6	9.10.21	-	групповая	2	Упражнения на гибкость вперед	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный

7	16.10.21	-	групповая	2	Упражнение для выворотности	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
8	23.10.21	-	групповая	2	Силовые упражнения для мышц спины	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
9	30.10.21	-	групповая	2	Упражнения на гибкость вперед	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
10	6.11.21	-	групповая	2	Партнеринг	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
11	13.11.21	-	групповая	2	Повторение	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
12	20.11.21	-	групповая	2	Комбинация в паре №2	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
13	27.11.21	-	групповая	2	Комбинация в паре №3	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
14	4.12.21	-	групповая	2	Совмещение комбинации.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
15	11.12.21	-	групповая	2	Комбинация в паре №4	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
16	18.12.21	-	групповая	2	Отчетный концерт	МБУДО ЦДО «Поиск»	Выступление, отчетный концерт
17	25.12.21	-	групповая	2	Итоги учебного года	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный, самоанализ

Содержание

Раздел 1. Гимнастика.

1.1 Тема Комбинация в паре №1.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

1.2 Тема. Упражнение для спот.

Теория: Изучение упражнений с педагогом.

Практика: Сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции. Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола (сокращенная I позиция), вытянуть стопы по I позиции.

1.3 Тема. Упражнения на выворотность.

Теория: Рефлексия. Изучение следующих упражнения.

Практика: Лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в "Лягушка": а) сидя, б) лежа на спине, в) лежа на животе; г) сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в "замок", подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса.

1.4 Тема. Силовые упражнения для мышц живота

Практика: Лежа на коврик, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз. "Уголок" из положения - сидя, колени подтянуть к груди. Стойка на лопатках с поддержкой под спину.

1.5 Тема. Силовые упражнения для мышц спины

Практика: "Самолет". Из положения - лежа на животе, одновременное подъем и опускание ног и туловища. "Лодочка". Перекаты на животе вперед и обратно. Отжимание от пола (упражнение для мальчиков за счет упражнения №4). "Обезьянка". Стоя по VI позиции, поднять руки вверх, наклониться вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение – упор, лежа на животе.

1.6 Тема. Упражнения на гибкость вперед

Практика: "Складочка" по VI позиции с обхватом рук за стопы. "Складочка" по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются. Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи) встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах). Наклон вперед прогнувшись, кисти на плечах, локти отведены в стороны, взгляд перед собой.

1.7 Тема. Упражнения на выворотность.

Практика: Лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в "Лягушка": а) сидя, б) лежа на спине, в) лежа на животе; г) сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в "замок", подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса.

1.8 Тема. Силовые упражнения для мышц живота

Практика: Лежа на коврик, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз. "Уголок" из положения - сидя, колени подтянуть к груди. Стойка на лопатках с поддержкой под спину.

1.9 Тема. Упражнения на гибкость вперед

Практика: "Складочка" по VI позиции с обхватом рук за стопы. "Складочка" по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются. Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи) встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах). Наклон вперед прогнувшись, кисти на плечах, локти отведены в стороны, взгляд перед собой.

Раздел 2. Партнеринг.

2.1. Тема. Партнеринг.

Теория: Определение что такое партнеринг. Изучение упражнения на партнерство.

Практика: Делимся на пары, делаем связку в паре. Изучение новой комбинации в паре.

2.2 Тема. Повторение.

Теория: Рефлексия, наглядность упражнения.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Повторяем ранее изученную связку в паре. Меняем партнера, пробуем комбинацию повторить, подстроиться под партнера.

2.3 Тема. Комбинация в паре №2.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

2.4. Тема. Комбинация в паре №3.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

2.5 Тема. Совмещаем комбинации.

Практика: Совмещаем все комбинации, пробуем танцевать под музыку, чувствуя ритм и своего партнера.

2.6. Тема. Комбинация в паре №4.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

Раздел 3. Итоговая аттестация.

4.1. Тема. Просмотр номера.

Практика: В концертном зале показываем готовый номер.

Раздел 4. Итоговое занятие.

5.1. Тема. Итоги учебного года.

Методическое обеспечение

-Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

-Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

- Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

-Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Дидактическое обеспечение:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

Техническое обеспечение

Средства и материалы:

- тренировочная форма
- джазовки, балетки, чешки или носочки;
- вода.

Оборудование:

- станки;
- мягкие коврики гимнастические;

- зеркала;
- концертный зал (сцена);
- музыкальная аппаратура.

Список литературы

- Т. Барышникова «Азбука хореографии». Айрис пресс «Рольф» Москва 1999г.
- А.Я. Ваганова «Основы классического танца». Санкт-Петербург 2002г.
- Г. Я. Власенко «Танцы народов Поволжья». Издательство «Самарский университет» 1992г.
- Г.П. Гусев «Методика преподавания народного танца» ГИЦ «Владос» Москва 2002г.
- М.Я. Жорницкая «Танцы народов севера». Москва «Советская Россия» 1988г.
- Захаров Р. Сочинение танца.-М.:Искусство,1983.-237с.
- Красовская В. Ваганова.-Л.:Искусство,1989.-223с.
- С.И. Мерзлякова «Фольклор – музыка – театр» ГИЦ «Владос» Москва 1999г.
- Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная«Учите детей танцевать Гуманитарный издательский центр «Владос» Москва 2003г.
- «Танцуем, играем и поем». Молодежная эстрада 1-2000г.
- «Учимся танцевать» шаг за шагом. «Попурри» Минск 2002г.
- Холл Д. Уроки танцев.-М.:АСТ:Астрель,2009.-409с.