Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с.Ворсино им. К.И.Фролова»

РАССМОТРЕНО на заседании педагогического совета Протокол № 1 от « 31 » августа 2023 г.	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по ВР _____Кава Н.Ф. 31 августа 2023г.	УТВЕРЖДАЮ ИО директор МОУ «СОШ с. Ворсино им. К.И. Фролова» _____Н.Н. Андрианова. Приказ №115-од от « 01 » сентября 2023 г.

Рабочая программа танцевальной студии «Ритмы танца» художественной направленности

Возраст 11-14 лет

Разработчик Проскурнина Л.Э.

с.Ворсино, 2023г

Пояснительная записка

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Хореография, как курс внеурочной деятельности, играет весьма важную роль в развитии младших школьников: ребёнок учится понимать «язык» движений, их красоту, чувства гармонии, способствующих успешной самореализации. Посредством знакомства младших школьников 1-4 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения.

Актуальность данной образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

В образовательных учреждениях всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Без хореографических композиций концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое).

Цель программы:

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, укрепление здоровья и гармонического развития форм и функций организма, формированию целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности.

Основные **задачи** данного курса:

– воспитание нравственно-эстетических чувств;
– формирование познавательного интереса и любви к прекрасному;
– раскрытие художественно-творческих, музыкально-двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников;
– знакомство обучающихся с основами классического, народного и бального танца;
– укрепление костно-мышечного аппарата учащихся;
– развитие музыкально-ритмической координации, мышечного чувства, осанки;
– предоставление возможности детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения, классического, народного и бального танца. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Сроки реализации.

Программа рассчитана на обучение учащихся 1-4 классов начальной школы, 1 раз в неделю по 1 академическому часу: 1-4 классы –34 часа в год.

На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам.

1 раздел. Ритмика и основы хореографии.

2 раздел. Азбука классического танца.

3 раздел. Народный танец.

4 раздел. Бальный танец.

В первом разделе (Ритмика и основы хореографии) включаются 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.

Во втором разделе (Азбука классического танца) вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третьем разделе (Народный танец) включены элементы и танцы народного характера, от спокойных до темпераментных, с ведущей ролью рук и корпуса, до тех где ноги исполняют виртуозные партии.

В четвертом разделе (Бальные танцы) включены историко-бытовые танцы и европейской программы, позволяющие выразительно и непринужденно двигаться, создавая соответствующий музыкальный образ, согласовывая свои движения с музыкой, ускоряя и замедляя движения, отмечать в движении музыкальные акценты.

Планируемые результаты

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

У обучающегося будут сформированы:

– чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей национальной принадлежности на основе изучения танцевальных композиций, шедевров музыкального наследия русских композиторов;

– целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, культур, народов и религий на основе сопоставления произведений русской музыки;

– умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, участие в жизни класса, школы, города и др.

Обучающийся получит возможность для формирования:

– уважительного отношения к культуре других народов;

– эстетических потребностей, ценностей и чувств;

– развития мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; овладения навыками сотрудничества с учителем;

– ориентации в культурном многообразии окружающей действительности, участия в танцевальной жизни класса, школы, города и др.;

– этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

– развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Регулятивные

Обучающийся научится:

– принимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах танцевальной деятельности;

– формировать умения планировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания хореографических постановок.

Обучающийся получит возможность научиться:

– освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

Познавательные

Обучающийся научится:

– выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.)

Обучающийся получит возможность научиться:

– освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

Коммуникативные

Обучающийся научится:

– продуктивному сотрудничеству (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных танцевально-творческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешкольной танцевально-эстетической деятельности.

Обучающийся получит возможность научиться:

– освоению начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Восприятие искусства и виды художественной деятельности

Выпускник научится:

– Различать основные виды хореографического искусства (классический, народный, бальные танцы);

– Определять музыкальные размеры;
– Ориентироваться в танцевальном зале;
– Позициям ног и рук;
– Воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
– Вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
– Выполнять поклон в различных стилях;
– Выполнять движения в «зеркальном отражении»;
– Правилам построения в шеренгу, колонну, круг;
– Самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную композицию.

Выпускник получит возможность научиться:

– Элементы в синкопированном ритме;
– Методике исполнения танцевальных композиций у станка и на середине зала;
– Правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на ¼; ½ круга;
– Исполнять вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках;
– Делать перестроения в паре.

Содержание курса

Основное содержание курса представлено следующими содержательными линиями: ритмика и основы хореографии, азбука классического танца, народный танец и бальный танец.

Ритмика и основы хореографии включает в себя ритмические упражнения и музыкальные игр, которые формируют восприятие музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой.

Азбука классического танца – это понятие об основных танцевальных движениях. Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Азбука природы музыкального движения. Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Позы классического танца. Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений, освоение поз и движений классического танца.

Народный танец. Существую ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дроби на 1/8, гармошка, ёлочка. Детские танцы. Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни, о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. О особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета. Освоение поз и движений народных танцев.

Бальные танцы. Программа включает правила поведения в танцевальном классе, техника безопасности. Показательные выступления. Исторические бальные танцы. Танцы европейской и латиноамериканской программы – их особенности и своеобразие. Особенности танцев свободной композиции. Виды музыкального сопровождения. Современные технические средства музыкального сопровождения. Художественный образ в музыкальном отображении. Соотношение пространственных построений с музыкой.

Содержание курса

Раздел 1. Ритмика и основы хореографии.

– Музыкально-ритмическое развитие. Двигательные основы - марш, ходьба, бег, бег с захлёстом, подскоки, галоп. Ритмический танец «Друзья». Разучивание элементов под счёт.

– Музыкально-ритмическое развитие. ОРУ. Хлопки в такт музыки. Ритмический танец «Друзья» изучение под музыку изученных элементов.

– Двигательные навыки. Формирование основных навыков движения: подъёмы на полу пальцы, прыжки в умеренном темпе, полу приседы. Ритмический танец «Друзья».

– Двигательные навыки. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц. Ритмический танец «Друзья». Закрепление изученного материала под музыку .

– Перестроение. Построение. Закрепление танца 'Вечный двигатель' под музыку.

– Перестроение. Знакомство с танцем «Диско».
– Постановка танца «Диско». Изучение элементов под счёт, под музыку.
– Подготовка к празднику. Сценические движения.
– Подготовка к празднику. Закрепление изученного материала под музыку.
– Разучивание сценических движений.
– Закрепление изученного материала под музыку.
– Прогон под музыку всех танцев.
– Обобщающий урок по теме: «Ритмика и основы хореографии.

Раздел 2. Азбука классического танца.

– Demi-plis и grand-plis (полуприседания и полные приседания).
– Battements tendus (скольжение стопой по полу).
– Battements tendus jets (маленькие броски).
– Grand battements jets (большие броски).
– Постановка танца «Полонез». Изучение основных элементов, движений.

– Постановка танца «Полонез». Закрепление изученного материала под музыку. Перестроения.

– Перестроение из одной колонны в две, из круга в колонну. Закрепление изученного материала.

Раздел 3. Народный танец.

– Музыкально-двигательное развитие. Прослушивание музыкальных фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши. Игра «Угадай чей голосок».

– Музыкально-ритмическое развитие. Хлопки в такт музыки. Ходьба под счёт. Движения руками в различном темпе. Выполнение упражнений под музыку.

– Двигательные навыки. Шаг с носка, полу присед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полу приседы. Приставной шаг в сторону.

– Двигательные навыки. Бег с откидыванием согнутых ног назад. «Ковырялочка» с притопом. Галоп.

– Перестроение. Изучение рисунка танца «Полька». Изучение элементов в парах. Закрепление изученного материала под музыку.

– Перестроение. Изучение элементов по диагонали, прыжки, лок степы, подскоки. Закрепление изученного материала танец «Полька».

– Постановка танца «Полька».

Раздел 4. Бальные танцы.

– Музыкально-ритмическое развитие. Прослушивание фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши, нога в пол. Знакомство с ритмом танца «Медленный вальс».

– Музыкально-ритмическое развитие. Двигательная основа - бег на полу пальцах, трехшаговый поворот, спуски подъемы. Упражнения на координацию движения.

– Двигательные навыки. Упражнения не осанку. Партерная гимнастика (выполняется лёжа на спине, на животе и сидя на полу). Медленный вальс - маленький квадрат (правый и левый).

– Двигательные навыки. Прыжковая разминка. Изучение элементов танца «Медленный вальс» под счёт. Перемена с правой и с левой ноги.

– Постановка танца «Медленный вальс». Постановка в паре, синхронное исполнение элементов, перестроение.

– Постановка танца «Медленный вальс». Закрепление изученного материала под музыку. Работа над ошибками.

– Перестроение. Понятие «Линия танца», лицом и спиной в центр круга, по линии танца. Постановка в паре, движение в паре.

Тематический план.

№	Раздел	Количество часов
1.	Ритмика и основы хореографии	13
2.	Азбука классического танца	7
3.	Народный танец	7
4.	Бальный танец	7
	Всего	**34 часа**

Учебно-методическое обеспечение.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. (Внимание: дети). - М.: Ральф.: 2019.
2. Базарова Н, Мей В. Азбука классического танца. – Л..: Искусство.: 2018.
3. Бекина С. И др. Музыка и движение – М.: Просвещение.: 2019.
4. Васильевна Т. Балетная осанка. Методическое пособие. – М.: Высшая школа изящных искусств.: 2018.
5. Зацепина К., Климов А. и др. Народно-сценический танец.
6. Руднева С, Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение: Учебное пособие. – М.: Просвещение.: 2018.
7. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах: Учебно-методическое пособие / Авт.-составитель: Лисенкова И.Н., Меньшова В.Н.; под ред. Крылова О.Б. – М.: 2020.
8. Программа «Ритмика» хореографического отделения Тарской детской школы искусств / Авт.-составитель: Савченко Т.М.: 2018.
9. «Танцкей С.» танцы для праздника: Электронное периодическое издание / под ред. Хаустова В.В. – К.: 2021.

Technique of Ballroom Dancing – Guy Howard, 6-е издание,2022 год.