Департамент образования администрации Кстовского муниципального округа

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя школа №6 с кадетскими классами»

Подписано цифровой подписью: МАОУ СШ 6
DN: cn=МАОУ СШ 6, o=Муниципальное автономное образоватеьное учреждение "Средняя школа №6 с кадетскими классами"; директор: Ващанова Г.В., ou= street: Чванова, д.15" city: "Кстово"; area: "Нижегородская", email=school6_08@mail.ru, c=RU
Дата: 2024.09.18 15:49:35 +03'00'

Рассмотрено и рекомендовано
методическим советом
протокол № 5 от 27.08.2024 г.

Утверждено
приказом № 104
от 28.08.2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности **танцевальной студии «Грация»**

возраст обучающихся: 7-16 лет

срок реализации: 1 год

Составитель:
Сухова Н.Б.,
учитель 1 категории

г.Кстово, 2024 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа танцевальной студии «Грация» носит художественную направленность.

Нормативно-правовые документы

1. Конвенция о правах ребенка (Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года).
2. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993 (с изменениями от 01.07.2020г.).
3. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 11.06.2022 N 154-ФЗ.).
4. Федеральный закон от 24.07.1998 N 124-ФЗ (ред. от 11.06.2021 N 170-ФЗ) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
5. Национальный проект "Образование" // Протокол от 03.09.2018 №10 Президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам
6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" от 07 декабря 2018 г. № 3);
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (с изменениями от 18.07.2022г. № 568, зарегистрирован 17.08.2022 № 69675);
8. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Утв. постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642. С изменениями и дополнениями от 29.03.2019 г.).
9. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
10. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
11. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам” (ред.30.09.2020г. №533)
12. 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 молодежи»;

13. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

14. Постановление правительства Нижегородской области от 30.04.2014 года № 301 «Об утверждении государственной программы "Развитие образования Нижегородской области"» (с изменениями на 04.02 2019 г. №48)

15. Письмо Министерства просвещения РФ от 20 февраля 2019 г. № ТС-551/07 "О сопровождении образования, обучающихся с ОВЗ и инвалидностью"

16. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 No09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)

17. Письмо Министерства образования и науки РФ от 25.07.2016 No 09-1790 «О направлении рекомендаций» (вместе с «Рекомендациями по совершенствованию дополнительных образовательных программ, созданию детских технопарков, центров молодежного инновационного творчества и внедрению иных форм подготовки детей и молодежи по программам инженерной направленности»)

18. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 No ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»)

19. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"

20. Программа инновационного развития МАОУ СШ №6 «Наше завтра – духовность, образование, гражданственность» на 2020-2025 гг.

21. Рабочая программа воспитания МАОУ СШ №6.

Актуальность

Для детей высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур

организма детей. Если эти органы и структуры не проявляют постоянной активности, то процессы их развития тормозятся и как следствие этого возникают разнообразные функциональные и морфологические нарушения.

Повышение двигательной активности полностью сказывается на физическом состоянии учащихся.

Новизна и актуальность данной программы заключается в том, что в последнее время национально-культурные традиции народа, являются источником формирования морально-этических норм подрастающего поколения, что особо важно в условиях сельской местности.

Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребенку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации творческих способностей.

Направленность программы: художественная.

Способствуя формированию культурно-нравственных ценностей детей, творческих умений и навыков, программа дополнительного образования является общеразвивающей и образовательной, т.к. полученные обучающимися знания используются в их жизнедеятельности.

Цель программы: развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.

Задачи программы:

- корригировать дефекты психического и физического развития детей с ограниченными возможностями;
- учить учащихся красиво и органично выражать себя в танце, вырабатывать технику исполнения танцевальных движений;
- развивать внимание, воображение, координацию, пластику движений.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает двигательную активность, гибкость и пластичность.

Общая характеристика программы

В программу включены следующие разделы: ритмика, элементы классического танца, элементы русского народного танца, элементы бального танца, элементы национального танца, постановочно-репетиционная работа.

Программа разработана для занятий на базовом уровне для учащихся1-9 классов (младшего и старшего звеньев) и рассчитана на 68 часов в год, 2 часа в неделю. Количество детей в группе: младшая группа - 15 человек, старшая группа - 15 человек.

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. Данная программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

Занятия проходят в актовом зале. Для занятий используется ноутбук и колонки. В течение года дети участвуют в школьных мероприятиях, конкурсах, праздничных концертах.

Хореография – это прекрасное средство физического, эстетического развития и саморазвития детей.

Основные виды занятий – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности. Формой контроля является концертное выступление учащихся.

- Приоритетные направления работы
- Знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;
- Изучение элементов акробатики, аэробики, гимнастики, классического и народного танцев;
- Знакомство с направлениями современного танца;
- Постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.
- Познавательные УУД:
- определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;

- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся должны знать и уметь:

- историю и правильность выполнения движений танца;
- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

Методическое обеспечение и формы проведения занятий

Методы реализации программы:

- Демонстрационный (метод показа);
- Метод творческого взаимодействия;
- Метод наблюдения и подражания;
- Метод упражнений;
- Метод внутреннего слушания.

Занятия могут проходить со всем коллективом, по группам, индивидуально. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть.

- Беседа, на которой излагаются теоретические сведения и практические действия, на которых дети осваивают техническую часть танца.
- Занятие – постановка, репетиция, на которой отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.

- Заключительное занятие, завершающее тему – занятие – концерт. Проводится для самих детей, педагогов, гостей.

Материально-техническое обеспечение

- Актовый зал школы;
- Ноутбук;
- Колонки;
- Записи музыкальных файлов;
- Спортивная одежда и обувь.

Требования к уровню подготовки обучающихся

К концу первого года обучения дети должны знать правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног. Должны уметь пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку, чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы.

В последующие годы обучения дети должны закрепить знания и навыки, полученные в первый год обучения и перейти к изучению более сложных элементов. Дети должны уметь исполнять движения в характере музыки, сохраняя осанку, позиции ног, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию, правильно исполнять этюды и танцевальные композиции.

Участники кружка за время обучения должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов. Качество приобретенных знаний проверяется в течение года. Для этой цели проводится два раза в год мониторинг достижения ребенком планируемых результатов освоения программы. Кроме этого результат отслеживается в участии в мероприятиях различного уровня, в концертах, фестивалях, конкурсах.

В результате освоения программы дети должны

знать:

- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.
- позиции рук и ног
- значение слов «легато», «стокатто», ритм, акцент, темп.

уметь:

- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения классического характера

- грамотно исполнять движения хореографических постановок;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- самостоятельно придумывать движения, фигуры.

Учебно-тематический план

№ урока	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
	Ритмика	**14**
1	Упражнения на дыхание	1
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	1
4	Поднимание ног, махи ногами	1
5	Движения в образах	1
6	Пантомима	1
7	Пластичные упражнения	1
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	1
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1
10	Перестроение из одной фигуры в другую	1
11	Ритмические движения	1
12	Импровизация	1
13	Ритмические комбинации: этюды	1
14	Связка танцевальных движений	1
	Элементы классического танца	**13**
15	Постановка корпуса, поклон	1
16	Позиции рук, ног	1
17	Приседания, полуприседания	1
18	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	1
19	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	1
20	Понятие «Точка»	1
21	Верчения на середине зала, в диагонали	1
22	Прыжки на месте в координации с движениями рук	1
23	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)	1
24	Движения классического танца	1
25	Этюд	1
26	Координация движений рук, ног в исполнении прыжков	1
27	Координация движений рук, ног в исполнении верчений	1
	Элементы русского народного танца	**12**
28	Постановка корпуса, поклон	1
29	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	1
30	Шаг с притопом, бег	1
31	Притопы – одинарный, двойной, тройной	1

32	Построение в круг	1
33	«Ковырялочка»	1
34	«Моталочка»	1
35	«Гармошка»	1
36	Повороты, прыжки	1
37	Построение в фигуры (рисунок)	1
38	Соединение движений танца в комбинации	1
39	Постановка танца «Плясовая»	1
	Элементы бального танца	**10**
40	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	1
41	Прямой вальсовый шаг, шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	1
42	Изучение движений танца «Вальс»	1
43	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	1
44	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	1
45	Постановка танца «Вальс»	1
46	Элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход	1
47	Приставные шаги. Прыжки. Повороты	1
48	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	1
49	Постановка танца «Рок-н-ролл»	1
	Элементы национального танца	**8**
50	Основные положения ног в национальном танце	1
51	Постановка корпуса	1
52	Движения ногами, шаг	1
53	Шаг с выносом ноги на каблук	1
54	Повороты	1
55	Движения по рисунку танца	1
56	Разводка комбинаций	1
57	Постановка танца «Национальный танец»	1
	Постановочно-репитиционная работа	**11**
58	Танцевальный номер «Вальс»	1
59	Танцевальный номер «Плясовая»	1
60	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	1
61	Танцевальный номер «Национальный танец»	1
62	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	1
63	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок	1
64	Работа под счет	1
65	Работа с музыкальным сопровождением	1
66	Рисунок танцев	1
67	Движения по рисунку танцев	1
68	Постановка танцев	1
	Итого:	68

Содержание тем программы

Раздел	Содержание тем программы
1. Ритмика	1. Ритмические упражнения: - упражнения на дыхание; - физиологическая разминка по принципу сверху вниз. 2. Упражнения на ковриках: - лежа на животе – поднимание рук и ног одновременно и поочередно, покачивание; - лежа на спине – поднимание ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. 3. Упражнения для развития художественно-творческих способностей: - движения в образах; - пантомима. 4. Упражнения на пластику и расслабление: - пластичные упражнения для рук; - наклоны корпуса в координации с движениями рук; - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. 5. Пространственные упражнения: - продвижения с прыжками, бег, поскоки; - перестроение из одной фигуры в другую. 6. Ритмические комбинации: - связки ритмичных движений; - этюды; - танцевальная импровизация.
2.Элементы классичес танца	1. Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение). - плие; - пор-де-бра. 2. Упражнения на середине зала: - приседания и полуприседания; - поднимание стопы на полупальцы; - движение в координации рук и ног по позициям, повороты. 3.Прыжки, верчения: - прыжки на месте по I, II, III позициям ног; - верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали. 4.Комбинации движений классического танца: - этюды; - координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений;

	- координация рук и ног в исполнении движений на середине.
3.Элементы русского народного танца	1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение). 2. Основные танцевальные движения: - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; - повороты, прыжки. 3. Комбинации русского народного танца «Плясовая».
4.Элементы бального танца	1. Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение). 2. Основные элементы бального танца: - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; - свободная композиция (работа в паре); - элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты. 3. Комбинации бальных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.
5.Элементы национал танца	1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса. 2. Основные танцевальные движения. 3. Композиции национального танца - связка отдельных элементов в свободные композиции.
6.Постановочно-репитиционная работа	1. Изучение движений танцевального номера; 2. Отработка движений танцевального номера; Соединение движений в комбинации; Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок; Репетиционная работа.

Список литературы

1 Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.

2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.

3. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы.– Москва «ВАКО», 2005

4. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // http://www.kindergenii.ru

5. Зимина, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зимина. М.: Владос, 2000.

6. Каплунова И. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. /И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург «Композитор», 2005.

7. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.

8. Кошмина И.В. Музыкальный букварь.– Москва «ОЛИСС, ДЕЛЬТА», 2005.

9. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 200