

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Пермского края

Бардымский муниципальный округ

МАОУ "Бардымская гимназия им.Г.Тукая"

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

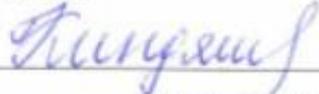


А. Р. Черникова

Протокол №1 от «29»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по МР



А. А. Кундяшева

Протокол №1 от «30»
августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ

"Бардымская гимназия
им. Г. Тукая"



Г. Р. Ибрагимова

Приказ №281 от «30»
августа 2024 г.

Образовательная программа дополнительного

образования детей

«Ритм жизни»

(Танцевальный кружок)

Срок реализации- 1 год

Возраст обучающихся – 11-15 лет

с. Барда 2024г.

Пояснительная записка

Программа поможет школьникам творчески выразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

Сегодня “развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия, способны к сотрудничеству, отличаются мобильностью, динамизмом, конструктивностью, обладают развитым чувством ответственности за судьбу страны” (из “Концепция модернизации Российского образования”).

Сотрудничество, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий по танцевальным программам и хореографией.

В образовательном процессе главная роль отводится эстетическому воспитанию.

Направленность данной образовательной программы **художественно-эстетическая**, направлена она на:

- на приобщение детей 11-15 лет (5-8 классы) к основам танцевального искусства;
- выявление одаренных детей с целью развития их творческих способностей;
- формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца,
- развитие художественной одаренности в области танцевально-исполнительского мастерства;
- развитие и совершенствование специальных музыкальных способностей.

Данная программа создана на основе федерального компонента государственного стандарта среднего образования. Программа разработана для физического и эмоционального развития обучающихся начальных классов, а также их коллективизации и социализации.

Новизна данного образовательного курса заключается в том, что у современных школьников ярко выражен интерес к танцевальному искусству, и мы, взрослые, должны сделать всё, чтобы приобщить детей к творческой деятельности. Вместе с детьми создаём ритмические импровизации и танцевальные композиции. Коллективные творческие проекты дети демонстрируют на праздниках, концертах. А выбор основных методов обучения основан на возрастных и индивидуальных особенностях детей.

Актуальность данной образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. В образовательных учреждениях города всегда высока потребность в услугах танцевально-

хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Без хореографических композиций концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое).

Такой интерес и востребованность в дополнительных образовательных услугах художественно-эстетического направления привело к созданию образовательной программы кружка «Ритм жизни».

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Главная цель этой программы – развитие творческих способностей школьников посредством танцевального искусства.

Задачи:

Обучающие:

- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Данная программа построена на изучении танцев различных народностей. Потребность в такой программе очень большая. **В отличие от существующих программ** по хореографии, в которых главное внимание уделяется технике движения, создание образа сопровождает высоко

технически исполненная композиция, в данной программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона народного танца. Целью данной программы является не танец, а ребёнок, в котором формируется система ценностей, основанная на традиционной культуре.

Возраст детей участвующих в программе: от 11 до 15 лет (5-8 классы).

Сроки реализации образовательной программы – программа рассчитана на 1 год обучения. В кружок принимаются все желающие независимо от уровня подготовки.

На первом году обучения, когда складываются межличностные отношения и система ценностей в коллективе, главные идеи и основы эффективности танцевальной деятельности воспитанников достигаются через игровые технологии. Игра используется как метод обучения развития и воспитания.

Основные принципы обучения и воспитания:

1. Общедидактические принципы:

- наглядность,
- системность и последовательность,
- сознательность и активность,
- связь теории с практикой,
- научность,
- доступность.

2. Принципы воспитания:

Принципы воспитания отражают основные требования к организации воспитательной деятельности в процессе обучения, указывают её направление, помогают творчески подойти к построению процесса воспитания.

Реализуются принципы воспитания:

- принцип гуманистической направленности воспитания
- принцип природосообразности,
- принцип культуросообразности,
- принцип эффективности социального взаимодействия,
- принцип ориентации воспитания на развитие социальной и культурной компетенции.

Формы и режим занятий. В группу первого года обучения принимается не менее 15 человек. Занятия проходят на базе школы. Количество занятий формируется из 234 часов, по 1 часу занятие, 2-3 раза в неделю. Образовательный процесс осуществляется в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями детей, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий.

Постановочная работа.

Постановочная работа определяет творческое и исполнительское лицо танцевального коллектива. Выбору постановки танцевального номера придается соответствующее значение. Исполнительский репертуар подбирается с учетом его воспитывающего и обучающего воздействия на

личность участников танцевального коллектива, каждая постановочная работа в процессе ее развития и конечном результате должна ориентироваться на формирование художественных взглядов и представлений участников.

Важнейшей задачей педагога в процессе постановочной работы является воспитание у учащихся творческой дисциплины и сознательности, без чего невозможно добиться каких-либо успехов.

Основные этапы последовательности подхода к постановочной работе:

1. Дать общую характеристику танца:
2. Слушание музыки и ее анализ (характер, темп, рисунки музыкальных фраз).
3. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, ноги, голова).
4. Разучивание движений танца.

Учебно-воспитательная работа.

Хореографическую работу в коллективе должна отличать высокая организованность, и дисциплина, культура поведения и настоящая воспитанность в общении между участниками коллектива и их педагогами.

Самостоятельная работа детей в целях оказания помощи друг другу воспитывает в детях чувство коллективизма и трудолюбия.

Выступление на концертах, участие в общественно-массовых мероприятиях воспитывают в детей чувство ответственности и пунктуальности. Коллектив должен работать в союзе: дети - педагог - родители. Решение проблем коллектива вместе с родителями делает его более сплоченным и взаимно заинтересованным.

Занятие состоит из трех частей:

1. Включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.
2. Включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.
3. Включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

Ожидаемый результат:

- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- уметь воспринимать и передавать в движении образ;
- уметь импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па»;
- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.

Формы определения результатов:

видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, портфолио, фото, статья.

Формы подведения итогов реализации программы:

Система определения результатов деятельности обучающихся при переходе со ступени на ступень осуществляется через различные формы зачетов. Для контроля усвоения приобретенных знаний, умений, навыков по полугодиям используется форма творческого занятия.

Учебно-тематический план занятий первого года обучения.

Первое полугодие.

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	1	2	4
2	Позиции рук и ног в танце	1	1	7
3	Танцы народов мира	6	3	9
4	Танцы сегодня	6	3	9
5	Общеразвивающие упражнения	3	1	14
6	Танцевальная импровизация	2	2	14
7	Сюжетный танец	6	1	6
8	Стили танцев	3	3	12
9	Репитиционно-постановочная работа	2	2	23
10	Выступления, концерты		0	1
	Итого:		18	99

Второе полугодие.

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Сюжетный танец	6	1	7
2	Общеразвивающие упражнения	2	1	14
3	Танцы сегодня	6	3	13
4	Элементы башкирского танца	2	2	14
5	Танцевальная импровизация	3	1	9
6	Традиции татар и башкир	6	2	13
7	Работа над синхронностью и композицией	2	1	5
8	Репитиционно-постановочная работа	2	2	23
9	Выступления, концерты		0	4
10	Итоговое занятие		1	1
	Итого:	117	14	103

Содержание программы:

Учебный материал, предусмотренный программой, распределён в определённой последовательности с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Постепенно, от занятия к занятию, усложняется учебный материал: движения, ритмика, пластика и т.д. Поначалу необходимо заинтересовать ребёнка, развить желание заниматься в коллективе и только потом переходить к целенаправленному формированию исполнительских умений и навыков.

Для выработки ритмичных танцевальных упражнений, в овладении основами техники танца на занятиях используются:

- коллективные танцевальные игры («Я хочу с тобой танцевать»);
- массовые танцы («Танец утят»);
- ритмические упражнения;
- народный фольклор (потешки, попевки, прибаутки, песенки, частушки);
- создание собственных танцевальных элементов.

Занятия по разучиванию танца развивают у ребёнка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Вводный урок. Техника безопасности.

Теория: Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. ППБ. Техника безопасности на занятиях в объединении. Действия при ЧС. Введение в предмет. Информация о программе.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве.

- ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку;
- бег (легкий, стремительный, широкий);
- танцевальный шаг (выворотное положение ноги, с носка на пятку);
- подскоки на месте и с продвижением вперед с вытянутой и сокращенной стопой;

Гимнастика.

Теория: Повторение техники выполнения упражнений

Практика: Увеличение упражнений на растяжку:

-мостик с колен и из положения стоя;

- работа в парах (растяжка с колен, сидя, лежа на полу);

- растяжка у станка и в парах,
- энергичность, напряженность мышц, выворотность, натянутость подъема и всей ноги;
- скорпион;
- колесо;
- березка;
- различные шпагаты с увеличением угла,
- стойка на руках у стены;
- упражнения на пластику
- опрокидывание на одну руку

Народно-сценический танец

Теория: Основные технические навыки. Дробные движения русского танца. Работа опорной ноги во время исполнения ковырялки, каблучной, battement tendu и маленьких бросков. Хороводы и кадрили.

Практика:

Середина:

- припадания;
- переменный ход;
- характерные движения рук с платком;
- шаги на ребро каблука с притопом и продвижением вперед;
- переступания;
- боковой шаг на каблук с перекатом на всю стопу;
- переступания и притопы(комбинации);
- ковырялка без подскока;
- для мальчиков , хлопучки одинарные - в ладони ,по бедру ,по голени ,
- присядка с разворотом корпуса на каблуках через 4 поз.
- элементы белорусского танца, ход в полуприсяде, перескок в одну стопу с ударами по 6 позиции., основной ход танца «бульба» с подскоками и

вращениями, работа в парах; - шаг польки , легкий бег, качающийся шаг ,полька с поворотом во время подскоков, положение рук в парах; - шаги до «хвоста» на полупальцах;

- шаг на пятках под себя;
- шаг с пружиной;
- топающий шаг;
- соскоки в 6 позиции.;
- шаг с притопом и продвижением;
- переменный шаг;
- шаг длинный и два коротких
- гармошка;
- моталочка;
- хлопушки впереди, сзади по голенищу, с продвижением вокруг себя .
- гармошка
- упадание.
- стелящийся шаг.
- присядка с ковырялкой.

Диагональ:

- подскоки;
- галоп;
- бег;
- шене,
- блинчики.
- переменный ход с остановкой на каблук с приседанием, разворотом

корпуса.

Основные танцевальные движения.

В данном разделе объясняется правила исполнения отдельных движений.

- шаг на носках;
- приставной шаг;

- высокий бег;
- легкие подскоки;
- галоп вперед, «лошадками»;
- притопы;
- различные виды прыжков;
- «пружинка»;
- различные виды прыжков;
- элементы русской пляски;
- положения рук в русской пляске;
- основные пространственные построения и передвижения.

Репетиционно-постановочная работа

Ведётся объяснение постановочного материала танца.

Разучивается танцевальная композиция, построенная на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму-танец.

Выступления

Детям объясняется правила поведения на концертных выступлениях.

Участие в конкурсах и презентациях, праздников («День учителя», «23 февраля», «8 марта», «9 мая», «День танца», «День защиты детей» и другие), новогодних ёлок.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение: Занятия проводятся в хореографическом зале хореографический зал, оборудованном хореографическими станками, зеркалами. Имеется фортепиано, музыкальный центр, телевизор, видеомэгафнофон и DVD, мячи, бубны, гимнастические коврики.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования

Методическое обеспечение программы

Методы обучения: При проведении занятий используются словесный, наглядный, практический;

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация и др.

Формы организации образовательного процесса: Образовательный процесс осуществляется через учебное занятие.

Учебные занятия с обучающимися проводятся в группе с учетом принципов личностноориентированного и дифференцированного обучения

Учебное занятие строится с учетом следующих требований:

- создание и поддержание высокого уровня познавательного интереса и активности детей;
- целесообразное расходование времени занятия;
- применение разнообразных форм, методов и средств обучения;
- высокий уровень межличностных отношений между педагогом и детьми;
- практическая значимость полученных знаний и умений.

Формы организации учебного занятия: практическое занятие, открытое мастер-класс, праздник, концерт, беседа, конкурс, наблюдение, тренинг, фестиваль.

Педагогические технологии:

1. Технология личностно-ориентированного и дифференцированного обучения- позволяет выбрать формы, средства и методы, способствующие максимальному развитию индивидуальных познавательных способностей детей. Технология позволяет создать условия для адаптации ребенка в коллективе и обучения с учетом личностных возможностей в ситуации успеха.

2. Игровые технологии -позволяют активизировать творческую и познавательную деятельность обучающихся, расширить их кругозор, воспитать самостоятельность и коммуникативность. Дидактические и творческие игры используются для организации учебного процесса и коллективных творческих дел: мероприятий, конкурсов, концертов и т.д

3. Технология коллективной творческой деятельности- позволяет научить детей способам планирования, подготовки, осуществления и проведения коллективного творческого дела; сформировать навыки совместной творческой деятельности.

4. ИКТ -позволяет применять на практике звуковые, текстовые, фото- и видео-редакторы, активно использовать интернет-ресурсы; сокращается время на демонстрацию наглядных пособий, оптимизируется процесс подведения итогов и контроля знаний обучающихся. Мультимедийные устройства, презентации, видеоматериалы используются для технического оформления мероприятий и подведения итогов. Применение ИКТ позволяет оптимизировать и систематизировать документооборот. Использование

интернет- ресурсов дает доступ к современным оригинальным учебным материалам, усиливает индивидуализацию обучения и воспитания, развивает самостоятельность, а также обеспечивает новой информацией.

Технология дифференцированного обучения

Алгоритм учебного занятия

Основные этапы занятия:

- I.** Вводная часть (организационная часть: приветствие; проверка присутствия обучающихся; инструктаж по ТБ; инструктаж по ТБ; объявление темы, задач и плана занятия).
- II.** Основная часть (основное содержание занятия зависит от типа занятия (комбинированное, усвоение новых знаний, закрепление изучаемого материала, повторение, систематизация и обобщение нового материала, проверка и оценка знаний и т.д.)
- III.** Основная часть занятия имеет практическую направленность. (репетиция и тренаж)
- IV.** Заключительная часть (подведение итогов учебного занятия (позитивная оценка деятельности учащихся); при необходимости рекомендации для самостоятельной подготовки детей.

Информационное обеспечение

ИНТЕРНЕТ РЕСУРСЫ

www.horeograf.ru

www.контемпорари.рф

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

Нормативные документы

1. Государственная программа Московской области "Образование Подмосковья" на 2017- 2025 годы (утв. постановлением Правительства Московской области от 25.10.2016 г. № 784/39)
2. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.)
3. Концепция развития дополнительного образования детей, от 04 сентября 2014 г. № 1726- р

4. Конвенция ООН "О правах ребенка" (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.)
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242)
6. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018. № 196)
7. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования (СанПиН 2.4.4.3172-14)
8. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р. 35
9. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) "Об образовании в Российской Федерации"
10. Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 гг.

Психолого-педагогическая литература

1. Выготский, Л.С. Вопросы детской психологии. – М.: Перспектива, 2018.- 224 с.
2. Выготский, Л.С. Педагогическая психология. Учебник. – М.: Педагогика-пресс, 1999. – 536 с.
3. Педагогика: учеб. пособие/ Под редакцией П.И. Пидкасистого–2-ое изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2011.-502 с.
4. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии /Под редакцией С.А.Смирнова - М: Академия, 2008 г. – 512 с.
5. Подласый, И.П. Педагогика - М: Просвещение, 2007 г. – 576 с.
6. Селевко, Г.К. Энциклопедия образовательных технологий: В 2 т.- М: НИИ школьных технологий, 2006.- 816 с.

Литература по профилю программы

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии.—М.: Рольф, 2001.—272 с.
2. Ваганова, А. Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература»-- СПб.: Издательство «Лань», 2001 г.-- 192с
3. Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца, Упражнения у станка. М. Гуманитарный издательский центр, 2005. –207 с.
4. Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учебное пособие. — М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2003.—208 с.:
5. Звездочкин, В.А. Классический танец: учебное пособие.—Ростов н/Д: «Феникс», 2005.—410 с.

6. Захаров, Р. Сочинение танца : Страницы педагогического опыта.—М.: Искусство, 1983.—224 с.
7. Конвенция о правах ребенка
8. Костровицкая, В.С. 100 уроков классического танца. Учебно-методическое пособие. 2-е изд., доп.-Л.: Искусство 1981—262 с.
9. Котельникова, Е. К. Биомеханика хореографических упражнений. – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусства»), 2008.—128.с. 36
10. Климов, А.А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры.— М.: Издательство Московского государственного института культуры. 1994.—320 с.
11. Лисицкая, Т.С. Хореография в гимнастике. - М.: Физкультура и спорт, Русский балет: Энциклопедия/Ред. кол. Е.п.Белова..Г.Н. Добровольская, В.М. Красовская, Е.Я. Суриц, Н.Ю.Чернова. -М: Большая Российская энциклопедия; Согласие. 1997.—632 с.
12. Устинова, Т. А. Лексика русского танца —М.: Редакция журнала «Балет», 2006.—208с.
13. Устинова, Т. А. Избранные русские народные танцы—М.: Издательство «Искусство», 1995. — 592 с.
14. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

1. Голейзовский, К.Я. Касьян Голейзовский .Жизнь и творчество. Статьи, воспоминания, документы.- М., ВТО, 1984 .—576 с
2. Пасютинская, В.М. Волшебный мир танца: Книга для учащихся.— М.: Просвещение, 1985—223 с.
3. Плисецкая, М. Я ,Майя Плисецкая ... М.: Изд-во «Новости», 1994.—496 с.
4. Стюарт, О. Рудольф Нуриев/Вечное движение—Смоленск: «Русич», 1998.—432 с.(«Человек-легенда) .
5. Блэйер, Ф. Айседора . Портрет женщины и актрисы Смоленск : Русич ,1997,--560 с.
6. Красовская, В. Павлова, Нижинский, Ваганова: Три балетные повести. «Аграф», 1999.— 576 с.