

Муниципальное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа
д. Иваново-Самарское Малоपुरгинского района Удмуртской Республике

Рассмотрено
На заседании педсовета
Протокол № 1
От «30» августа 2024 г.

Утверждаю
Директор МОУ ООШ
д. Иваново-Самарское

Л.А. Байбекова
Приказ № 136 от 30.08.2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Танцевальный блюз»

Возраст детей 12-14 лет
Срок реализации 1 год

Составитель: Соловьёва Ольга Филипповна,
учитель музыки
МОУ ООШ д. Иваново-Самарское

д. Иваново-Самарское

Пояснительная записка

Актуальность программы

Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся. Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Ритмика и танец способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Программа разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых актов:

- Федеральным законом РФ от 29 декабря 2012 г. № 273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом РФ от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных»;
- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 « Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказом Министерства Просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Уставом муниципального общеобразовательного учреждения основной общеобразовательной школы д. Иваново–Самарское;
- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ ООШ д. Иваново-Самарское;
- Локальными актами МОУ ООШ д. Иваново-Самарское.

Отличительные особенности программы

Существует ряд особенностей работы хореографа с детьми старших классов:

- нагрузка дается постепенно и распределяется равномерно на протяжении занятия (в дальнейшем преподаватель усложняет какие – либо элементы, если видит, что дети освоили данное упражнение);
- постоянная смена рисунка занятия для концентрации внимания детей;
- для того чтобы достичь синхронности движений, необходимой для исполнения, важно сформировать у ребят навык владения ритмическим рисунком танца;
- важно научить ребят помогать друг другу во время занятия, так как в этом заключается помощь, как учителю, так и остальным ребятам.

В процессе занятий по программе сочетаются групповая и индивидуальная формы организации работы. Знания, умения и навыки, приобретенные на занятиях кружка, ученики применяют при изучении истории, музыки, физической культуры и во всех случаях внеклассной и внешкольной жизни. Результаты этой деятельности представляются на школьных, поселенческих, муниципальных мероприятиях, на сайте школы. Программа кружка «Танцевальный блюз» реализуется в рамках деятельности МОУ ООШ д. Иваново-Самарское.

Направленность программы - художественная.

Адресат программы – обучающиеся в возрасте 12-14 лет, общее количество в группе до 15 человек

Сроки реализации программы: программа рассчитана на 1 год обучения – 34 ч. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность занятия 40 минут.

Цели и задачи

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Основные задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Учебный план

№	Название раздела	Количество часов:			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	5	2	3	
2.	Ритмико-гимнастические упражнения	7	3	4	Результат практикума
3.	Игры под музыку	10	2	8	
4.	Танцевальные упражнения	12	5	7	Результат практикума
	ИТОГО:	34	11	23	

Примечание. Для теоретической части программы не выделяются отдельные занятия. Хореографические и другие термины объясняются детям в процессе практических занятий.

Содержание разделов программы

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности. На каждом занятии осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач учитель может отводить на каждый раздел, различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве. Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В

раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки. Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения.

1. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

2. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

3. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

4. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения

Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения арами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

На основе разученных движений преподаватель выстраивает 4-5 коротких композиций, из которых, с добавлением переходов и перестроений, и формируется концертный номер.

Этапы реализации программы:

1 этап: знакомство с хореографическими терминами, простейшими движениями, основными позициями рук и ног; обучение упражнениям для всех групп мышц (разминка), а также комплексам, вырабатывающим плавность движений; работа с образами;

2 этап: разучивание танцевальных движений;

3 этап: составление и разучивание танцевальных композиций;

4 этап: подготовка концертных номеров.

Ожидаемые результаты

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

Регулятивные

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении.
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

Познавательные

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Коммуникативные

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Предметные результаты:

- знание основных хореографических терминов, различных танцевальных шагов, рисунков движений;
- умение выполнять элементы классического, народного и бального танцев;
- владение навыками простых перестроений;
- умение ориентироваться в сложных перестроениях;
- исполнение простых и усложненных танцевальных композиций;
- умение переключать внимание с одной задачи на другую.

Прогнозируемые результаты

К концу обучения у обучающихся формируется стойкий интерес к танцевальному искусству. Дети овладевают выразительным языком жестов, основами актёрского мастерства, навыками профессионального исполнения танцевальных движений. Хорошей проверкой результативности обучения является самостоятельное исполнение детьми танцевальных номеров без помощи педагога.

Обучающийся будет знать:

- правила поведения в хореографическом классе и на сцене;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- названия отдельных танцевальных элементов.

Воспитанник будет уметь:

- легко ориентироваться в пространстве, свободно перестраиваться из линии в колонны, из колонны в круг и т.д.;
- правильно распределять свои силы и дыхание во время разминки, овладеют основными приемами, позволяющими полностью разогреть мышцы тела, для подготовки к основной части занятия;
- добиться хорошей выворотности, осанки, развить мышцы спины, сделать ее гибкой; с учетом индивидуальных особенностей и природных данных каждого ребенка;
- самостоятельно исполнять танцевальные композиции (синхронно, эмоционально и т.д.);
- не бояться выступлений на большой сцене перед зрителями.

Условия реализации программы

Реализация программы предполагает наличие учебного кабинета – актовый зал.

Средства обучения

Материально-техническое обеспечение программы

- наличие достаточно большого помещения для практических занятий по хореографии;
- наличие аппаратуры для обеспечения звуковых и световых эффектов;
- фотокамера для съемки танцевальных номеров;
- наличие костюмов для выступлений.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования

Информационное обеспечение: аудио-, видео-, интернет источники, презентации, необходимые для проведения занятий и различных тематических мероприятий

Методическое обеспечение программы

В процессе групповых практических занятий педагог использует такие методические приемы, как воспроизведение движений по образцу, их разучивание, закрепление и повторение двигательных навыков. Все эти приемы тесно связаны с формированием музыкального слуха и развитием воображения.

Первоначальное знакомство с музыкой у детей происходит после «прослушивания» и подсчета ритма, затем шагами под музыку, а после танцевальными элементами. В этом случае овладение ритмом происходит в процессе регулярных занятий при помощи наглядных примеров (повторение за преподавателем и другими детьми, уже овладевшими счетом). Навык слаженного исполнения танца формируется путем регулярных упражнений, синхронности движений в танце. Ученики, которые пока не очень хорошо слышат музыку, учатся концентрировать внимание и ориентироваться во время танца на тех ребятах, у которых лучше получается.

Важное место в методике обучения хореографии детей занимает экспрессивная демонстрация преподавателем танцевальных движений. Личный пример взрослого остается одним из сильнейших способов воздействия на детей, побуждая их не только к старательному повторению, но и к творчеству, к самосовершенствованию.

Работа над образом включает в себя элементы актерского мастерства. На занятиях учащиеся получают от педагога задание: выразить ту или иную эмоцию, изобразить какое-либо действие (обида, негодование, разочарование, радость; болеем за спортивную команду, забиваем гол, мы услышали пение птиц и т.д.). Каждое такое выступление оценивается, вносятся поправки. При необходимости преподаватель лично демонстрирует ребятам то, что хотел бы увидеть, побуждая детей к творчеству. Для того чтобы достичь синхронности движений, необходимой для сценического выступления, педагог обучает учащихся навыку владения ритмическим рисунком танца. Совмещение музыкального счета с танцевальными движениями происходит без музыкального сопровождения и делится на два этапа. Первоначально преподаватель медленно исполняет танец вместе с ребятами, наглядно отсчитывая ритм (движениями руки, хлопками). Затем темп постепенно возрастает до необходимого. Педагог дает детям возможность привыкнуть к последовательности движений и совмещенному с ними счету, после чего дети начинают самостоятельно исполнять танец под фонограмму уже без помощи взрослого.

Каждое занятие состоит из следующих частей:

- разминка;
- отдых в игровой форме
- показ и разучивание новых танцевальных элементов (этюдов).

Теория излагается по ходу практических занятий во избежание нервных перегрузок детей.

Результатом занятий становится составление танцевальных композиций и самостоятельное исполнение танца учащимися. В период подготовки концертного номера, помимо групповых, проводятся также репетиционные занятия с обучающимися.

Для того чтобы развивать и поддерживать интерес детей к искусству, необходимо рассказывать им про историю возникновения танца, организовывать посещение конкурсов и концертов, среди сверстников других творческих коллективов, где были бы представлены различные направления танца.

Способы определения результативности реализации программы

Контроль уровня освоения материала учащимися осуществляется по результатам выполнения практических заданий на каждом занятии. Критерии оценки результативности определяются на основании содержания программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

Диагностика

Диагностика проводится в форме открытых занятий, тестирования (приложение 1) и наблюдений педагога. Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка. Критериями оценки усвоения программы являются следующие: восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать); элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок, строение музыкального произведения); развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, выворотность, шаг, стопа, баллон, апломб, вестибулярный аппарат); знание элементарных танцевальных понятий; степень усвоения танцевального репертуара.

Приложение 1.

Тест по хореографии

1. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:
 - а) станок;
 - б) палка;
 - в) обруч.
2. Обувь балерины?
 - а) балетки;
 - б) джазовки;
 - в) пуанты.
3. Как с французского языка переводится слово *demi plie*?
 - а) полуприседание;
 - б) приседание;
 - в) полное приседание.
4. Международный день танца?
 - а) 30 декабря;
 - б) 29 апреля;
 - в) 28 мая.
5. Автор балета «Лебединое озеро»:
 - а) Чайковский П.И.;
 - б) Петипа М. И.;
 - в) Прокофьев С..
6. Сколько точек направления в танцевальном классе?
 - а) 7;
 - б) 6;
 - в) 8.
7. Краковяк:
 - а) польский народный танец;
 - б) украинский народный танец;
 - в) белорусский народный танец.
8. Что означает *en face*?
 - а) спиной к зрителям;
 - б) лицом к зрителям;
9. Первая позиция ног:
 - а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны;
 - б) стопы расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены разные стороны;
 - в) стопы вместе.

10. Подготовительное движение для исполнения упражнений:

- а) реверанс;
- б) поклон;
- в) preparation.

11. Что такое партерная гимнастика?

- а) гимнастика на полу;
- б) гимнастика у станка;
- в) гимнастика на улице.

12. Сколько позиций рук в классическом танце?

- а) 2;
- б) 4;
- в) 3.

Ответы на вопросы:

1. - а; 2. - в; 3. - а; 4- б; 5.- а; 6. - в; 7. - а; 8. - б; 9. - а; 10.- в; 11.- а; 12.- б

Календарный учебный график

Сентябрь	05.09	12.09	19.09	26.09	
Октябрь	03.10	10.10	17.10	24.10	31.10
Ноябрь	07.11	14.11	21.11	28.11	
Декабрь	05.12	12.12	19.12	26.12	
Январь	16.01	23.01	30.01		
Февраль	06.02	13.02	20.02	27.02	
Март	06.03	13.03	20.03	27.03	
Апрель	03.04	10.04	17.04	24.04	
Май	15.05	22.05			

Программа воспитания, календарный план воспитательной работы

Цель: личностное развитие учащихся средствами духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Направление 1. Формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление и поддержка талантливых учащихся

Задачи:

- создание условий для развития творческих способностей учащихся;
- оказание поддержки и сопровождение одаренных детей.

<i>Сроки</i>	<i>Мероприятие</i>
Сентябрь - май	Участие в школьных, районных, республиканских, всероссийских конкурсах в области ритмики и хореографии, согласно Положениям о конкурсах
Октябрь	Танцевальные номера ко Дню пожилых
Ноябрь	Флешбom, приуроченный ко Дню Государственности УР
Декабрь	Участие в школьном новогоднем сценарии, участие в республиканском конкурсе хореографического искусства «Танцующая планета»
Январь	Участие в районном конкурсе «Хрустальный башмачок»
Февраль	Участие в районном конкурсе фольклорных коллективов
Март	Участие в концертной программе, посвященный к 8 марта
Апрель	Подготовка к 9 мая
Май	Участие на митинге

Направление 2. Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры учащихся

Задача: становление и развитие высоконравственного, ответственного, инициативного и социально компетентного гражданина и патриота.

<i>Сроки</i>	<i>Мероприятие</i>
СЕНТЯБРЬ	Участие в акции «Капля жизни»
ОКТАБРЬ	Профилактические беседы с детьми «О вредных привычках »
НОЯБРЬ	- Викторина «Родина Чайковского» ко Дню Государственности Удмуртии
ДЕКАБРЬ	- Встреча с руководителем народного ансамбля «Ялыке».
ЯНВАРЬ	Беседа «Танцевальные коллективы Удмуртии»
ФЕВРАЛЬ	Беседа знакомство с Ансамблем песни и пляски Российской армии имени А. В. Александрова

МАРТ	Просмотр презентации ансамбля «Италмас»
АПРЕЛЬ	Просмотр презентации ансамбля «Айкай»
МАЙ	«Артисты на фронте» - просмотр видеоролика и беседа

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы

Задачи: укрепление физического, нравственно-психического здоровья учащихся, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

<i>Сроки</i>	<i>Мероприятие</i>
СЕНТЯБРЬ	- Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.
ОКТАБРЬ	- Беседа «Правильное питание»
НОЯБРЬ	- Беседа по видеоролику «Опасный лед»
ДЕКАБРЬ	- Беседа «Новогодние петарды, фейерверки, бенгальские огни – безопасность при использовании»
ЯНВАРЬ	- Просмотр и обсуждение видеоролика о профилактике простудных заболеваний
ФЕВРАЛЬ	Беседа о безопасности на водоемах «Тонкий лед»
МАРТ	Беседа «Солнце, воздух и вода...»
АПРЕЛЬ	Беседа «ПДД»
МАЙ	Беседа «Безопасное лето»

Список литературы

1. Базарова М. П., Мей В. «Азбука классического танца», Искусство, 1983 г.
2. А. Мессерер «Уроки классического танца», Искусство, 1887 г.
3. Воронина И.А. «Историко – бытовой танец», Искусство, 1980 г.
4. Руднева С., Фиш Э. «Ритмика», Просвещение, 1972 г.
5. И. В. Белотелова и др. «Инновационные технологии в дополнительном образовании», 2007 г.
6. Дельфин Годар «История одной девочки», «Большая книга о балете», Аванта, 2016 г.
7. Карп П. «Младшая муза», Детская литература, 1986 г.

Интернет – ресурсы:

<https://youtu.be/auLunjV-jHY>;

<https://youtu.be/CPfqy8UQEmA>;

<https://youtu.be/ZS76XpUKsaw>;

<https://youtu.be/1aGm0dzyKll>.