

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №1  
г.Спасска Пензенской области.**

Рассмотрено  
На заседание Педагогического Совета  
Протокол №1 от 30 августа 2022 года

Утверждаю  
Директор школы  
О.А.Денисова.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Танцевальный »**

Возраст учащихся: 11-17 лет  
Рок реализации: 3 года

Автор составитель:  
Шишкова Валентина Ивановна  
Учитель русского языка и литературы, высшей категории

**Направленность** программы кружка «Танцевальный» по содержанию является художественно – эстетической, общекультурной, по форме организации кружковой, рассчитанной на 3 года.

В основу проекта танцевальной деятельности были положены следующие **принципы**:

- *принцип системности* – предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении;
- *принцип дифференциации* – предполагает выявление и развитие у учеников склонностей и способностей по различным направлениям;
- *принцип увлекательности* является одним из самых важных, он учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- *принцип коллективизма* – в коллективных творческих делах происходит развитие разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу.

**Отличительными особенностями** программы является *деятельностный* подход к воспитанию и развитию ребенка средствами танца, где школьник выступает в роли художника, исполнителя, танцора;

*принцип междисциплинарной интеграции* – применим к смежным наукам. (уроки искусства и физической культуры);

*принцип креативности* – предполагает максимальную ориентацию на творчество ребенка, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности.

**Актуальность программы** обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств личности человека. Именно средствами танцевальной деятельности возможно формирование социально активной творческой личности, способной понимать общечеловеческие ценности, гордиться достижениями отечественной культуры и искусства, способной к творческому труду, сочинительству, фантазированию.

**Педагогическая целесообразность** данного курса для школьников обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить творческий потенциал ребенка, сформировать нравственно - эстетические чувства, т.к. именно в начальной школе закладывается фундамент творческой личности, закрепляются нравственные нормы поведения в обществе, формируется духовность.

### **Цели и задачи реализации программы;**

#### **Цели:**

развитие ребёнка и детского коллектива через создание особой среды формирования общих культурных интересов и совместной деятельности детей, формирование национального самосознания и высоких духовных качеств ребёнка как гражданина России, формирование творческих способностей детей.

#### **Задачи:**

1. Раскрывать танцевальные способности детей через двигательную активность.
2. Научить выполнять упражнения для укрепления и развития тела.
3. Научить выполнять элементы народного танца.
3. Развивать чувство ритма через обучение танцам.
4. Воспитывать любовь к русским народным танцам, к музыке, к русским традициям через изучение элементов русского народного танца и развитие умения исполнять русский танец.
5. Формировать детский коллектив через совместную деятельность.

#### **В области формирования личностной культуры:**

формирование способности к духовному развитию, реализации творческого потенциала в учебно-игровой, на основе нравственных установок и моральных норм, самовоспитания и универсальной духовно-нравственной компетенции — «становиться лучше»; развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результата.

### **В области формирования социальной культуры:**

воспитание ценностного отношения к своему национальному языку и культуре;  
развитие навыков организации и осуществления сотрудничества со сверстниками, родителями в решении общих проблем;  
развитие доброжелательности к другим людям;  
формирование толерантности и основ культуры межэтнического общения, уважения к культурным традициям представителей народов России.

### **В области формирования семейной культуры:**

формирование у обучающегося уважительного отношения к родителям.

В процессе обучения у учащихся формируются музыкальность, ритмичность; развиваются танцевальные способности: знание позиций ног и положения рук, элементов народного танца.

Развиваются физические способности:

- сила ног,
- пластичность рук,
- гибкость тела,
- эластичность мышц и подвижность суставов.

В учебном процессе и в организации массовой работы у детей развиваются внимание, память, воображение, воспитываются такие черты характера, как:

самокритичность,  
самоконтроль,  
трудолюбие,  
целеустремлённость,  
умение преодолевать трудности.

**Возраст** ребят, участвующих в реализации программы от 11 до 17 лет. Программа рассчитана на 3 года.

### **Формы и методы работы**

В процессе обучения используются следующие формы работы:

- теоретические занятия (беседы, изучение истории развития и появления танцев, викторины, чтение литературы),
- практические занятия по хореографии и танцам.

### **Режим занятий**

Расписание занятий кружка строится из расчета 2 занятия в неделю. Каждое занятие длится 3 часа. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями ребят, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий.

**Данная программа ориентирована на формирование и развитие следующих универсальных учебных действий.**

### *Личностные универсальные учебные действия*

«У ученика будут сформированы»:	«Выпускник получит возможность для формирования»
-готовность и способность к саморазвитию; -развитие познавательных интересов, учебных мотивов; -знание основных моральных норм (справедливое распределение, взаимопомощь,	- <i>формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной культурой;</i> - <i>эмпатии как понимание чувств других людей и сопереживание им;</i>

правдивость, честность, ответственность.)	
---	--

*Регулятивные универсальные учебные действия*

«У ученика будут сформированы»:	«Выпускник получит возможность для формирования»
-оценивать правильность выполнения работы на уровне адекватной ретроспективной оценки; -вносить необходимые коррективы; -уметь планировать работу и определять последовательность действий.	-адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности; - активизация сил и энергии к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта.

*Познавательные универсальные учебные действия*

«У ученика будут сформированы»:	«Выпускник получит возможность для формирования»
- самостоятельно включаться в творческую деятельность -осуществлять выбор вида чтения в зависимости от цели.	-осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме;

*Коммуникативные универсальные учебные действия*

«У ученика будут сформированы»:	«Выпускник получит возможность для формирования»
-допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной; -учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.	-адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

**Планируемые результаты реализации программы:**

- Уметь различать различные жанры музыкальных произведений (пляска, вальс, полька, марш).
- Знание классической базы (позиции ног, рук)
- Освоить гимнастическую подготовку.
- Различать сильные и слабые доли в музыке.
- Различать размеры 2/4, 3/4.
- Добиться полной связи движений с музыкой.
- Уметь легко, пластично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения.
- Уметь в движениях передать характер музыки.
- Освоить различные танцевальные движения.
- Уметь танцевать 2-3 танца.

**У ученика будут сформированы:**

-внутренняя позиция ребёнка на основе положительного отношения к школе; включаться в творческую деятельность под руководством учителя.

Получение ребёнком опыта переживания и позитивного отношения к ценностям общества.

- развитие познавательных интересов, учебных мотивов
- уважительное отношение к иному мнению и культуре других народов.

### **Ученик получит возможность для формирования:**

*-формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной культурой;*

Получение ребёнком опыта самостоятельного общественного действия.

*-вносить необходимые коррективы;*

*-уметь планировать работу и определять последовательность действий.*

Целеустремлённость и настойчивость в достижении целей; готовность к преодолению трудностей.

- оценивать правильность выполнения работы на уровне адекватной ретроспективной оценки.

А так же избавляется от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса "взгляда со стороны", приобретает общительность, открытость, бережное отношение к окружающему миру, ответственность перед коллективом.

**Формой подведения итогов** считать: выступление на школьных праздниках, торжественных и тематических линейках, участие в школьных мероприятиях, родительских собраниях, классных часах, участие в мероприятиях младших классов, инсценирование сказок, сенок из жизни школы и постановка танцев для свободного просмотра.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА 3 года обучения**

Программа состоит из четырех разделов, соответствующих возрастным особенностям детей и уровню сложности танцевальных композиций.

На первом вводном занятии руководитель кружка знакомит ребят с программой кружка, правилами поведения на кружке, противопожарный инструктаж учащихся.

### **1 раздел. «Ритмические танцы»**

Основная задача состоит в том, чтобы совершенствовать процесс восприятия музыки через обучение основным движениям и танцевальным элементам.

### **2 раздел. «Что вы знаете о польке? »**

Дети знакомятся с основными движениями полки: шаги, па полки, па галоп, шаг с подскоками, переходы, повороты. Разнообразие танцевальных комбинаций позволят проявить детям творчество, фантазию.

### **3 раздел. «Русские танцы»**

Задача этого раздела: познакомить учащихся с довольно большим объемом движений, с различными положениями в паре, с разными манерами исполнения. Дети знакомятся с танцевальными движениями хороводного плана, подвижного плясового характера.

### **4 раздел. «Вальс король танцев»**

Приоритетная задача – это изучение азбуки большой хореографии, обучение основных движений вальса: вальсовые дорожки, повороты, балансе, вальсовые дорожки в паре.

## **ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА**

- Компьютер
- Музыкальный центр
- Диски с записью танцев
- Диски с музыкой
- Видеокамера и фотоаппарат для анализа выступлений.

## **Календарно-тематическое планирование**

№ занятия	№ в блоке	Тема занятия	Теория	Практика	Дата	
					План.	Факт.
<b>1 раздел «Ритмические танцы»</b>						
1	1	Инструктаж по технике безопасности во время занятий Просмотр видеокассет с разными эстрадными танцами. Слушание ритмичной музыки.	+			
2	2	Разучивание основных и подготовительных движений эстрадных танцев.		+		
3	3	Движения плечами, движения головой: повороты, поднятие и опускание, круговые движения. Движения корпусом: наклоны, повороты, смещение вправо и влево.		+		
4	4	Соединение корпуса и плеч с головой в поворотах, прогибании, наклонах.		+		
5	5	Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны.		+		
6	6	Разучивание движение ногами: выпады с выставлением ноги на пятку, махи, поднятие ног.		+		
7	7	«Танцы» на полу-разучивание базовых положений тела на полу, простых танцевальных комбинаций.		+		
8	8	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации.		+		
9	1	История возникновения польки.	+			
10	2	Знакомство с основными движениями польки. Слушание музыки.	+			
11	3	Знакомство с основными движениями польки: подъем на полупальцы, сгибание ног, переступание.		+		
12	4	Отработка разученных движений. Обучение новым движениям: шаг с подскоком, па польки, па галопа.		+		
13	5	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений.		+		
14	6	Соединение движений в танцевальные комбинации танца «Школьная полька».		+		
15	7	Выразительность движений, синхронность выполнения, общение в паре с помощью мимики жестов.		+		
16	8	Выступление на сцене, участие в праздничных концертах.		+		

17	1	История возникновения русских народных танцев. Просмотр видеокассет с различными русскими народными танцами: хороводные, пляски.	+			
18	2	Разучивание: основные положения ног в русском танце.		+		
19	3	Разучивание: основные положения рук.		+		
20	4	Танцевальные шаги русского танца – простые шаги.		+		
21	5	Разучивание: русские переменные шаги: ровный, один длинный и два коротких, на ребро каблука с подбивкой.		+		
22	6	Танцевальный бег: шаг-бег или беговой шаг; бег с отбрасыванием согнутых ног назад.		+		
23	7	Дроби: притопы, притопы с полуприседанием, притопы с прыском.		+		
24	8	«Печатка» или одновременный притоп двумя ногами, удары полупальцами, «переборы», дробная дорожка дробь с подскоком.		+		
25	9	Хоровод. «Круг», «Два круга рядом»		+		
26	10	Соединение разученных движений в танец «Красный сарафан».		+		
27	1	История возникновения танца. Просмотр видеокассет с танцами, обучающих видеокассет, слушание музыки. Знакомство с подготовительными и основными движениями вальса.	+	+		
28	2	Разучивание вальсового поворота, правый поворот, левый поворот. Отработка разученных движений, исполнение в паре. Разучивание: дорожка, дорожка в перед, дорожка назад, в паре. Отработка разученных движений.		+		
29	3	Отработка движений в паре, разучивание связующего поворота, балансе вправо и влево. Отработка разученных движений в паре.		+		
30	4	Соединение вальсовых движений – вальсовые повороты и дорожка. Отработка разученных движений.		+		
31	5	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений.		+		
32	6	Соединение: балансе и связующий поворот, балансе и повороты вальса.		+		

		Отработка разученных движений в паре.				
33	7	Соединений разученных движений в танцевальную композицию «Школьный вальс» Отработка линии и сюжета «Школьного вальса»		+		
34	8	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках.	+			

### Литература

1. А.И.Буренина «Ритмическая мозаика» Санкт-Петербург 2000г .
2. П/р Е.И. Пинаева Ритмика Пермь 1997 г.
3. П/р С.И. Мерзлякова Фольклор – музыка- театр. Москва. Владос 2003 г.
4. П/р Т.К. Васильева Секрет танца. Санкт-Петербург 1997 г.  
«Дегамант», «Золотой век»
5. П/р В.М. Стриганова Современный балльный танец. М.»Просвещение» 1997 г.
6. З.Я. Роот Танцы в начальной школе. Москва 2006 г.
7. Т.Т.Ротерс Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика.