

Пояснительная записка.

Представленная программа внеурочной деятельности по хореографии "Танцуем вальс" (далее Программа) составлена на основе ФЗ от 29.12.2012 №273-ФЗ "Об образовании в Российской федерации» в действующей редакции, Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р), Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». Письма Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Устава и нормативных локальных актов МБОУ г. Астрахани "СОШ№29".

Занятие по хореографии "Танцуем вальс" представляет образовательный курс по изучению вальса в выпускных классах. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, но и развивают образное мышление и фантазию. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слушать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Данная программа художественной направленности, она направлена на:

* развитие мотивации личности ребенка к познанию и творчеству;
* обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
* создание условий для социализации и адаптации обучающихся к жизни в обществе;
* формирование общей культуры обучающихся.

Программа ориентирована на развитие личности, ориентирована на творческое и эмоциональное развитие ребѐнка, на развитие коммуникативной сферы личности ребѐнка, содействие его социализации, выявление и развитие задатков и творческих способностей школьников.

Актуальность и новизна данного образовательного курса заключается в том, что у современных школьников ярко выражен интерес к танцевальному искусству, и мы, взрослые, должны сделать всѐ, чтобы приобщить детей к творческой деятельности. Данная программа актуальна еще и в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. В классах, где проходит курс изучения вальса традиционно в конце учебного года проводятся праздничные мероприятия "Последний звонок" и "Выпускной бал", венцом которых является исполнение прощального вальса.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребѐнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актѐрском мастерстве.

Данная программа имеет «стартовый уровень» сложности: предусматривает начальное систематическое и последовательное обучение общехореографической подготовке, и основам классического и бального танцев.

Программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение танцевальных элементов, исполнение бального танца — вальса и воспитание способности к танцевально- музыкальной импровизации.

В программу по хореографии «Танцуем вальс» включены упражнения и движения бального танца, доступный детям, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, рук, ног, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Занятия хореографией расширяют познавательные возможности учащихся в области истории, географии, литературы, музыки, фольклора, физической подготовки.

Продолжительность обучения по программе – 1 год.

Программа рассчитана на 34 часа (1час в неделю)

Программа предназначена для обучающихся 9-11 классов (14-17 лет), проявляющих интерес к танцевальному искусству, и не имеющих медицинских противопоказаний.

1 группа – 9 классы (15 лет); 2 группа – 11 класс (17 лет)

Зачисление обучающихся в объединение происходит на добровольной основе, на основании заявления родителя (законного представителя) или заявления обучающего по исполнению ему 14 лет.

Состав группы - постоянный

Количество детей в группе – 1гр. 15 человек, 2гр. 20 человек.

Календарный учебный график составляется с учетом общего срока усвоения дополнительных общеразвивающих программ; требований к оптимальной учебной, внеучебной нагрузке обучающихся; режиму учебных занятий; продолжительности учебного года и каникул.

Календарный учебный график составлен на основании Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», п. 8.1. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14), Устава МБОУ г. Астрахани "СОШ№29".

*Продолжительность учебного года:*

Начало занятий – 28 марта 2022. Продолжительность учебной недели – 5

дней.

Окончание учебного года – 25 мая 2022г.

Продолжительность учебного года – 34 недели, в каникулярное время занятий по

дополнительным общеразвивающим программам-нет.

*Количество учебных групп по годам обучения и направлениям деятельности:*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Направления деятельности | Количество программ | Количество групп | Количество детей | Срок обучения |
| 1 | художественная | 1 | 2 | 35 | 2 месяца |

Количество учебных часов на одну группу составляет для обучающихся

– 1 раз в неделю по 1 часу.

Продолжительность занятия – определяется общеразвивающей программой педагога, а также требованиями СанПиН: 30-45 минут, перерыв между

занятиями 15 минут.

*Организация аттестации обучающихся*

Способы определения результативности и формы подведения итогов реализации дополнительных общеразвивающих программ детей имеют безотметочный вариант. Текущий контроль успеваемости обучающихся в учреждении осуществляется педагогом по каждой изученной теме или занятию. Форму текущего контроля определяет педагог с учетом контингента обучающихся, уровня обученности детей, содержания учебного материала, используемых им образовательных технологий.

Промежуточная и итоговая аттестация по дополнительным общеразвивающим программам в образовательном учреждении не предусматривается.

## Образовательная цель программы:

Формирование целостной духовно-нравственной, гармонично развитой личности, приобщенной к различным 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 творческое самоопределение ребѐнка.

## Обучающие:

* ознакомление с основными движениями танца;
* дать представление о танцевальном образе;
* дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку,выявить их склонности и способности.

## Развивающие:

* способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребѐнка;
* 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.

В содержании общеобразовательной программы не предусмотрена реализация отдельных учебных предметов (модулей).

Основная задача первого года обучения – последовательное, целенаправленное приобретение учащимися комплекса специальных навыков:

* полноценное ощущение себя в пространстве;
* развитие осанки, освоение позиций рук, ног, положений корпуса и головы;
* развитие выносливости и умения владеть различными группами мышц - как вместе, так и поочередно;
* развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработки устойчивости.

Особенно важен начальный этап обучения, когда закладываются основы хореографических навыков – правильная постановка корпуса, ног, рук, головы; развитие гибкости корпуса, укрепления физической выносливости; освоение позиций рук, элементарных навыков координации движений; развития музыкальности, умения связывать движения с ритмом и темпом музыки.

На первом году обучения преподаватель занимается выработкой навыков правильности и чистоты исполнения, точной согласованности движений, развития выворотности, воспитания силы и выносливости, освоения простейших танцевальных элементов, развития артистичности. Применение разнообразных физических упражнений способствует укреплению мышечного тонуса, развитию гибкости, силы ног, спины и пресса. В данный период обучения необходимо чаще чередовать упражнения различного характера и интенсивности, используя в работе приемы показа и сравнения.

Работа в творческом объединении состоит из теоретических и практических занятий. Основной формой содержания теоретических занятий являются беседы и рассказы о методах выполнения той или иной работы. На практических занятиях дети учатся получать навыки выполнения танцевальных элементов.

Форма образовательной работы - музыкально-танцевальные тренировочные групповые занятия. Наряду с групповой формой работы осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к обучающимся. В связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении учебного материала может быть различной. Дифференцированный подход поддерживает мотивацию к предмету и способствует творческому росту обучающихся.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, овладение танцевальными элементами и движениями. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей.

В организации учебно-воспитательного процесса используются следующие

* методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышению интереса к изучаемым видам вальса. К этим методам относятся: показ упражнений и движений.

В результате реализации программы хореография "Танцуем вальс" обучающиеся освоят:

* основы техники безопасности на занятиях и концертной площадке,
* культуру поведения и общения,
* историю развития танца,
* специальную лексику,
* принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств.

Литература

1. Барышникова Т. "Азбука хореографии" - Москва, "Айрис-Пресс" 1999г.
2. Богданов Г. "Хореографическое образование" М-2001.
3. Богомолова Л.В. "Основы танцевальной культуры/программа экспериментального курса - Москва - Новая школа 1993.
4. Боттмер П. Урок танца Москва "Эксмо-Пресс" 2003.
5. Ваганова А.Л. "Основы класс. танца". С-Петербург. Москва. Краснодар. 2003г.
6. Кари П.О. "О балете" М. 1967.
7. Костровицкая В., Писарев Л. "Школа классического танца". Л. 1968г.
8. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. М. 1981г.
9. Танцы и ритмика в начальной школе/методическое пособие. Москва 1995г.
10. Ткаченко Т.Т. "Народный танец. Москва 2002г.
11. Федорова Г. "Танцы для развития детей". М. 2000г.
    1. Специальный класс
    2. Актовый и спортивный залы
    3. Музыкальный центр
    4. Обеспеченность аудио-кассетами и дисками в формате CD

Календарно-тематичсекое планирование.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **-** |  | **-** |
| Введение |  | 1) Инструктаж по технике безопасности | 1 |
| 2) Начальная диагностика |  |
| Основы музыкальной грамоты |  | 1) Музыка - ритмическая и эмоциональная основа танца | 1 |
| 2) Связь музыки и моторных реакций человеческого тела | 1 |
| 3) Музыкальный звук и его основные свойства: высота, сила, тембр и  длительность | 1 |
| 4) Понятие о метре (музыкальном размере). Двух, трѐх и  четырѐхдольные метры - основные музыкальные размеры танцевальной музыки. | 1 |
| 5) Длительности: 1/2, 1/4, 1/8, 1/16 | 1 |
| 6) Сильные и слабые доли | 1 |
| 7) Темп, ритм, ритмический рисунок | 1 |
| 8) Музыкально-ритмические игры | 1 |
| 9) Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и  темпа музыки. | 1 |
| 10) Музыкальная тема и художественный образ | 1 |
| Основы  Бального танца |  | 1) Позиции рук в вальсе | 1 |
| 2) Позиции ног в вальсе | 1 |
| 3) Поклоны (женский, мужской) | 1 |
| 4) Раскрытие рук | 1 |
| 5) Постановка корпуса | 1 |
| Вальс - "король" танцев  70,5час. |  | 1) История возникновения вальса | 1 |
| 2) "Фигурный вальс" движение балансе в сторону (вправо-влево) | 1 |
| 3) "Фигурный вальс" - движение балансе вперѐд-назад | 1 |
| 4) "Фигурный вальс" тур вальса вправо первая половина, вторая  половина, полный поворот | 1 |
| 5) "Фигурный вальс" шаг-глиссад | 1 |
| 6) "Фигурный вальс" переход партнѐров | 1 |
| 7) "Фигурный вальс" движение "вальсовая дорожка" | 1 |
| 8) "Фигурный вальс" вальсовый поворот в паре | 1 |
| 9) Конкурс на лучшую композицию | 1 |
| 10) "Медленный вальс" постановка корпуса, головы, ног и рук | 1 |
| 11) "Медленный вальс" Техника шага вперѐд | 1 |
| 12) "Медленный вальс" техника шага назад | 1 |
| 13) "Медленный вальс" шаги вперѐд-назад в паре | 1 |
| 14) "Медленный вальс" "Вальсовый квадрат" (индивидуальное  исполнение) | 1 |
| 15) "Медленный вальс" "Вальсовый квадрат" в паре | 1 |
| 16) "Медленный вальс" Боковая дорожка | 1 |
| 17) "Медленный вальс" правый поворот на 360º | 1 |
| 18) "Медленный вальс" композиция из выученных элементов  Итого: | 1  34 |

Работа в творческом объединении состоит из теоретических и практических занятий. Основной формой содержания теоретических занятий являются беседы и рассказы о методах выполнения той или иной работы. На практических занятиях дети учатся получать навыки выполнения танцевальных элементов.

Форма образовательной работы - музыкально-танцевальные тренировочные групповые занятия. Наряду с групповой формой работы осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к обучающимся. В связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении учебного материала может быть различной. Дифференцированный подход поддерживает мотивацию к предмету и способствует творческому росту обучающихся.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, овладение танцевальными элементами и движениями. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей.

В организации учебно-воспитательного процесса используются следующие

* методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышению интереса к изучаемым видам вальса. К этим методам относятся: показ упражнений и движений.

В результате реализации программы хореография "Танцуем вальс" обучающиеся

* основы техники безопасности на занятиях и концертной площадке,
* культуру поведения и общения,
* историю развития русского танца,
* специальную лексику.

# 

1. Барышникова Т. "Азбука хореографии" - Москва, "Айрис-Пресс" 1999г.
2. Богданов Г. "Хореографическое образование" М-2001.
3. Богомолова Л.В. "Основы танцевальной культуры/программа экспериментального курса - Москва - Новая школа 1993.
4. Боттмер П. Урок танца Москва "Эксмо-Пресс" 2003.
5. Ваганова А.Л. "Основы класс. танца". С-Петербург. Москва. Краснодар. 2003г.
6. Кари П.О. "О балете" М. 1967.
7. Костровицкая В., Писарев Л. "Школа классического танца". Л. 1968г.
8. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. М. 1981г.
9. Танцы и ритмика в начальной школе/методическое пособие. Москва 1995г.
10. Ткаченко Т.Т. "Народный танец. Москва 2002г.
11. Федорова Г. "Танцы для развития детей". М. 2000г.
    1. Специальный класс
    2. Актовый и спортивный залы
    3. Музыкальный центр
    4. Обеспеченность аудио-кассетами и дисками в формате CD