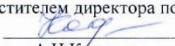


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Новоатъяловская средняя общеобразовательная школа»
ул. Школьная, д. 20, с. Новоатъялово, Ялуторовский район, Тюменская область, 627050
тел./факс 8 (34535) 34-1-60, e-mail: novoat_school@inbox.ru
ОКПО 45782046, ОГРН 1027201465741, ИНН/КПП 7228005312/720701001

РАССМОТРЕНО:
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от 30.08.2019

СОГЛАСОВАНО:
заместителем директора по УВР

А.И. Кадырова

УТВЕРЖДАЮ:
директор школы
 Ф.Ф.Исхакова
Приказ № 296-од от 30.08.2019

Рабочая программа кружка

«Танцевальный»

Возраст обучающихся 7-15 лет

Срок реализации программы 1 год.

Составитель РП: Бондаренко О.В.,
учитель русского языка и литературы.

с. Бердюгино
2019 – 2020 уч. год

Пояснительная записка

В древние времена танец был одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость как исполнителю, так и зрителю – танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

На современном этапе развития искусства выдвинулась проблема приобщения детей к народному танцу, так как народный танец мало популярен среди молодёжи.

Народный танец помогает детям раскрепостить внутренние силы, даёт выход спонтанному чувству танцевального движения, позволяет почувствовать свою национальную принадлежность. Народный танец развивает у детей положительные эмоции радости бытия, обогащает танцевальный опыт ребёнка разнообразием ритмов и пластики. Знакомясь через танец с культурой своего народа, дети проникаются уважением к его традициям.

Данная программа рассчитана на один учебный год. Программа рассчитана на 1 час в неделю (35 часов в год).

Таким образом, данная программа предполагает развитие и воспитание не только одарённых детей, но и всех желающих, так как главный педагогический принцип: воспитание и развитие личности в коллективе.

Цели программы:

1. развитие ребёнка и детского коллектива через создание особой среды формирования общих культурных интересов и совместной деятельности детей
2. формирование национального самосознания и высоких духовных качеств ребёнка
3. формирование творческих способностей детей.

Задачи:

- развитие художественного вкуса, танцевально–музыкальных способностей учащихся;
- формирование интереса детей к фольклору, чувства уважения традиций народа;
- формирование и развитие детского коллектива.

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

Актуальность программы заключается в том, что у современных школьников ярко выражен интерес к танцевальному искусству, и мы, взрослые, должны сделать всё, чтобы приобщить детей к творческой деятельности. Вместе с детьми создаём ритмические импровизации, танцевальные композиции, а также народные костюмы. Коллективные творческие проекты дети демонстрируют на народных праздниках, концертах.

В отличие от существующих программ по хореографии, в данной программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона народного танца.

Новизна программы заключается в интеграции различных танцевальных, спортивных направлений и оздоровительных методик, вариативности их включения в образовательный процесс.

Главные принципы реализации программы:

- психологической комфортности занятий;
- поэтапного усложнения («от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри – повтори», «от эмоций к осознанию»);
- социальной направленности («танцуем для зрителя!»);
- расширения границы самостоятельного творчества;
- вариативности содержания как пространство выбора ребёнка и содействие личностному самоопределению.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: 7-15 лет.
Срок реализации данной образовательной программы 1 год.

Тематические блоки занятий предполагают

1. Вводное занятие
2. Аэробика и степ - аэробика
3. Элементы классического танца
4. Элементы сценического танца
5. Элементы современного и спортивного танца
6. Элементы художественной гимнастики
7. Элементы черлидинга
8. Творческие занятия
9. Танцевальная импровизация
10. Постановочно-репетиционная работа
11. Репетиционная работа
12. Индивидуальная работа
13. Концертная деятельность и организация социально – значимых мероприятий
14. Итоговое занятие

Содержание и методы деятельности включают несколько танцевальных направлений: классический, русско–народный, спортивный, современный, латинский танец, джазовый танец, а так же черлидинг, хип-хоп, брейк-данс, различные виды фитнеса: степ - аэробика, пилатес, йога, стретчинг, а также элементы художественной гимнастики, включая работу с предметами (лента, обручи, скакалки, мячи).

В оценку результативности учащихся включены родители, педагогу введены дополнительные часы на диагностику и расширение предметного содержания.

В программе большое внимание уделено сохранению психофизического здоровья через создание комфортной психологической атмосферы, привлечения семьи к работе по формированию культуры здоровья, включение специальных здоровьесберегающих технологий (дыхательной гимнастики и других).

Основная **форма** реализации программы - групповое занятие. Также используются тренировка, самостоятельная работа, интегрированные занятия (танец и музыка, танец и рисование), игровые занятия, просмотр и обсуждение концертных программ хореографических коллективов, видеозаписей.

Планируемые результаты освоения программы:

- **Активность участника кружка «Танцевальный»**, **показатели:** богатый опыт исполнения и постановки танцевальных композиций, опыт участия в концертной деятельности, желание участвовать в организации творческой деятельности.

- **Устойчивый интерес к искусству танца**, **показатели:** знание танцевальной терминологии, истории развития хореографии в России, опыт анализа своего выступления и поиска решения проблемных ситуаций; умение импровизировать; творческие находки и самостоятельность сочиненных комбинаций.

- **Техника исполнения танцевальных и спортивных движений**, **показатели:** грамотность движений в исполнении танцев разных жанров и стилей; выразительность исполнения; владение элементами художественной гимнастики, акробатики, черлидинга.

- **Опыт здорового образа жизни**, **показатели:** красивая осанка, уровень физической подготовленности, отсутствие вредных привычек.

Методы и приемы обучения:

Успешное решение поставленных задач на занятиях кружка возможно только при использовании методов и приемов обучения.

- Двигательный показ под музыку педагогом.
- Показ движений в упражнениях.
- Показ под музыку сюжетно-образных движений.
- Показ элементов народных, бальных, эстрадных, спортивных танцев под музыку (под счет).
- Показ ребёнком движения.

СЛОВЕСНЫЙ МЕТОД

- Беседа о характере музыки, средствах её выразительности.
- Образный рассказ о новом танце.
- Пояснения в ходе выполнения движений.
- Напоминание о правильности, образности движений.
- Объяснение.
- Оценка, поощрение.

ПРАКТИЧЕСКИЙ МЕТОД

(Многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения).

- Упражнения для развития муз - ритмических навыков детей (изменение движений в соответствии с характером музыки, регистровых изменений, динамических оттенков, темповых изменений, метроритма).
- Подготовительные упражнения (освоение в интересной, занимательной форме танцевальных движений).
- Последовательное разучивание материала.

ИГРОВОЙ МЕТОД

- Обыгрывание упражнений.
- Сюжетные игры для организации детской деятельности.

Содержание программы:

1. Тема: **«Вводное занятие. Инструктаж по ТБ»**. Правила поведения в коллективе. Задачи первого года обучения. Права и обязанности учащихся. Техника безопасности. Внешний вид и форма.
2. Тема: **«Искусство танца. Значение танца в жизни людей»**. Сюжетный и бессюжетный танец: сходства и отличия. Разбор сюжетного танца и бессюжетного.
3. Тема: **«Разновидности танцев»**. Просмотр видеороликов.
4. Тема: **«Аэробика и степ-аэробика»**. Понятия «Аэробика и степ – аэробика». Виды аэробики. Влияние аэробики на здоровье человека. разучивание шагов аэробики: «степ-тач», «степ-лайн», «опен степ», «грэп-вайн», «ви-степ», «сквот», «мамбо» и другие. Соединение их в связку. Разучивание подражательных элементов. Упражнение стрейчинга, упражнение на равновесие, дыхательное упражнение.
5. Тема: **«Элементы классического танца»**. Правила постановки корпуса на середине и у станка. Знакомство с классическими позициями. Правильное расположение рук в I, II, III, подготовительной позиции. Правильное расположение ног в I, II, III, IV, V, VI позиции.
6. Тема: **«Элементы сценического танца»**. Сюжеты и типы некоторых танцев. Особенности движений. Основы танцевального движения: бег, бег с соскоком, подскоки, галоп, «ковырялочка», тройной притоп, «маталочка», «гармошка», «припадание», присядка. Характерные положения рук в сольном, групповом танце.
7. Тема: **«Разучивание танцевальных движений»**. Упражнения у станка в характере танца; каблучные упражнения; шаги танцевальные с носка: простой шаг; бег, бег с соскоком, подскоки, галоп, «ковырялочка», тройной притоп, «маталочка», «гармошка», «припадание», присядка.
8. Тема: **«Элементы современного и спортивного танца»**. Элементарные сведения по анатомии. Понятие «выворотность», стопа, кисть. Функции дыхания. Измерение пульса в состоянии покоя и при повышении нагрузок. Что такое «спортивный танец»? Знакомство с направлениями спортивного танца.
9. Тема: **«Разучивание танцевальных движений»**. Несложные танцевальные упражнения под музыку.

10. Тема: **«Элементы художественной гимнастики»**. Художественная гимнастика: вид спорта и искусство. Известные гимнастки современности (А. Кабаева, Л. Утяшева, Е. Канаева). Влияние гимнастических упражнений на развитие осанки человека и его пластики.
11. Тема: **«Разучивание танцевальных движений»**. Обучение растяжкам. Волны руками и туловищем. Повороты: «переступанием» на 180^0 , 270^0 , 360^0 ; тоже на одной ноге. Прыжки: «на двух», «прогнувшись», «на скок», «подскоки», «танцевальный бег». Виды ходьбы: «с носка», «перекат», «острый шаг», «пружинящий», «пингвины», «цапли». Маховые движение руками и ногами.
12. Тема: **«Элементы черлидинга. Понятие «черлидинг»**. Происхождение и история направления. Ассоциация черлидинга. Правила. Достижения.
13. Тема: **«Разучивание танцевальных движений»**. Обучение акробатическим элементам: кувырок вперед, назад, боком, колесо; обучение базовым движениям рук, хлопки; чир – прыжки: «апроуч», «стредл»; обучение базовым стантам.
14. Тема: **«Русский народный танец. Элементы русской пляски»**. Русский народный танец. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
15. Тема: **«Основные движения русского народного танца. Разучивание элементов танца»**. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
16. Тема: **«Разучивание движений»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
17. Тема: **«Соединение танцевальных движений»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
18. Тема: **«Разучивание композиции танца»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
19. Тема: **«Работа над синхронностью»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
20. Тема: **«Классический танец. Элементы классического танца»**. Классический танец. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
21. Тема: **«Вальс. Элементы вальса»**. Вальс. Элементы вальса. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
22. Тема: **«Разновидности вальсов»**. Разновидности вальсов. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
23. Тема: **«Дорожка проминад»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
24. Тема: **«Вальс по треугольнику»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
25. Тема: **«Вальс по кругу»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
26. Тема: **«Соединение движений вальса»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
27. Тема: **«Разучивание композиции танца»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
28. Тема: **«Танец на свободную тему»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
29. Тема: **«Разучивание танцевальных движений»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
30. Тема: **«Соединение танцевальных движений»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.

- 31-32. Тема: **«Разучивание композиции танца»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
33. Тема: **«Работа над синхронностью»**. Разучивание элементов танца. Выполнение под музыку, в нужном темпе.
- 34-35. Тема: **«Концертная деятельность и организация социально – значимых мероприятий. Итоговое занятие»**. Обсуждения «Чему я научился за первый год в студии. Хочу дальше освоить...». Викторина «Угадай, что за танец». Мини-конкурс «Покажи движение». Награждение учащихся, по номинациям.

Тематический план работы кружка

№	к / ч	Тема занятия	Виды деятельности
1	1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	Узнают о правилах поведения в коллективе. Узнают о задачах первого года обучения, о правах и обязанностях учащихся. Слушают инструктаж по технике безопасности. Узнают о внешнем виде и форме.
2	1	Искусство танца. Значение танца в жизни людей.	Узнают о сюжетном и бессюжетном танце: сходства и отличия. Беседуют и разбирают особенности сюжетного танца и бессюжетного. Участвуют в беседе по теме занятия.
3	1	Разновидности танцев.	Просматривают видеоролики о танцах. Участвуют в беседе по теме занятия.
4	1	Аэробика и степ-аэробика	Узнают понятия «Аэробика и степ-аэробика», виды аэробики, о влиянии аэробики на здоровье человека. Разучивают дорожки шагов аэробики: «степ-тач», «степ-лайн», «опен степ», «грэп-вайн», «ви-степ», «сквот», «мамбо» и другие. Соединяют их в связку. Разучивают подражательные элементы. Выполняют упражнения стрейчинга, упражнения на равновесие, дыхательные упражнения.
5	1	Элементы классического танца	Узнают об правилах постановки корпуса на середине и у станка. Знакомятся с классическими позициями. Изучают и практикуются в правильном расположении рук в I, II, III, подготовительной позиции. Изучают и практикуются в правильном расположении ног в I, II, III, IV, V, VI позиции.
6	1	Элементы сценического танца	Знакомятся с сюжетами и типами некоторых танцев. Узнают об особенностях движений и основах танцевального движения: бег, бег с соскоком, подскоки, галоп, «ковырялочка», тройной притоп, «маталочка», «гармошка», «припадание», присядка. Знакомятся с характерными

			положениями рук в сольном, групповом танце. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
7	1	Разучивание танцевальных движений.	Выполняют упражнения у станка в характере танца; каблучные упражнения; шаги танцевальные с носка: простой шаг; бег, бег с соскоком, подскоки, галоп, «ковырялочка», тройной притоп, «маталочка», «гармошка», «припадание», присядка. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
8	1	Элементы современного и спортивного танца	Узнают элементарные сведения по анатомии. Знакомятся с понятием «выворотность», стопа, кисть. Знакомятся с функциями дыхания, измерение пульса в состоянии покоя и при повышении нагрузок. Узнают что такое «спортивный танец»? Знакомятся с направлениями спортивного танца. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
9	1	Разучивание танцевальных движений.	Выполняют несложные танцевальные упражнения под музыку. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
10	1	Элементы художественной гимнастики	Узнают о художественной гимнастике: вид спорта и искусство. Участвуют в беседе об известных гимнастках современности (А. Кабаева, Л. Утяшева, Е. Канаева). Знакомятся с влиянием гимнастических упражнений на развитие осанки человека и его пластики. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
11	1	Разучивание танцевальных движений.	Обучаются растяжкам. Выполняют волны руками и туловищем. Повороты: «переступанием» на 180° , 270° , 360° ; тоже на одной ноге. Прыжки: «на двух», «прогнувшись», «на скок», «подскоки», «танцевальный бег». Выполняют виды ходьбы: «с носка», «перекат», «острый шаг», «пружинящий», «пингвины», «цапли». Выполняют маховые движение руками и ногами.
12	1	Элементы черлидинга	Узнают о происхождении и истории направления черлидинг. Узнают об Ассоциации черлидинга. Знакомятся с правилами и достижениями в этой области. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
13	1	Разучивание танцевальных движений.	Обучаются акробатическим элементам: кувырок вперед, назад, боком, колесо; обучение базовым движениям рук, хлопки; чир – прыжки: «апроуч», «стредл»; обучение базовым стантам. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
14	1	Русский народный танец. Элементы русской пляски.	Участвуют в беседе о русском народном танце. Разучивают элементы танца.

			Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
15	1	Основные движения русского народного танца.	Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
16	1	Разучивание движений.	Разучивают элементы танца. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
17	1	Соединение танцевальных движений.	Разучивают элементы танца. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
18	1	Разучивание композиции танца.	Разучивают элементы танца. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
19	1	Работа над синхронностью.	Разучивают элементы танца. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
20	1	Классический танец. Элементы классического танца.	Узнают что такое классический танец. Разучивают элементы танца. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
21	1	Вальс. Элементы вальса.	Узнают о вальсе. Узнают об элементах вальса. Разучивают элементы танца. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.
22	1	Разновидности вальсов.	Узнают о разновидностях вальсов. Разучивают элементы танца. Выполняют их под музыку, в нужном темпе.
23	1	Дорожка проминад.	Узнают о дорожке шагов проминад. Разучивают элементы танца. Выполняют их под музыку, в нужном темпе.
24	1	Вальс по треугольнику.	Разучивают элементы танца. Выполняют их под музыку, в нужном темпе.
25	1	Вальс по кругу.	Разучивают элементы танца. Выполняют их под музыку, в нужном темпе.
26	1	Соединение движений вальса.	Разучивают элементы танца. Выполняют их под музыку, в нужном темпе.
27	1	Разучивание композиции танца.	Разучивают расстановку танцоров на сцене. Разучивают элементы танца. Выполняют их под музыку, в нужном темпе. Разучивают заключительный этап танца (поклон).
28	1	Танец на свободную тему.	Разучивают элементы танца. Выполняют их под музыку, в нужном темпе.
29	1	Разучивание танцевальных движений.	Разучивают элементы танца. Выполняют их под музыку, в нужном темпе.
30	1	Соединение танцевальных движений.	Разучивают элементы танца. Разучивают последовательность элементов танца. Выполняют их под музыку, в нужном темпе.
31-32	2	Разучивание композиции танца.	Разучивают композицию и элементы танца. Выполняют движения под музыку, в нужном темпе.

33	1	Работа над синхронностью.	Разучивают элементы танца. Отрабатывают синхронность и пластику движений.
34-35	2	Концертная деятельность и организация социально – значимых мероприятий. Итоговое занятие	Анализируют «Чему я научился за первый год в студии. Хочу дальше освоить...». Участвуют в викторине «Угадай, что за танец». Соревнуются в мини-конкурсе «Покажи движение».

Литература:

1. Богданов А. Г. «Урок русского народного танца», М, «Просвещение», 1995г.
2. Луговская А. «Ритмические упражнения, игры, пляски», М, «Просвещение», 1991г.
3. Полятков С. С. «Основы современного танца», М, «Просвещение», 2005г.