

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Ачитского городского округа
«Заринская средняя общеобразовательная школа» -
филиал «Гайнинская основная общеобразовательная школа»

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом

Протокол № 4

от «31» августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МКОУ АГО

«Заринская СОШ»

_____/А.А. Трофимова/

Приказ № ____ от «31» августа 2021 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«НАРОДНЫЕ ТАНЦЫ»**

Возраст обучающихся: 7 - 14 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель
общеразвивающей программы:
Ш.Ш. Юсупова,
педагог дополнительного образования

д. Гайны, 2021 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Народные танцы» имеет *художественно-эстетическую направленность*.

Педагогическая целесообразность, актуальность и новизна программы.

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Видя красоту движения в играх, плясках, танцах, хороводах, стремясь выполнить движения как можно красивее, изящнее, согласовывать их с музыкой, ребенок развивается эстетически, приучается видеть и создавать прекрасное.

Приобщаясь к образцам народной, русской классической и современной музыки, формируется нравственный образ ребенка, развивается музыкальность и художественный вкус, воспитывается любовь к Родине.

Исполняя групповые, парные танцы, участвуя в подвижных музыкальных играх, у детей воспитывается активность, дисциплинированность, чувство коллективизма, умение оценить себя и товарища.

Новизна программы состоит не только в обучении танцевальных и акробатических постановок, но и в оздоравливающем эффекте от занятий (профилактика заболеваний позвоночника, верхних дыхательных путей и т.д.).

Педагоги-психологи отмечают, что танец особенно интересный вид искусства, он приучает детей быть внимательными и ответственными, ведь нужно чтобы все движения выполнялись в такт одновременно всей группой. А так же, при изучении танцев, воспитанники прилагают намного больше усилий, чем, скажем, при занятиях физкультурой, т.к. при выполнении определенных упражнений нужно владеть и мимикой, и жестами и акробатическими данными одновременно, а это в свою очередь развивает все мышцы и выразительность ребенка (а не только мышцы рук и ног), благодаря чему улучшается работа всех органов, улучшается самочувствие и вырабатывается правильная красивая осанка. Изучение танца несет в себе массу положительной энергии, так как это движение, а двигаться под музыку любят все дети с раннего возраста.

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.

Цель и задачи программы

Цель программы - укрепление физического и психического здоровья, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

Задачи программы:

Обучающие:

- знакомство с предметом начальная хореография;
- знакомство с правилами здорового образа жизни;
- обучение понятиям: характер музыки, темп, ритм.

Развивающие:

- развитие чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развитие навыков ориентировки в пространстве;
- развитие координации движений и пластики, навыков владения своим телом;
- развитие выворотности ног;
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- развитие танцевального шага.

Воспитательные:

- формирование коммуникативных навыков.
- воспитание трудолюбия;
- воспитание стремления к двигательной активности;
- воспитание ответственности, упорства, силы воли;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- способствовать формированию личности инициативной, целеустремленной;
- воспитание коллективизма.

Категория обучающихся

Программа «Народные танцы» ориентирована на детей школьного возраста от 7 до 15 лет. Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей).

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 год. Общая продолжительность образовательного процесса составляет 34 часа:

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Форма проведения занятий – групповые. Во время приема и формирования групп проводится первичная диагностика способностей ребенка (знаний, умений, навыков).

Количество обучающихся: 10 человек.

Режим занятий: Режим занятий: 1 раз в неделю по 45 минут. Во время занятий предусмотрены 15 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Каждое занятие включает:

- организационную часть,
- разминку,
- ритмические упражнения,
- партерный экзерсис,
- подведение итогов занятия.

Материально-техническое обеспечение программы

1. Светлый, просторный класс;
2. Спортивная форма и обувь;
3. Музыкальный центр;
4. Компьютер;
5. Диски с записями танцевальных движений;

6. Музыкальные диски;
7. Видеокамера и фотоаппарат для анализа выступлений.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты освоения программы обучения

предметные:

- основные понятия и термины хореографии;
- начало и конец музыкального вступления;
- названия танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре;
- откликаться на динамические оттенки в музыке;
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы.

метапредметные:

- правильно исполнять основные элементы упражнений;
- выразительно двигаться под музыку;
- реагировать на музыкальное вступление;
- слышать ритмический рисунок мелодии;
- правильно исполнять ритмические комбинации;
- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.
- ориентировка в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнение движения в парах, в группах.

Личностные результаты освоения программы обучения

Результаты развития обучающихся:

- укрепление и развитие мышечного аппарата;
- чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку, выразительность движений;
- музыкально-ритмические навыки;
- координация движений, пластичность;
- умение ориентироваться в пространстве (в хореографическом класс);
- развитие выворотности ног;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок.

Результаты воспитания обучающихся:

- общение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;
- эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный (тематический) план

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	0,5	0,5	1	Первичная диагностика – собеседование
2.	Ритмические танцы.	3	3	6	Педагогическое наблюдение
3.	Танцевальная мозаика.	4	4	8	Педагогическое наблюдение
4.	Русские народные танцы.	5	5	10	Педагогическое наблюдение

5.	Татарские народные танцы.	4	4	8	Педагогическое наблюдение
6.	Итоговое занятие.	-	1	1	Итоговая аттестация
Всего:				34	

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Раздел 1. Вводное занятие (1 ч.)

Теория: Цели и задачи обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

Практика: Первичная диагностика. Беседа.

Раздел 2. «Ритмические танцы» (6 ч.)

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

Раздел 3. «Танцевальная мозаика» (8 ч.)

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

Раздел 4. «Русские народные танцы» (10 ч.)

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.

Раздел 5. «Татарские народные танцы» (8 ч.)

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

Раздел 6. «Итоговое занятие» (1 ч.)

Теория: Вопросы и задания по разделам программы.

Практика: Подведение итогов за год. Итоговая аттестация

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма занятия	Форма контроля
Раздел 1. Вводное занятие (1ч.)					
1	Вводное занятие. Знакомство с задачами. Инструктаж по технике безопасности.	1	Игровая комната	Групповая	Первичная диагностика
Раздел 2. Ритмические танцы (6 ч.)					
2	Просмотр видеокассет с разными народными танцами. Слушание ритмичной музыки.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
3	Разучивание основных и подготовительных движений народных танцев.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
4	Движения плечами, движения головой: повороты, поднятие и опускание, круговые движения. Движения корпусом: наклоны, повороты, смещение вправо и влево.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
5	Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
6	Разучивание движений ногами: выпады с выставлением ноги на пятку, махи, поднятие ног.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
7	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
Раздел 3. Танцевальная мозаика (8 ч.)					
8	История возникновения различных народных танцев.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
9	Знакомство с основными движениями. Слушание музыки. Просмотр видеозаписей.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение

10	Знакомство с основными движениями: подъем на полупальцы, сгибание ног, переступание.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
11	Отработка разученных движений. Обучение новым движениям.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
12	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
13	Соединение движений в танцевальные комбинации танца .	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
14	Выразительность движений, синхронность выполнения, общение в паре с помощью мимики жестов.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
15	Выступление на сцене, участие в праздничных концертах.	1	Сельский клуб	Групповая	Педагогическое наблюдение

Раздел 4. Русские народные танцы (10 ч.)

16	История возникновения русских народных танцев. Просмотр видеокассет с различными русскими народными танцами: хороводные, пляски.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
17	Разучивание: основные положения рук и ног в русском танце.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
18	Танцевальные шаги русского танца – простые шаги.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
19	Разучивание: русские переменные шаги: ровный, один длинный и два коротких, на ребро каблука с подбивкой.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
20	Танцевальный бег: шаг-бег или беговой шаг; бег с отбрасыванием согнутых ног назад.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
21	Дроби: притопы, притопы с полуприседанием, притопы с прискоком.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение

22	«Печатка» или одновременный притоп двумя ногами, удары полупальцами, «переборы», дробная дорожка дробь с подскоком.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
23	Хоровод. «Круг», «Два круга рядом»	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
24	Соединение разученных движений в танец «Красно солнышко».	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
25	Выступление на сцене, участие в праздничных концертах.	1	Сельский клуб	Групповая	Педагогическое наблюдение
Раздел 5. Татарские народные танцы (8 ч.)					
26	История возникновения татарских народных танцев. Просмотр видеокассет с различными татарскими народными танцами.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
27	Положения рук и ног. Положения рук в парном и массовом танце.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
28	Припадание. Подскоки с переступаниями (двойной битек)	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
29	Основной ход. Татарский ход	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
30	Бурма. Ковырялочка. Бег вперед.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
31	Ход в сторону, ход с каблука.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
32	Дроби.	1	Игровая комната	Групповая	Педагогическое наблюдение
33	Выступление на сцене, участие в праздничных концертах.	1	Сельский клуб	Групповая	Педагогическое наблюдение
Раздел 6. Итоговое занятие (1 ч.)					

34	Повторение изученных танцев. Обобщение и анализ выступлений.	1	Игровая комната	Групповая	Итоговая аттестация
----	---	---	--------------------	-----------	------------------------

Список литературы

Нормативно-правовые акты и документы.

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в РФ";
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. № 1726-р.);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" (СанПиН 2.4.1.3049-13);
- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». (СанПиН 2.4.4.3172-14);
- Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 году»;
- Приказ Департамента образования города Москвы от 7.08.2015 г. № 1308 «О внесении изменений в приказ Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922»;
- Приказ Департамента образования города Москвы от 08.09.2015 г. № 2074 «О внесении изменений в приказ № 922 от 17.12.2014 г.»

Литература

- Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
- Ерохина О.В Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на – Дону «Феникс» 2003г.
- Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2007г.

- Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
- Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
- Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.

Интернет-ресурсы

- «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы)
http://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs/%D0%A0%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%B8%20%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%204-6%20%D0%BB%D0%B5%D1%82_pdg.pdf
- «Хореография. Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева. Начальная хореография для детей 3 – 6 лет» (Коротеев И.В., педагог дополнительного образования).
http://st.educom.ru//eduoffices/gateways/get_file.php?id=%7B1FADE7D2-D6AB-4857BA5F-FE4172E60E1B%7D&name=0100-horeografiya.-ansambly-pesni-i-plyaski-im.v.s.lokteva.-nach.hor.-dlya-det.-3-6-let.-oznakomit.hudog..pdf

Для обучающихся:

1. А.В. Вербицкая «Основы сценического движения», М.: 1973г.
2. История костюма. М.: Искусство, 1996г.
3. Великович Э. Здесь танцуют. СПб.: 2002.
4. А. Калыгина «Традиционные народные танцы и игры», М., 2005г.
5. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.
6. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.

