

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СШ №85
____ Л.М. Сафронова
Приказ № ____ от ____ 2024г.

Рабочая программа

дополнительного образования
«Спортивные танцы»

Профиль объединения: «Физкультурно-спортивное»

Разработала:
Николаева О.В.
Педагог дополнительного
образования

Красноярск 2024г.

Пояснительная записка.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. В процессе занятий сочетается коллективная работа и индивидуальная. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастом, психологическими возможностями детей. Подготовка и участие в концертах и конкурсных выступлениях предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий. Освоение программы рассчитано на один год и включает в себя занятия по спортивному, народному, эстрадному танцу. Расширяя кругозор детей, знания о фольклоре и в целом о культуре народов разных стран используем такие формы:

- демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- демонстрация вариаций;
- отработка движений;
- постановка танца;
- репетиции;
- знакомство с народным костюмом;
- просмотр видеоматериала;

Программа позволяет развивать индивидуальные творческие способности, совершенствовать полученные знания и приобретенные исполнительные навыки.

Цели и задачи программы

Образовательная цель программы: приобщение детей к различным видам народного, сюжетного, спортивного, классического танца, видам танцевального искусства.

Развивающая цель программы: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство.

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

Задачи:

Обучающие:

- ознакомление с основами спортивного, эстрадного, народного танца, классического, позициями рук и ног;
- ознакомление с основными движениями танца;
- ознакомление с историей развития народного, эстрадного, спортивного, классического танца.
- дать представление о танцевальном образе;
- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;

Развивающие:

- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка; - развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- развитие творческих способностей;
- гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение;
- развитие мышечного чувства, правильной осанки, умения управлять своим телом.

Воспитательные:

- воспитание этнической компетентности, доброжелательного отношения к людям других наций.
- воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание умений работать в коллективе;
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам;

Актуальность и новизна данного образовательного курса 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, сценические костюмы.

Коллективные творческие проекты дети демонстрируют на народных праздниках, концертах.

Данная программа построена на изучении спортивных, эстрадных, танцев различных народностей . Потребность в такой программе очень большая. В отличие от существующих программ по хореографии, в которых главное внимание уделяется технике движения, создание образа сопровождает высоко технически исполненная композиция, в данной программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона сюжетного танца. Целью данной программы является не танец, а ребёнок, в котором формируется система ценностей, основанная на традиционной культуре.

Содержание работы

Учебный материал, предусмотренный программой, распределён в определённой последовательности с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Постепенно, от занятия к занятию, усложняется учебный материал: движения, ритмика, пластика и т.д. Поначалу необходимо заинтересовать ребёнка, развить желание заниматься в коллективе и только потом переходить к целенаправленному формированию исполнительских умений и навыков. Для выработки ритмичных танцевальных упражнений, в овладении основами техники танца на занятиях используются:

- коллективные танцевальные игры («Я хочу с тобой танцевать»);
- массовые танцы («Танец утят»);
- ритмические упражнения;
- народный фольклор (потешки, попевки, прибаутки, песенки, частушки);
- создание собственных танцевальных элементов.

Занятия по разучиванию танца развивают у ребёнка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Методы работы:

- Объяснительно – иллюстративный

(показ элементов, объяснение, использование фольклора).

- Репродуктивный

(разучивание, закрепление материала).

- Исследовательский

(самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).

- Метод побуждения к сопереживанию

(эмоциональная отзывчивость на прекрасное).

- Метод поисковых ситуаций

(побуждение детей к творческой и практической деятельности).

В работе с коллективом использую ТСО (технические средства обучения).

(музыкальный центр, видеоманитфон, видеокамеру)

Ожидаемый результат:

- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- уметь воспринимать и передавать в движении образ;
- уметь импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па»;
- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.

Критерии определения результативности программы:

1. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.
2. Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания хореографической композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, печаль и т.д.)

3. Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнить несложные акробатические упражнения («рыбка», «полушпагат», «лодочка», «мостик» и т.д.).
4. Координация, ловкость движений – точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.
5. Творческие способности – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».
6. Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения (выполнять композиции самостоятельно, без подсказок).
7. Память – способность запоминать музыку и движения.

Формой подведения итогов реализации данной дополнительной образовательной программы являются:

- участие в конкурсах различного уровня /Всероссийские, международные, городские и т.д/;
- праздничные выступления («День знаний», «8 марта», «День матери», «День Защитника Отечества», «День учителя», «Город ремёсел» и т.д.);

Тематический план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов	
		Теория	Практика
1.	Вводное занятие Инструктаж по ТБ	1	
2.	Искусство танца. Значение танца в жизни людей.	1	
3	Разновидности танцев.	1	
4	Сюжетный танец.		1
5	Позиции рук и ног в танце.		1
6	Русский народный танец. Элементы русской пляски.		1

7	Основные движения русского народного танца.		1
8	Разучивание движений.		4
9	Соединение танцевальных движений.		7
10	Разучивание композиции танца.		3
11	Работа над синхронностью.		3
12	Исполнение танца.		1
13	Русский народный танец. Знакомство с танцем.	1	
14	Разучивание танцевальных движений.		5
15	Соединение танцевальных движений.		5
16	Разучивание композиции танца.		4
17	Работа над синхронностью.		7
18	Исполнение танца.		1
19	Эстрадный танец. Элементы эстрадного танца.		1
20	Эстрадный танец. Знакомство с танцем.		1
21	Разновидности эстрадных танцев.	1	
22	Разучивание танцевальных движений.		1
23	Соединение танцевальных движений.		5
24	Разучивание композиции танца.		5

25	Работа над синхронностью.		4
26	Исполнение танца.		1
27	Работа над синхронностью.		5
28	Исполнение танца.		1
29	Спортивный танец. Позиции рук и ног в спортивном танце.		1
30	Основные движения в спортивном танце.		1
31	Разучивание танцевальных движений.		5
32	Соединение танцевальных движений.		2
33	Разучивание композиции танца.		2
34	Работа над синхронностью.		2
35	Исполнение танца.		1
36	Классический танец. Позиции рук и ног в классическом танце.		2
37	Основные движения в классическом танце.		2
38	Разучивание танцевальных движений.		2
39	Соединение танцевальных движений.		3
40	Разучивание композиции танца.		2
41	Работа над синхронностью.		3
	Исполнение танца.		1
	Итого		102

