Муниципальное общеобразовательное учреждение

Константиновская средняя школа

Тутаевского муниципального района

Рассмотрена Утверждена

на заседании научно-методического совета приказом

протокол № 1 № 278/01-02

от «31» августа 2020 от «31» августа 2020

**Дополнительная**

**общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности**

**«Танцевальная пауза»**

Возраст обучающихся 7-11 лет

Срок реализации 1 год

 Составитель:

 Воронина Анна Сергеевна,

 педагог-психолог

пос. Константиновский

2020 г.

Оглавление

[Раздел 1. Комплекс основных характеристик ДООП 2](#_Toc72181594)

[1.1. Пояснительная записка 3](#_Toc72181595)

[1.2. Цель и задачи программы 5](#_Toc72181596)

[1.3. Учебно-тематический план 6](#_Toc72181597)

[1.4. Содержание программы 6](#_Toc72181598)

[1.5. Планируемые результаты 6](#_Toc72181599)

[Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий 8](#_Toc72181600)

[2.1. Условия реализации программы 8](#_Toc72181601)

[2.2. Формы аттестации 8](#_Toc72181602)

[2.3. Методическое обеспечение 9](#_Toc72181603)

[2.4. Календарный учебный график 11](#_Toc72181604)

[Список информационных источников 13](#_Toc72181605)

# Раздел 1. Комплекс основных характеристик ДООП

## Пояснительная записка

Базовыми документами для создания данной программы являются:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации:

от 06 октября 2009 года № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»,

от 17 декабря 2010 года № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 № 196 (ред. от 05.09.2019) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р. р (ред. от 30.03.2020);

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

Художественно - эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса. Для эстетического развития личности ребёнка огромное значение имеет разнообразная художественная деятельность – изобразительная, музыкальная, художественно – речевая и др. Богатейшее поле для развития творческих способностей обучающихся представляет собой танцевальная деятельность.

Танцам отводится особое место в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста, поскольку, являясь выразительным средством обучения, они обеспечивают интенсивную физическую нагрузку, развивают навыки совместных, согласованных действий и творческую активность ребят, а также доставляют им большое удовольствие и радость.

По природе своей живой, физически активный характер танца имеет особую практическую ценность в наши дни, когда неподвижная и малоактивная деятельность стала занимать доминирующее положение в образе жизни детей.

В процессе учебных занятий в течение дня у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память. В результате длительного поддерживания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима школьников. Увеличение объёма двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно – сосудистой и нервной систем.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкальные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Учебным планом количество часов распределено следующим образом:

1 класс-1 час в неделю, 33 часа в год;

3 класс-1 час в неделю, 34 часа в год;

5 класс-1 час в неделю, 34 часа в год.

## Цель и задачи программы

Цель программы - укрепление физического и психического здоровья, обучение начальным навыкам танцевального искусства.

Задачи программы:

Обучающие:

• знакомство с основными направлениями хореографического искусства;

• знакомство с такими понятиями, как характер музыки, темп, ритм.

Развивающие:

• развитие чувства ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку;

• развитие навыков ориентировки в пространстве;

• развитие координации движений и пластики, навыков владения своим телом;

• развитие опорно-двигательного аппарата.

Воспитательные:

• воспитание трудолюбия;

• воспитание стремления к двигательной активности;

• воспитание ответственности, упорства, силы воли;

• способствование формированию личности инициативной, целеустремленной;

• воспитание чувства коллективизма

- умение координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности;

- способность доброжелательно и чутко относиться к людям, сопереживать;

- формирование социально адекватных способов поведения.

## 1.3. Учебно-тематический план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название раздела, блока, модуля | Всего часов | В том числе |
| Теоретич. | Практич. |
| 1 | Ритмика, элементы музыкальной грамоты | 8 | 3 | 5 |
| 2 | Танцевальная азбука – народные танцы  | 8 | 3 | 5 |
| 3 | Спортивно-бальные танцы | 10 | 3 | 7 |
| 4 | Творческая деятельность | 8 | 1 | 7 |
|  | Итого за год | 34 | 10 | 24 |

## 1.4. Содержание программы

Модуль 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела формируют восприятие музыки, развивают чувства ритма, обогащают музыкально — слуховые представления, способствуют развитию умений координировать движения с музыкой.

Модуль 2. Танцевальная азбука – народные танцы

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений народного танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, воспитывают осанку, развивают координацию движений.

Главная задача педагога: при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения.

Народный танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития танцевальной техники у учащихся. Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Модуль 3. Спортивно-бальные танцы

Этот раздел включает изучение основных движений латиноамериканской и европейской программ.

Бальные танцы – это сочетание искусства и спорта. Занятия танцами развивают у детей эстетические чувства, умение воспринимать музыку, музыкальный слух, учат владеть своим телом, тренируют моторику и координацию движений. Занятия бальными танцами способствуют развитию физической силы ребенка, выносливости, улучшают работу дыхательной и сердечно-сосудистой систем, улучшают осанку, укрепляют мышцы.

По сравнению с другими видами спорта, бальные танцы обладают важным преимуществом – они менее травматичны. Также парные танцы учат культуре общения между девочками и мальчиками.

Модуль 4. Творческая деятельность

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например: «Я — учитель танцев», «Я- художник» и др.

Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме или проводятся отдельными уроками по темам.

|  |  |
| --- | --- |
| № | Тема |
| 1 | Элементы музыкальной грамоты |
| 2 | Музыкально-ритмические упражнения |
| 3 | Музыкально-ритмические упражнения |
| 4 | Построения и перестроения |
| 5 | Построения и перестроения |
| 6 | Слушание музыки |
| 7 | Гимнастика |
| 8 | Гимнастика |
| 9 | Постановка танцевальной композиции |
| 10 | Постановка танцевальной композиции |
| 11 | Постановка танцевальной композиции |
| 12 | Постановка танцевальной композиции |
| 13 | Спортивно-бальные танцы  |
| 14 | Спортивно-бальные танцы |
| 15 | Спортивно-бальные танцы |
| 16 | Образные танцы (игровые) |
| 17 | Образные танцы (игровые) |
| 18 | Образные танцы (игровые) |
| 19 | Образные танцы (игровые) |
| 20 | Музыка народов мира |
| 21 | Фольклорные праздники |
| 22 | Фольклорные праздники |
| 23 | Постановка танцевальной композиции |
| 24 | Постановка танцевальной композиции |
| 25 | Постановка танцевальной композиции |
| 26 | Постановка танцевальной композиции |
| 27 | Игровые этюды |
| 28 | Игровые этюды |
| 29 | Игровые этюды |
| 30 | Музыкально-танцевальные игры |
| 31 | Музыкально-танцевальные игры |
| 32 | Музыкально-танцевальные игры |
| 33 | Музыкально-танцевальные игры |
| 34 | Итоговое занятие. Повторение |

## 1.5. Планируемые результаты

К концу обучения дети будут знать:

• названия основных танцевальных элементов и движений;

• основы истории хореографического искусства;

• основные черты различных направлений хореографического искусства;

уметь:

• правильно исполнять основные движения различных направлений;

• выразительно двигаться под музыку;

• реагировать на музыкальное вступление;

• слышать ритмический рисунок мелодии и правильно исполнять ритмические комбинации;

• ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

• исполнять движения в парах, в группах;

• держаться правильно на сценической̆ площадке.

Результаты воспитания обучающихся:

• навыки эффективного взаимодействия как со сверстниками, так и с педагогом, навыки работы в группе;

• дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

# Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

## 2.1. Условия реализации программы

Для проведения занятий необходима следующая материально-техническая база:

• Учебный класс для занятий – хорошо проветриваемое и освещенное помещение;

• Наличие у детей спортивной формы и обуви;

• Музыкальное сопровождение: компьютер, колонки, проектор;

• Обручи, мячи, скакалки.

## 2.2. Формы аттестации

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

* Удовлетворенность учеников, посещающих занятия;
* Дисциплинированность, соблюдение правил техники безопасности;
* Степень помощи, которую оказывает учитель как при исполнении ранее выученных элементов, так и новых: чем помощь учителя меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
* Поведение учащихся на занятиях: раскрепощённость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты занятий.

Результаты деятельности обучающихся и педагога можно отследить через участие детей с хореографическими постановками в фестивалях и конкурсах различного уровня, в мероприятиях класса и школы.

Контроль и оценка результатов учащихся предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения программы ребенком и не допускает сравнения его с другими детьми.

## 2.3. Методическое обеспечение

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная пауза» художественной направленности модульная. Модули могут меняться местами в зависимости от календарного графика мероприятий внутри образовательной организации, муниципальных и областных фестивалей и конкурсов. Таким образом, календарный учебный график отдельно взятой учебной группы может быть гибким, в него могут вноситься изменения.

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе детей: отличается психология и физиология детей; различаются также физические способности учащихся, поэтому программой предусмотрены следующие формы организации деятельности воспитанников на занятии:

• в парах;

• индивидуальная;

• групповая;

• подгрупповая.

Занятия включают в себя теоретическую и практическую части, которые связаны между собой.

Теоретическая часть включает в себя рассказ, беседу, показ и демонстрацию движений, упражнений, изучаемых элементов танца; просмотр видеоматериалов, изучение этнографических материалов (костюм, образ жизни, обычаи).

На практических занятиях отрабатываются координация движений,

ориентация в пространстве, чувство ритма, гибкость, выносливость, навыки выполнения хореографических движений.

Индивидуальные занятия направлены на решение творческих задач, для отработки сложных хореографических элементов, отработки сольных моментов.

Репетиционные (постановочные) часы необходимы для осуществления постановочной работы со всеми обучающимися и участия в различных концертах.

Структура занятия состоит из трех частей:

• I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе (разминка). По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

• II часть включает задания с большой двигательной активностью - разучивание новых движений. По длительности – 1/2 общего времени занятия.

• III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Поклон. По длительности – 1/6 общего времени.

Методы обучения

Универсальные методы обучения, с помощью которых решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др.

• рассказ;

• беседа;

• обсуждение;

• объяснение;

• словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубо- кому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: наглядная демонстрация формируемых навыков - личный показ педагога, демонстрацию рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся.

Это:

• Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения движения. Этот метод может применяться при изучении как сложных, так и простых движений.

• Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение индивидуального или общего определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Метод подбора ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений.

## 2.4. Календарный учебный график

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучения№ группы | Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель  | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий |
| 1 | 04.09.2020 | 28.05.2021 | 33 | 33 | 33 | 1 раз в неделю |
| 2 | 02.09.2020 | 26.05.2021 | 34 | 34 | 34 | 1 раз в неделю |
| 3 | 07.09.2020 | 24.05.2021 | 34 | 34 | 34 | 1 раз в неделю |

# Список информационных источников

Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2012)

Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2011)

Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 200)

«Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)

Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)

Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)

Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва. 2000 год.

Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов-на-Дону. 2003. год.

Телегин А.А. Танцуем джайв и рок-н-рол. Ростов-на-Дону.2004г.

Картавых Н., Карпович О. Школа танцев для детей.-Спб: «Ленинградское издательство».2011