

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Кургана
«Средняя общеобразовательная школа № 22»

«Рассмотрено» на ШМО учителей начальных классов Протокол МО № 1 от «30» августа 2021 г. Руководитель МО <i>Гладешких Е.С.</i>	«Согласовано» на МС школы. Протокол № 1 от «31» августа 2021 г. Председатель Методического совета <i>Вахтомаша А.И.</i>	«Утверждено» Директор МБОУ СОШ №22 <i>Гончар Л.В.</i> Приказ №169 от «31» августа 2021 г.
---	---	---

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Хореография»

Уровень освоения программы: ознакомительный
Возраст обучающихся: 8 - 11 лет
Срок реализации: 1 год

Рабочую программу составила:
Теплоухова А.А.,
Педагог дополнительного образования

2021 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Одна из важнейших задач нашей школы – охрана здоровья детей. Забота о здоровье детей – важнейшая обязанность всех государственных учебных учреждений. Данная программа направлена на обеспечение наиболее благоприятных условий роста и развития детей, на укрепление их здоровья, что обеспечивает значительные успехи в борьбе с заболеваниями. Состояние здоровья ребенка, его сопротивляемость заболеваниям связаны с резервными возможностями организма. Эти возможности при целенаправленном воздействии способны значительно увеличить функциональные способности растущего организма и стать основой его здоровой жизни. Дети обладают поразительно высоким двигательным потенциалом, они способны осваивать сложные и требующие большого функционального напряжения виды движений. Растущий организм особенно нуждается в мышечной деятельности, поэтому недостаточная двигательная активность, некомпенсируемая необходимыми по объему и интенсивности физическими нагрузками, приводит к развитию ряда заболеваний. На занятиях танцами увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Программа составлена и разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно –эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 года № 41
- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях"» (далее СанПиН 2.4.2.2821- 10);
- Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 25.12.2016 № 72 «О внесении изменений № 2 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Уставом МБОУ «СОШ №22».

При разработке программы были учтены методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242), методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ общеразвивающих программ Курганской области, рекомендованные письмом Департамента образования и науки Курганской области от 21.07.2017 г. № 1661/9

Направленность: художественная

Возраст учащихся: 8 – 11

Адресат: программа рассчитана на обучающихся 8 - 11 лет (2 – 5 классы). К занятиям в кружке допускаются все учащиеся 2 - 5 -х классов, желающие танцевать, прошедшие инструктаж по технике безопасности. При наличии одаренных учащихся возможно проектирование индивидуального образовательного маршрута или создание отдельного модуля для работы с ними по данной программе.

Срок обучения – 1 год

Количество часов: 68 часов

Формы обучения: фронтальные, коллективные, групповые, малой группой, парные, индивидуальные.

Занятия ведутся очно. Группа – не более 15 человек.

Уровень программы: ознакомительный

1.2. Цель и задачи программы. Планируемые результаты.

Цель программы привить детям необходимые двигательные навыки и умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм, культуру общения между собой и окружающими.

Задачи программы:

1. Укрепление психического и физического здоровья средствами ритмики в условиях школьного обучения (формирование правильной осанки, походки; содействие профилактике плоскостопия; снижение психического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения и т.д.).

2. Совершенствование психомоторных способностей (развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей; развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой).

3. Развитие творческих и созидательных способностей детей (развитие мышления, воображения, познавательной активности, расширение кругозора).

4. Поддерживать увлечение занятиями музыкой и пластикой.

Планируемые результаты

Уровни воспитательных результатов:

Проектная деятельность	Воспитательные результаты		
	Приобретение школьником социальных знаний (1 уровень)	Формирование ценностного отношения к социальной реальности (2 уровень)	Получение опыта самостоятельного общественного действия (3 уровень)
Воспитание художественно-творческого потенциала личности ребенка путем совершенствования его танцевальных и музыкальных способностей в процессе саморазвития.	-первоначальные знания, умения и навыки, необходимые в художественно-творческой деятельности; - первоначальные навыки творческого сотрудничества со сверстниками и взрослыми.	- первоначальный опыт организации самостоятельной творческой деятельности; - первоначальный опыт участия в коллективных мероприятиях (умения выражать себя в различных доступных для ребёнка видах творческой деятельности)	- мотивация к самореализации в самостоятельном творческом поиске; - личный опыт участия в художественных, оздоровительных и социально-образовательных проектах школьников в окружающем школу социуме.

Личностными результатами является формирование следующих умений:

- ✓ Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- ✓ Проявление положительных качеств личности и управления своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- ✓ Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- ✓ Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий:

- ✓ Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий ритмикой;
- ✓ Организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- ✓ Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- ✓ Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- ✓ Оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

Предметными результатами является сформированность следующих умений.

- ✓ Планирование занятий ритмики в режиме дня;
- ✓ Представления ритмики как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- ✓ Бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение техники безопасности к местам проведения;
- ✓ Объяснение в доступной форме правил выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправления их;
- ✓ Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- ✓ Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами и в различных условиях.

1.3. Учебный план. Содержание программы. Тематическое планирование.

Содержание кружка «Хореография» направлено на творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Учебный план:

№	Тема	Количество часов	Форма промежуточной
----------	-------------	-------------------------	----------------------------

						аттестаци и
		Всего	теорию	практику	сам.работа	
1.	«Ритмика, элементы музыкальной грамоты»	16	2	12	2	зачет
2.	«Танцевальная азбука»	16	2	12	2	зачет
3.	«Танец»	20	2	16	2	конкурс
4.	«Творческая деятельность»	16	2	12	2	конкурс
Итого:		68	8	52	8	

Содержание курса:

1. «Ритмика, элементы музыкальной грамоты»

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 2 класса, слушание и разбор танцевальной музыки для школьников 3 и 4 классов. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально – слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

2. «Танцевальная азбука»

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений современного танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии. Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

3. «Танец»

Этот раздел включает изучение танцевальных композиций. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль и характер танца.

В программный материал по изучению танца входит:

- ✓ усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ✓ ритмические упражнения,
- ✓ разучивание танцевальных композиций.

4. «Творческая деятельность»

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация – сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Творческие задания включаются в занятия в небольшом объеме, или проводятся отдельными уроками по теме.

Тематический план:

№ п/п	Название раздела программы	Дата проведения	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма текущего контроля/промежуточной аттестации
	«Ритмика, элементы музыкальной грамоты»	Сентябрь 1 неделя	2	Введение. Техника безопасности.	Беседа, тренировка	
		Сентябрь 2 неделя	2	Введение. Что такое танец.	Беседа, тренировка	
		Сентябрь 3-4 недели	4	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Беседа, тренировка	
		Октябрь 1-2 недели	4	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	тренировка	
		Октябрь 3 неделя	2	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	тренировка	
		Октябрь 4 неделя	2	Контрольный просмотр.	тренировка	Зачет
	«Танцевальная азбука»	Ноябрь 1 неделя	2	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	тренировка	

		Ноябрь 2-4 недели Декабрь 1 – 2 недели	10	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	тренировка	
		Декабрь 3 неделя	2	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	тренировка	
		Декабрь 4 неделя	2	Контрольный просмотр.	тренировка	
		Январь 2 неделя	2	Ритмические упражнения с предметом.	тренировка	Зачет
	«Танец»	Январь 3 неделя	2	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	игра	
		Январь 4 неделя	2	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	тренировка	
		Февраль 1 неделя	2	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	тренировка	
		Февраль 2 неделя	2	Упражнения для профилактики и плоскостопия.	тренировка	
		Февраль 3 неделя	2	Гимнастика. Растяжка.	тренировка	
		Февраль 4 неделя	2	Музыкальные, танцевальные темпы.	тренировка	
		Март 1 неделя	2	Настроение в музыке и танце.	тренировка	

				Характер исполнения.		
		Март 1 неделя	2	Аэробика.	тренировка	Конкурс
	«Творческая деятельность»	Апрель 1 неделя	2	Контрольный просмотр.	тренировка	
		Апрель 2 неделя	2	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	Беседа, тренировка	
		Апрель 3 неделя	2	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	игра	
		Апрель 4 неделя и май 1 неделя	4	Прохлапывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	тренировка	
		Май 2 неделя	4	Ритмические упражнения. Изучение и постановка танца к празднованию Дня Победы.	тренировка	
		Май 3 неделя	2	Гимнастика Partner.	тренировка	
		Май 4 неделя	2	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	тренировка	Конкурс
				68 часов		

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель	36 недель
Первое полугодие	с 01.09.2021 г. по 31.12.2021 г., 17 учебных недель
Каникулы	с 01.01.2022 г. по 09.01.2022 г.
Второе полугодие	с 10.01.2022 по 31.05.2022 г., 19 учебных недель
Промежуточная аттестация	24.05.2022 г.

Формы аттестации

Форма промежуточной и итоговой аттестации предполагает контрольные просмотры изученных комбинаций, выступления на школьных и городских мероприятиях, открытые занятия для родителей.

Материально-техническое обеспечение

Класс для занятий ритмикой, оснащенный необходимым оборудованием (зеркалами, музыкальной аппаратурой). Дети должны иметь форму для занятий и сменную спортивную обувь.

Оценочные материалы

По итогам показа на контрольном уроке оценивается результат, достигнутый ребенком.

Результат	Критерии
1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты: уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка; почувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения; уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4; отмечать в движении сильную долю такта; уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений.	Стремления и попытки использования элементов музыкальной грамотности в основном учебно-воспитательном процессе и повседневной практике взаимодействия с миром.
2. Танцевальная азбука: знать позиции ног и рук современного танца; усвоить правила постановки корпуса; уметь исполнять основные движения на середине зала; знать танцевальные термины; координация, название упражнений.	Понимание танцевальных терминов, усвоение танцевальной азбуки.
3. Танец: (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно). В конце 1 года обучения дети должны знать и уметь базовые движения современного танца, танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях.	Исполнение разных видов танцев.
4. Творческая деятельность: раскрытие творческих способностей; развитие организованности и самостоятельности; иметь представления о современных танцах.	Положительная динамика детского отношения к творческой деятельности и росту успешности. Изменение характера познавательно-творческой деятельности в сторону повышения степени самостоятельности.

Методические материалы

Методы обучения: наглядные (показ способов действия, показ образца, показ педагогом каждого танцевального элемента), практические (методы, с помощью которых педагог придает

познавательной деятельности детей практический характер: упражнения, экспериментирование), игровые методы и приемы, словесные методы.

Формы организации учебного занятия: урок, занятие, тренировка, репетиция и концертная деятельность.

Алгоритм учебного занятия: разминка, показ (исполнение) педагогом, работа по образцу, самостоятельная отработка.

Дидактические материалы: видеозаписи, аудиозаписи и др.

Список литературы

1. Ткаченко Т. Работа с танцевальным коллективом. Москва Искусство 1958
2. Барышникова Т. “Азбука хореографии”, М., 1999 г.
3. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». – М.: ВАКО, 2009.
4. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». – Киев: Музична Україна, 1985.
5. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». – М.: ВЛАДОС, 2008.
6. Конорова В.Е. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960
7. Школа танца для юных. СПб, 2003