

Муниципальное автономное образовательное учреждение
Артинского городского округа
«Центр дополнительного образования»

Рассмотрена на
Заседании МС № 4
"19" мая 2024 г.

Утверждена приказом
директора МАОУ АГО «ЦДО»
Чебыкиной Т.А.
№ 124-од 27 мая 2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Школа танца» 2 ч
(художественная направленность)

Для детей 9-12 лет
Срок реализации 1 год

Составитель: Мелехова Ольга
Михайловна, педагог
дополнительного образования

пгт Арти, 2024г.

Пояснительная записка

Особую роль в системе воспитания играет искусство. В этом отношении широкое поле для развития учащихся предоставляет хореографическое образование. Ещё в самые древние времена танец стал одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания. Это искусство сочетает в себе не только эмоциональную сторону восприятия, танец раскрывает и возвращает духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Школа танца» художественная.

Актуальность программы. Данная программа способствует вовлечению детей в учебно-тренировочный процесс в условиях дополнительного образования, что в свою очередь, положительно сказывается на физическом состоянии детей, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, способствует повышению самооценки. Освоение краткосрочной программы обучающимися расширяет их двигательные, танцевальные, творческие возможности, и поддерживает форму.

Танцевальные занятия развивают детей физически, укрепляют их здоровье, правильно развивают костно-мышечный аппарат, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Занятия снижают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и в целом повышают жизненный тонус ребенка.

Основанием проектирования данной программы послужили следующие нормативно-правовые документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 24 марта 2021 г. № 51-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон»);
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
3. 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»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
8. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»);
9. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № 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»);
10. Устав МАОУ АГО «ЦДО».

Адресат программы. Программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 9 лет до 12 лет и учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся. В 9-12 лет дети располагают значительными резервами развития. В этот период происходит физическое и психофизиологическое развитие ребенка, обеспечивающее возможность систематического обучения, совершенствуется работа головного мозга и нервной системы. Ребенок постепенно овладевает своими психическими процессами, учится управлять восприятием, вниманием, памятью. Начиная с 10 лет, в силу полового диморфизма, у девочек ведущими становятся скоростно-силовые способности. В этом возрасте у них обнаружены высокие темпы прироста статической выносливости. В качестве главных средств развития общей выносливости используются естественные движения, связанные с ритмичной, одновременной работой большей части мускулатуры. Продолжается рост и формирования структуры тканей, увеличивается жизненная емкость легких, объем сердца, суставы очень подвижны, связочный аппарат эластичен, скелет содержит большое количество хрящевой ткани, нервная система почти завершает свое морфологическое развитие, но характеризуется преобладанием процессов возбуждения.

Возраст детей 11-12 лет – это пограничный возраст между детьми и подростками. Возраст 10-12 лет называется младшим подростковым возрастом. В этот период ребенок как губка впитывает культурные и социальные ценности, от которых в дальнейшем зависят его главные жизненные выборы. Дети в этом возрасте активны, им все интересно. Этот возраст еще называют «возрастом расцвета любознательности, ее зенита».

Дети этого возраста гибки в своем поведении, восприимчивы и открыты для сотрудничества. В этот период весь организм человека выходит на путь активной физиологической и биологической перестройки. Кардинально перестраиваются сразу три системы: гормональная,

кровеносная и костно-мышечная. Происходит и смена ведущей деятельности. Роль ведущей в подростковом возрасте играет социально-значимая деятельность, средством реализации которой служит: учение, общение, общественно-полезный труд.

Наполняемость группы 10 человек.

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу (по 2 часа 1 раз в неделю, перерыв между учебными занятиями – 10 минут).

Продолжительность одного академического часа – 45 минут.

Объем программы – 72 часа.

Срок освоения программы составляет 1 год.

Особенности организации образовательного процесса

Форма реализации ДОП традиционная.

Формы обучения - индивидуально-групповые, индивидуальные, фронтальные.

Формы обучения:

Виды занятий:

- словесные: рассказ, беседа, лекция;
- наглядные: иллюстрации, демонстрации, показ;
- практические: тестирование, опрос, практикумы, мастер-классы

Виды занятий. Учебное занятие – основная форма организации и проведения занятий с применением групповых форм.

Занятия организуются в актовом зале и на открытом воздухе.

Программа раскрывает весь комплекс воспитания, обучения, и предусматривает:

- проведение практических занятий;
- выступления.

Способы отслеживания и контроля результатов:

- наблюдение на учебных занятиях;
- творческое задание, викторина, мастер-класс, соревнования, марафон, выступление.

Теоретическая часть программы направлена на изучение истории танца, стилей и направлений уличного танца.

Практическая часть программы предусматривает занятия подвижными играми, ритмикой, хореографией, общей физической подготовкой, концертной деятельностью, практикой танцевальных и актёрских этюдов, импровизацией и включает:

- освоение навыков, необходимых для современного уличного танца;
- сочетание динамических и статических физических упражнений для развития опорно-двигательного аппарата человека, выработки силы, выносливости, координации;
- участие в концертах;

Цель и задачи программы

Цель программы: обучение основам хореографии через развитие навыков танцевальных движений, умения выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, эмоционально-образное содержание танца.

Задачи:

Обучающие:

- овладеть средствами выразительности в хореографическом искусстве;
- продолжить изучение техники уличного танца;
- формировать практические умения и навыки работы с телом, пространством, музыкальным ритмом и характером;
- формировать исполнительские навыки.

Развивающие:

- развивать умения точно исполнять танцевальные движения, способности координированной работы тела под музыку;
- развивать произвольное внимание, логическое мышление, творческую активность, фантазию;
- способствовать обогащению навыков общения и умений совместной деятельности;
- содействовать адаптации учащихся к жизни в обществе.

Воспитательные:

- привить интерес к культуре, уважительного отношения к танцевальному наследию;
- способствовать взаимопомощи при выполнении танцевальных заданий;
- содействовать организации содержательного досуга;
- формировать мотивацию к творчеству.

Содержание общеразвивающей программы**Учебный (тематический) план**

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		теория	практика	общее кол-во часов	
1.	Вводное занятие	1	1	2	Тест по хореографии «Путешествие в мир танца»
2.	Техника уличного танца	2	22	24	Наблюдение. Викторина «История и техника уличного танца»
3.	Партерная гимнастика	2	16	18	Наблюдение. Соревнование «Партерная гимнастика»
4.	Актёрское мастерство. Пантомимика. Жесты	2	10	12	Мастер-классы «Актёрское мастерство». Наблюдение
5.	Сценическая культура	2	12	14	Конкурс на лучшую импровизацию «Страна чудес – сценическая речь». Наблюдение
6.	Итоговое занятие	0	2	2	Танцевальный марафон. Викторина «Мир танца».
	Итого:	9	63	72	

Содержание учебного (тематического) плана**1. Вводное занятие**

Теория. Правила поведения и безопасности на занятиях в танцевальном зале.

Практика. Подвижные игры для знакомства, общения. Игры на внимание. Игры на сплочение команды. Тест по хореографии «Путешествие в мир танца».

2. Техника уличного танца

Теория. История возникновения уличного танца.

Практика. Выполнение базовых движений hip-hop, house, locking. Выполнение упражнений на три центра, упражнения на изоляцию трёх центров тела, на координацию, на возникновение и развитие двигательного импульса в группах и по парам: «Волна», «Зеркало», на интенсивность импульса: «Кривое зеркало», балансы и др. Викторина «История и техника уличного танца».

3. Партерная гимнастика

Теория. Техника выполнения упражнений.

Практика. Упражнения на сокращение и расслабление мышц, на развитие силы мышц, эластичности связок и суставов, на гибкость и пластичность. Разучивание комбинаций на основе упражнений. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад, наклоны вперед, повороты и наклоны туловища, на укрепление мышц тазового пояса, бедер и ног, на равновесие, для развития стоп, плечевого пояса, на разное состояние тела: плотность, текучесть, воздушность. Упражнения: «аист», «петушок», «оловянный солдатик», «щапля», «ласточка», «орел». Акробатические упражнения: «Самолет», «Колечко», «Корзинка», «Ласточка с колена», «Мостик из положения лежа», «Березка», «Улитка» (полу-шпагат), «Стрелочка», «Стойка на руках» (у стены), шпагат «Веревочка». Соревнование «Партерная гимнастика».

4. Актёрское мастерство. Пантомимика. Жесты

Теория. Актёрское мастерство в танце. Понятие «актёрское мастерство». Видеоматериал на тему «Мимика в танце». Психологическая игра «Я все могу». Знакомство с понятием пантомимы. Жест и мимика – инструменты выразительности для танцора и актёра.

Практика. Упражнения на развитие характерности: "Осанка", "Походка", "Жестикация", "Ожившая сказка", на развитие внимания: "Печатная машинка", "Зеркало", "Тень", "Арифметика", «Зоркий глаз», «Ловим муху». «Повтори жест», «Фотограф», на развитие ассоциативного мышления: «Ассоциация на обратную связь», «Голова великана», «Только без паники», "Метафоры". Упражнения на развитие внимания: «Зоркий глаз», «Ловим муху». «Повтори жест», «Фотограф», на развитие памяти: "Снежный ком", "Корабль", "Яблонька", "Куклы", на снятие зажима: "Самолёт", "Роботы", "Мыльные пузыри". Импровизация. Этюды на заданные темы. Мастер-класс «Актёрское мастерство».

5. Сценическая культура

Теория. Сценическая культура. Сценическое внимание. Сценическая вера. Эмоциональная память.

Практика. Упражнения на развитие внимания, на развитие веры, на развитие эмоциональной памяти: "Счастливый мяч", на разных сценических пространствах (сцена, небольшой зал, стадион, лесная площадка, улица и т.д.). Конкурс на лучшую импровизацию «Страна чудес – сценическая речь».

6. Итоговое занятие

Практика. Танцевальный марафон. Викторина «Мир танца». Участие в мероприятиях, проводимых специалистами Парка культуры и отдыха им.1 мая.

Планируемые результаты

При освоении дополнительной общеразвивающей программы «Школа танца», по ее завершению, учащиеся приобретут:

1. Предметные результаты:

- знание история возникновения танца, сценической культуры;
- знание техники уличного танца, актерского мастерства, хореографического искусства;
- владение средствами выразительности в хореографическом искусстве.

2. Метапредметные результаты:

- развитие актерского мастерства;
- развитие умения точно исполнять танцевальные движения, способности координированной работы тела под музыку;
- формирование практических умений и исполнительских навыков работы с телом, пространством, музыкальным ритмом и характером;
- владение средствами выразительности в хореографическом искусстве.

3. Личностные результаты:

- развитие произвольного внимания, логического мышления, творческой активности, фантазии;
- развитие навыков общения и умений совместной деятельности;
- содействие адаптации учащихся к жизни в обществе;
- улучшение индивидуальных показателей по технической танцевальной подготовке;

Организационно-педагогические условия

Календарный учебный график

№ п\п	Основные характеристики образовательного процесса	
1.	Количество учебных недель	36
2.	Количество учебных дней	36
3.	Количество часов в неделю	2
4.	Количество часов	72
5.	Недель в I полугодии	15
6.	Недель в II полугодии	21
7.	Начало занятий	с 15 сентября
9.	Выходные дни	31 декабря по 8 января
10.	Окончание учебного года	31 мая

Материально-техническое обеспечение программы:

1. Аудио, видео аппаратура.
2. Концертные костюмы.
3. Обручи, коврики для занятий, скакалки, канат, мячи.
4. Хореографические переносные станки (3 шт.)

5. Инвентарь для игр (мячи баскетбольные, набивные, скакалки, обручи).

Методическое обеспечение:

В процессе обучения в соответствии с основными формами мышления дети используются следующие группы методов:

- наглядные;
- объяснительно-иллюстративные;
- практические.

Традиционные методы обучения, такие как показ, объяснение.

Объяснительно-иллюстративные методы: словесные (беседы, рассказы, объяснение), наглядные (показ, демонстрация), видеоролики.

Практическая работа, анализ сочетаются с индивидуальной, групповой и индивидуально-фронтальной работой. Практические методы способствуют формированию умений и навыков хореографического и актерского мастерства.

Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Оценить глубину усвоения учебного материала обучающихся позволяют различные формы контроля:

- вводный (проверочный тест, наблюдение). Педагог оценивает знания и умения детей в начале года, когда ребята только начинают заниматься (сентябрь – начало октября), для того, чтобы выявить уровень подготовки учащихся.

- текущий проводится в середине года (в январе) для определения степени усвоения материала, основных хореографических умений и навыков.

Текущий контроль (промежуточная диагностика) помогает решить, чему необходимо уделить внимание, выявить возникающие проблемы.

Проведение детьми мастер-класс «Актерское мастерство. Используется наблюдение.

- итоговый (Танцевальный марафон). Проведение танцевального марафона (май) для определения степени достижения результатов обучения. Используется наблюдение и оценка педагогом постановочного танца. Участие в различных танцевальных конкурсах, муниципальных мероприятиях также является одной из форм контроля, которая позволяет проследить, как ребенок усвоил полученные хореографические знания, умения, навыки.

Критерии оценок (тесты, викторины):

- 5 (отлично) – учащийся самостоятельно выполняет все задачи на высоком уровне, танцевальные движения отличаются оригинальностью идеи, грамотным исполнением, творческим подходом.

- 4 (хорошо) – учащийся справляется с поставленными перед ним задачами, но прибегает к помощи педагога. Танец выполнен незначительными ошибками.

- 3 (удовлетворительно) – учащийся выполняет задачи, но делает грубые ошибки, для завершения работы необходима постоянная помощь педагога.

Формы аттестации/контроля:

- наблюдение на учебных занятиях;

- тест по хореографии «Путешествие в мир танца», викторина «История и техника уличного танца», соревнование «Партерная гимнастика», творческое задание «Актерское мастерство», конкурс на лучшую импровизацию «Страна чудес – сценическая речь», танцевальный марафон, викторина «Мир танца».

Список литературы

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. Рольф. - М.:, 2001.
2. Боттомер Пол. Учимся танцевать. – М.: Экелло-Пресс, 2002.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб, 1997.
4. Гипиус С.В. Актёрский тренинг. Гимнастика чувств. - СПб: «Прайм-Еврознак», 2007.
5. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. - Ростов-на-Дону: «Фонекс», 2003.
6. Пегрум Джульетт. Детская йога. – М.: Диля, 2006.
7. Ротерс Т.Т. Методические рекомендации «Музыкально - ритмическое воспитание и художественная гимнастика». – М.: «Просвещение», 1989.
8. Усова О. В. Театр танца. - Шадринск: «Исеть», 2002.
9. Уэйрайт Гордон. Язык тела. - М: 2003.
10. Филимонова С.О. Мир движений мальчиков и девочек. – СПб : детский Пресс, 2001.

Интернет-ресурсы:

1. <https://vk.com/impresariobooks>
2. https://vk.com/horeograf_club
3. https://vk.com/horeograf_praktik
4. <https://vk.com/daboom58>