

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №26**

Принята на заседании
методического совета
от «30» 08 2018 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ №26
Е.Н. Елисеева
от «30» 08 2018 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

художественной направленности

«Студия танца»

Возраст обучающихся 11-13 лет
Срок реализации программы: 1 год
Количество часов в год 76

Автор-составитель программы:
Елисеев Александр Игоревич,
педагог дополнительного образования

СУРГУТ
2018-2019 уч. год

Пояснительная записка

Образовательная программа «Студия танца» составлена на основании:

- Программы, соответствующей федеральному государственному образовательному стандарту “Ритмика и бальные танцы” под редакцией Е. И. Мошковой, Москва, 1997г
- Учебного плана по дополнительному образованию МБОУ СОШ №26 на 2018-2019 учебный год.
- Годового календарного учебного графика МБОУСОШ №26 на 2018-2019 учебный год, утвержденного директором ОУ.

С целью реализации содержания учебной программы в полном объеме в дни отмены учебных занятий согласно распорядительных документов различного уровня, предусмотрены компенсационные занятия и самостоятельное выполнение работ учащимися, с последующей коррекцией знаний, используя иные формы учебной деятельности.

Возраст обучающихся 11-13 лет.

Сроки реализации образовательной программы «Студия танца» 1 год.

Недельная нагрузка – 2 часа, продолжительность занятий – 40 минут, с 10-и минутным перерывом.

Форма занятий: групповая.

Вид образовательной деятельности: хореографическая.

Направленность программы «Студия танца» по содержанию является художественно-эстетической; по функциональному предназначения–досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, кружковой, для самостоятельных коллективов, общедоступной.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Особенность программы состоит в том, что большая часть урока, на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором по годам обучения расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность.

Информационная справка об особенностях реализации УТП в 2018-2019 учебном году

Общий срок реализации исходной программы	1 год
Год обучения	первый
Возраст обучающихся	11-13лет.
Количество обучающихся в группе	15 человек
Количество часов в неделю	2 часа
Общее количество часов в год	76 часов

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности.

Искусство занимает одно из центральных мест в развитии личности школьников, художественные дисциплины, способны формировать высокий эстетический вкус, развивать

чувство прекрасного, умение понимать и ценить произведения, памятники истории и архитектуры, красоту и богатство природы.

В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, но мы выбрали одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных — это танцевально-ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность — в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям младших школьников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Обучение танцам в раннем возрасте способствует формированию духовно-сильной и красивой личности. На уроках танца можно научить хорошим манерам, вежливому обращению, красивой походке, грации и изяществу. Но танец служит не только красоте. Благодаря постоянным упражнениям он развивает мышцы, придаёт гибкость и эластичность корпусу, а также способствует снятию стресса в организме.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Хореография — один из древнейших видов искусства. Танец, это волшебный мир, в котором с помощью языка тела и музыки можно выразить любое чувство. Танец, как литература и музыка раскрывает многогранность национальных традиций народа. С помощью танцевальной лексики можно раскрыть историю народа, его настоящее и будущее, показать добрые и злые стороны человеческой души. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье человека, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать в детях уверенность в себе, упорство и трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения.

Через изучение основ хореографии дети приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус.

Занятия современной хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

Современный танец — это зрелищное представление, вызывающее огромный интерес у молодого поколения. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков.

Программа направлена не на подготовку профессионального танцора, а на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

Цель: научить ребенка свободно, красиво и органично выражать себя в танце, отражая содержание музыкального произведения.

Задачи программы:

- Сформировать танцевальные знания и умения.
- Освоить более свободное владение корпусом, движениями головы и особенно рук, пластичность и выразительность
- Развить гибкость.

Творческие ситуации разыгрываются как при индивидуальной, так и при коллективной работе. Методика преподавания в кружках в основе своей опирается на школу профессионально-хореографического обучения. Ребенок должен не только грамотно и убедительно решать каждую из возникающих по ходу его работы творческих задач, но и осознавать саму логику их следования. Поэтому важным методом обучения танцам является разъяснение ребенку последовательности действий в постановочной работе.

Прохождение каждой новой темы предполагает постоянное повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. Такие методы как «возвращение к пройденному», «играем во взрослых» придают объемность линейному и последовательному освоению материала в данной программе.

По структуре программа является ступенчатой (спиральной), в которой учебный материал представлен так, чтобы каждая «ступень» была основана на пройденном материале и сама служила основанием для дальнейшей «ступени» по принципу от простого к сложному.

Программа разделена на отдельные тематические часы, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического, эстрадного и народного танца. Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

В основе преподавания азбуки музыкального движения, классического, народного, эстрадного танца лежит профессиональная методика, без которой учащиеся не смогут получить необходимые навыки.

Первый раздел включает коллективно — порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Второй раздел включает элементы классического и эстрадного танца и упражнения, подготавливающие учеников к более сложным движениям и физической нагрузке. Они укрепляют мышцы спины, рук, ног, формируют осанку, способствуют развитию координации движений.

Основное содержание цикла занятий рассчитано на три этапа, содержание и задачи каждого из них взаимосвязаны, этапа соответствуют группам начального звена обучения, и от этапа к этапу идет усложнение. Программа содержит минимум тренировочных упражнений и танцевальных движений – азбука классического, народно-сценического и эстрадного танца, что способствует гармоничному развитию танцевальных способностей учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятия и в ходе работы над постановками. Программа дана по годам обучения, в течении которых ученикам следует усвоить определенный минимум знаний, умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным четырем разделам:

- азбука музыкального движения;
- элементы классического танца;
- элементы народно-сценического танца;
- элементы эстрадного танца;

Дополнительный этап обучения:

- творческая деятельность;
- актерское мастерство.

Планируемые результаты реализации программы.

Данная программа ориентирована на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Студия танца» и рассчитана на 1 год обучения, при нагрузке – 2 часа в неделю.

Воспитательные результаты спортивно-оздоровительной деятельности обучающихся распределяются по двум уровням.

Результаты первого уровня: приобретение школьниками знаний о здоровом образе жизни, об оздоровительном значении занятий ритмикой; о личной гигиене; о технике безопасности на занятиях физкультурой; о ритмике и использовании ее элементов в режиме дня; о правилах проведения музыкально-ритмических подвижных игр и способах коммуникации со сверстниками.

Формы достижения результатов первого уровня: беседа, игры – путешествия, практические занятия, музыкально-ритмические игры.

Результаты второго уровня: развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью, к родному Отечеству, к другим людям.

Формы достижения результатов второго уровня: практические занятия, конкурсы, соревнования, показательные выступления.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.

Личностные:

- определять смысл влияния занятий ритмикой на здоровье человека;
- 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.

Регулятивные:

- ставить учебные задачи в соответствии с предполагаемой деятельностью;
- составлять план и последовательность действий для достижения результата;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

Предметные:

- 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:

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

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и физкультурой: и по строению урока, и по его насыщенности. Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждый урок 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.

Каждый танец 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.

К концу года дети должны знать

- Основные позиции ног.
- Основные позиции рук.
- Определение линии танца.
- Основные направления движения в танце.
- Правила поведения в общественных местах, на занятиях, на сцене, в зрительном зале.
- Ориентироваться в хореографическом зале, в зрительном зале, на сцене.
- Исполнять поклон, приглашение на танец.
- Исполнять отдельные фигуры и вариации танца «Вальс».

В процессе обучения применяются следующие виды контроля обучающихся:

1. Вводный, организуемый в начале учебного года.
2. Текущий, проводится в ходе учебного года.
3. Рубежный, проводится в период и по завершении определенных работ.
4. Итоговый, проводится по завершению всей учебной программы.

Ресурсы реализации программы

- материально-технические: спортивный зал, оборудованный необходимым инвентарем, медицинская аптечка, аудио- и видеоаппаратура, фонотека музыкальных произведений;
- информационно-методический ресурс: учебно-методическая литература, электронные образовательные ресурсы, сеть Интернет.

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных задач:

- проведение открытых уроков для родителей;
- организация танцевальных конкурсов;
- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение итогового занятия в конце учебного года.

Содержание программы.

1. Партерная гимнастика и ритмика

Введение в предмет. Задачи 1-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты, исполнение различных ритмических рисунков. Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям у станка.

Разучивание разминки – разогрева. Упражнения, развивающие силу ног, выворотность; правильную осанку; гибкость; подвижность суставов.

Разучивание батман тандю, плие, ронд, анлер и упражнений № 1-15.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками, построение в круг, движение по кругу.

2. Классический танец.

Основа тренажа, постановка рук корпуса и головы. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного,

коленного и тазобедренного суставов.

2.1. Упражнения с гимнастической палкой:

Позиции рук, ног; постановка корпуса по 1,2,5 позициям; батман тандю в сторону, вперед и назад из 1-й позиции, лицом к станку, затем держась одной рукой за палку; деми и гранд плие по 1,2,5-й позициям; пассе партер.

2.2. Упражнения на середине зала:

Разминка: шаг с носка, шаг на полупальцах, бег, выбрасывая прямые ноги вперед и назад, бег, сгибая ноги, наклоны корпуса в стороны, вперед и назад, низкие выпады вперед и в стороны.

Точки плана класса, эпальман; 1-е пор де бра; постановка корпуса по 1-й позиции; танцевальные движения.

3. Бальный танец

3.1. Медленный вальс. Техника исполнения движений

Усвоение в теории техники исполнения движений медленного вальса. Формирование умения исполнять перемены медленного вальса. Формирование умения исполнять квадрат медленного вальса. Совершенствование умения исполнять квадрат медленного вальса. Совершенствование теоретических знаний и практических умений исполнений перемен. Формирование умения исполнять правый поворот. Совершенствование умения исполнять правый поворот.

3.2. Венский вальс: техника исполнения, правый поворот по одному.

Венский вальс. Разучивание правого поворота венского вальса. Формирование навыка исполнения правого поворота. Усвоение основных правил техники исполнения латиноамериканских танцев.

4. История хореографического искусства.

Происхождение танца и хореографии. Танец эпохи первобытно-общинного строя. Танец в культуре древних цивилизаций.

Танцевальный фольклор. Народный танец – исток хореографической культуры народов. Бытовые танцы, салонные танцы, современные бальные танцы.

5. Репетиции и постановка танцев.

Разучивание движений к танцу, постановка танцевального номеров: «Выпускной вальс», «Мы дети солнца».

6. Итоговое занятие.

Проверка теоретических знаний и практических умений.

**Календарно-тематический план учебной работы объединения
«Студия танца» на 2018– 2019 учебный год
76 часов, преподаватель Елисеев А.И.**

Тема занятия	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
Вводное занятие	1		
Духовно- нравственное содержание танца.	1		
Основы русского танца.	1		

Основы движения классического танца.	6		
Ритмика.	4		
Выделение сильной доли такта хлопком, притопом.	2		
Линия танца. Повороты на месте на 1/4 и 1/2 круг	2		
Правила постановки корпуса. Положение стопы и подъёма.	2		
Выворотность. Позиции ног (6, 1,2,3).	2		
Танцевальные движения.	2		
Упражнения для развития гибкости рук, плечевого пояса и шеи.	2		
Шаги: строевой, скользящий, на носочках, приставной. Танцевальный шаг	2		
Кружения на переступаниях, на подскоках.	2		
Итоговое занятие.	1		
Европейская программа. Медленный вальс. Техника исполнения движений. Закрытые перемены вперед, назад.	4		
Медленный вальс. Квадрат по одному. Квадрат в парах. Закрытые перемены по одному, в паре.	4		
Медленный вальс. Правый поворот по одному. Правый поворот в парах. Разучивание вариаций в парах. Отработка вариаций в парах.	5		
Венский вальс: техника исполнения, правый поворот по одному	3		
Венский вальс. Правый поворот в парах.	4		
Венский вальс. Правый поворот по одному. Правый поворот в парах. Разучивание вариаций в парах. Отработка вариаций в парах	5		
История хореографического искусства	4		
Разучивание движений к танцу	6		

«Медленный вальс»			
Разучивание движений к танцу «фигурный вальс»	6		
Разучивание движений к танцу «».	6		
Итоговое занятие.	1		
Итого	76		

Список литературы

1. .Базарова Н., Мэй В. «Азбука классического танца» М. 1964 г.
2. Ткаченко Т. «Работа с танцевальными коллективами» М., 1958 г.
3. .Устинова Т. «Русские танцы» М. 1975 г
4. .Костровицкая В. «Школа классического танца» М. 1964
5. .Валанова А. «Основы классического танца» М. 1964
6. .Ткаченко Т «Народные танцы» - М. 1975
7. .Тарасов Н.И. «Классический танец» М. 1971
8. .Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца» Л. 198
9. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
10. Ильенко Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы. - М., 2001.
11. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 1988.
12. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 1988.
13. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
14. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
15. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 1982.
16. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992
17. Стиль модерн и пластические поиски конца 19 - начала 20 века. К.А. Добротворская. Сб. научных трудов, СПб, 1993.
18. Хореографическое искусство 20-х годов. Е.Я. Суриц. М., 1979.
19. Сочинение танца. Р. Захаров, М., 1983.
20. Музыкальное движение. С. Руднева, Э. Фиш. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. СПб, 2000.
21. Работа актера над собой. К.С. Станиславский. Собр. соч., т.2, М., 1989.
22. Танец будущего. Моя жизнь. А. Дункан, Киев, 1989.
23. Искусство балетмейстера. Р. Захаров. М., 1954.