

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Школа № 14" города Сарова**

Принята
на заседании педагогического совета
«30» августа 2017г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор
_____ /М.С. Еминцева/
«__» _____ 2017г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Радуга танца»**

Возраст детей: 11 -18 лет
Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Друзягина Людмила Геннадьевна

**г. Саров
2017**

Пояснительная записка

Танцы в наши дни являются одним из популярных и любимых видов деятельности многих детей. Среди множества форм художественного воспитания детей хореография занимает особое место. Через танцы происходит формирование и закрепление интереса к танцевальному искусству, развиваются хореографические и творческие способности, совершенствуются физические данные детей. Занятия танцем учат также понимать и создавать прекрасное. Развивают образное мышление и фантазию, дают гармоническое и пластическое развитие.

Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. любое движение представляет собой рефлекс, а на овладение любым танцевальным движением требуется время. Таким образом, танцевально-двигательный навык вырабатывается не сразу, а постепенно и процесс усвоения материала предполагает поэтапность с учетом возрастных особенностей.

Первым этапом освоения хореографии является ритмика, которая дает детям первоначальную хореографическую подготовку, развивает музыкальность, чувство ритма и сформировывает у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем.

Цель - создание условий для развития всесторонне развитой личности ребенка средствами ритмических упражнений.

Задачи программы:

1. Развитие природных задатков и способностей, общей физической подготовки: силы, выносливости, ловкости, гибкости.
2. Воспитание трудолюбия, терпения, навыков толерантного отношения в коллективе.
3. Формирование правильного дыхания, формирование осанки или исправление дефектов осанки.

Принципы воспитания:

1. **Принцип субъективности** исключает жесткий приказ в адрес детей как традиционный метод воздействия, одновременно снимает и слепое послушание ребенка взрослому.
2. **Принцип целостности** – предписывает видеть в отдельном акте поведения ребенка его отношения, но и учить ребенка воспринимать отдельные события как часть единого мира, проявляющая отношение людей к миру.
3. **Принцип успешности.** Степень успешности определяет самочувствие человека, его отношение к окружающим его людям.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности

Программа «Радуга танца» ориентирована на формирование гармонически развитой личности.

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- **личностные результаты** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

- **метапредметные результаты** – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты

движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.

- **предметные результаты** – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Межпредметные связи

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам:

«Музыка», где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями.

Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны учатся различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

«История», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений. Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он появился, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, узнают о тех или иных народах, странах.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается с **физкультурой**: и по строению занятия, и по его насыщенности, каждое занятие имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику. В ходе занятий обучающихся сталкиваются с понятиями "угол поворота", "направление движения", "доли счета" (1/4, 2/4, 3/4 и т. д.).

Умение ориентироваться в пространстве, необходимость развития и использования абстрактного мышления создает тесную взаимосвязь с изучением **математики**.

Планируемые результаты

УУД	Индикаторы
Личностные	
Положительно относиться к процессу познания; понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.	20 %
Познавательные	
Самостоятельное создавать способы решения проблем творческого и поискового характера; овладевать логическими действиями сравнения, анализа.	20%
Регулятивные	
Планирование совместной деятельности, ориентация на образец и правило выполнения действия.	25%
Коммуникативные	

Развитие учебного сотрудничества с учителем и сверстником. Осознание содержания своих действий и усвоения учебного содержания.	20%
Специальные	20%
<ul style="list-style-type: none"> - правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка; - чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения; - распознать характер танцевальной музыки; - иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско; - отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры; - слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении; - танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы; - воспринимать и передавать в движении образ; - ритмично двигаться; - проводить самостоятельно разминку; - выстукивать ритм под музыку; - соединять отдельные элементы танца в единое целое. - анализировать музыку разученных танцев; - иметь навык актерской выразительности. 	

Формы подведения аттестации.

Промежуточная аттестация в середине учебного года: концертные выступления.

Промежуточная аттестация в конце учебного года:

- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение итоговых занятий;
- участие в конкурсах.

Формы занятий:

- занятие;
- занятие-путешествие;
- занятие-игра;
- итоговое занятие

Программа предназначена для обучающихся 5-11 классов и рассчитана на один год. Возраст детей в группе составляет 11 -18 лет.

Занятия проводятся 6 часов в неделю, 228 часов в год. Продолжительность одного занятия для школьников, как в группе, так и индивидуально проводятся в соответствии с санитарными нормами.

Программный материал направлен на формирование в учениках танцевальных знаний, умений и навыков через решение поставленных задач. Длительное изучение, проработка небольшого количества материала дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний при дальнейшем изучении хореографии. В основу обучения детей младшего школьного возраста положено игровое начало и является органичным компонентом урока.

Программой предусмотрена возможность осваивать несложные сюжетно-тематические произведения и привлекать высокохудожественную классическую,

народную и современную музыку с учетом возрастных особенностей. Программный материал сочетает физическую нагрузку с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением, что способствует грамотному овладению первоначальной хореографической подготовке.

Программа содержит следующие разделы:

I. Танцевальные упражнения

II. Диско- танцы

III. Бальные танцы.

I. **Раздел «Танцевальные упражнения»** (36 часов) содержит упражнения, которые способствуют развитию общих физических и танцевальных данных (силы, выносливости, ловкости, выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации) и включают изучение позиций рук и ног классического танца. Это простейшие шаги, элементы балетной и партерной гимнастики, упражнения на ориентировку в пространстве, несложные элементы танцев. С помощью упражнений этого раздела необходимо сформировать осанку учащихся, обеспечить правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивать физические данные, правильное дыхание.

Раздел «Диско - танцы» (42 часа) включает в себя изучение основных шагов современных танцев и создание танцевальных композиций из изученных шагов.

Раздел «Бальные танцы» (72 часа) включает знакомство с базовыми шагами, с особенностями танцев, которые входят в латино – американскую программу бальных танцев.

Раздел «Народные танцы» (78 часов)

Содержание тем курса

Основные темы, кол – во часов	Подтемы	Формы внеурочной деятельности
Танцевальные упражнения. 36 ч.	История развития танца.	Внеурочное, занятие
	Основные позиции и положения ног и рук в народно – сценических танцах.	Внеурочное, занятие
	Знакомство и обучение комплексу физических упражнений для развития гибкости, осанки и.т.д.	Внеурочное, занятие
	Упражнения для рук и плечевого пояса, туловища.	Внеурочное, занятие
	Упражнения для ног, стоп.	Внеурочное, занятие
	Упражнения для тренировки равновесия.	Внеурочное, занятие
Современные танцы. 42 ч.	Изучение современной пластики	Внеурочное, занятие
	Разучивание элементов современного танца.	Внеурочное, занятие
	Разучивание танца.	Внеурочное, занятие
Бальные танцы 72 ч.	Знакомство с базовыми шагами, с особенностями танцев, которые входят в латино – американскую программу бальных танцев.	Внеурочное, занятие
Народные танцы. 78 ч.	Разучивание элементов русского танца	Внеурочное, занятие
	Разучивание русского танца «Плясовая».	Внеурочное, занятие
	Отработка движений русского народного танца.	Внеурочное, занятие
	Элементы русского народного танца «Хоровод».	Внеурочное, занятие
	Разучивание танца «Хоровод».	Внеурочное, занятие
Итоговое занятие	Занятие – концерт.	Внеурочное, занятие - концерт

Календарно – тематическое планирование

Название раздела	Кол - во часов	Название тем	Планируемая дата проведения	Фактическая дата проведения
Танцевальные упражнения				
	6	Техника безопасности на уроках ритмики. Диагностика физической подготовленности. Выявление двигательных навыков и умений.	3.09; 5.09	
	6	Разминка. Формирование группы. Азбука природы музыкальных движений.	10.09; 12.09	
	6	Освоение различных танцевальных позиций.	17.09; 19.09	
	6	Упражнения для головы, туловища, рук и ног. Разминка. Освоение различных танцевальных позиций.	24.09; 26.09	
	6	Ознакомление с позициями ног и рук. «Топотушки».	1.10; 3.10	
	6	Хороводный шаг. Приставной хороводный шаг.	8.10; 10.10	
Современные танцы				
	14	Прыжки на двух ногах, подскоки. Танцевальное движение «Пружинка». Пружинка с поворотом. Подскок с притопом на месте. Повторение танцевальных движений.	15.10; 17.10; 22.10; 24.10; 29.10	
	14	Упражнение на укрепление позвоночника. Упражнение «Маятник», «Месяц», «Муравей». Игра – этюд для развития слуха. Разучивание движений танца к Новому году.	31.10; 5.11; 6.11; 12.11; 14.11	
	14	Повторение. Закрепление. Танец «рок-н-ролл». Танец «Вальс». Повторение.	19.11; 21.11; 26.11; 28.11; 28.11	
Бальные танцы				
	72	Разучивание позиций ног и рук. Виды шагов. Танец «Вальс». Повторение. Выступление.	3.12 – 20.02	
Народные танцы				
	9	Разучивание элементов русского танца. Закрепление. Ритмические фантазии. Свободный танец. Танец «Плясовая». Повторение.	25.02; 27.02; 03.03	
	9	Свободный танец. Разучивание русского танца «Плясовая». Повторение. Ритмические фантазии.	5.03; 10.03; 12.03	
	9	Творческая игра. Разучив танца к 9	17.03; 19.03;	

		мая.	24.03	
	9	Закрепление. Элементы русского народного танца «Хоровод».	26.03; 31.03; 2.04	
	9	Разучивание танца «Хоровод».	7.04; 9.04; 14.04	
	9	Повторение.	16.04; 21.04; 23.04	
	9	Закрепление.	28.04; 30.04; 5.05	
	9	Подготовка и выступление на концерте	7.05; 12.05; 14.05	
	6	Подготовка и выступление на последнем звонке.	19.05; 21.05	

Материально – техническое и информационное обеспечение:

1. Музыкальный центр
2. Аудиозаписи
3. Видеокурс. Школа танцев для детей.
4. Костюмы к танцам.

Учебно – методическое обеспечение:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: Владос - 2004 г.
2. Диниц Е.В. Джазовые танцы. М.: Дрофа – 2005 г.
3. Колодницкий Г.А. Ритмические упражнения, хореография и игры. – М.: Дрофа, 2004 г
4. Коренева Т.Ф. Музыкально – Ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Владос, 2005 г.