



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5**

Принята на заседании
педагогического совета
от «23» мая 2024 г.
Протокол № 5



УТВЕРЖДАЮ
Директор MAOU СОШ №5
А.В.Коровин
«23» мая 2024 года

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
физкультурно-спортивной направленности
«Ритмика и танец»**

Возраст обучающихся: 10-13 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Замятина Татьяна Васильевна

Калининград
2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец» имеет физкультурно-спортивную направленность и призвана обеспечить освоение учащимися базовых основ ритмики и танца, а также приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Раскрытие ведущих идей программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Программа рассчитана на обучение детей основам ритмики и танца, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение танцевальных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Ключевые понятия:

Хореография - культура движений, искусство красиво преподнести себя в танце.

Танец – ритмичное движение тела, которое производится, как правило, под музыку в пределах ограниченного пространства, с целью выражения идеи.

Игра - многогранное понятие. Она означает занятия, отдых, развлечение, забаву, потеху, утеху, соревнование, упражнение, тренинг, в процессе которых воспитательные требования взрослых к детям становятся их требованиями к самим себе, значит, активным средством воспитания и самовоспитания.

Общение – это процесс обмена информацией и взаимодействия между людьми, основанный на восприятии и понимании друг друга.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы –стартовый.

Актуальность образовательной программы

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Программа реализуется через практические и теоретические занятия. Она рассчитана на постановку и исполнение концертных номеров, приобретение профессиональных навыков и путей совершенствования, воспитывает в детях

чувство любви и уважения к народному или современному танцевальному творчеству и к запечатлённым в танце народным традициям.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана и реализуется с целью привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности школьника посредством хореографического искусства. Раскрыть возможности для развития личности ребёнка. Чем раньше ребёнок войдёт в «большой мир искусства», тем быстрее он научится отличать добро от зла, красоту от безобразия, истинное от ложного и, главное, обогатит свой духовный мир.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность. Также педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Практическая значимость образовательной программы

Практическая значимость программы заключается в обобщении методического материала на основе личного опыта работы с детьми при постановке различных танцевальных композиций: этюдов, танцевальных зарисовок, танцевальных миниатюр, которые могут быть использованы, педагогом дополнительного образования. В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков. Используется программа О. Усовой «Театр танца – развитие личности ребенка средствами хореографии». Учебно-методическое пособие «Лечебно-профилактический танец.» Ж. Фирилевой, Е. Сайкиной. Учебно-методическое пособие, Базарова Н. «Азбука классического танца,» Г. Настюков «Народный танец на самодеятельной сцене»

Принципы отбора содержания образовательной программы

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;

- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Программа рассчитана на обучение детей основам хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение танцевальных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

Цель образовательной программы:

изучить основы классического, народного и эстрадного танца, способствовать развитию творческих начал и духовной культуры личности посредством хореографического искусства.

Задачи образовательной программы:

Образовательные:

- научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

- познакомить с разными жанрами хореографического искусства: классический танец, сценический танец, современный танец;

- овладеть знаниями, умениями, навыками танцевального искусства.

Развивающие:

- развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;

- развивать музыкальные способности детей;

- распознать в ребёнке потенциальные возможности и помочь ему в их развитии;

- развивать творческие, индивидуальные способности духовного мира ребёнка.

Воспитательные:

- воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре.

- воспитать культурно-образовательную личность.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 10-13 лет.

Младший школьный возраст совпадает с периодом обучения ребенка в начальной школе. Этот период характеризуется дальнейшим физически и психофизиологическим развитием ребенка, обеспечивающим ему систематическое обучение в школе.

Психология младшего школьного возраста формируется под влиянием обучения. В итоге у детей развивается взаимосвязь обучения и развития; эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – ученики 4-7 классов, группа формируется из числа учащихся образовательной организации, реализующей программу.

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, формы работы с детьми.

Программа реализуется в рамках дополнительных курсов и является бесплатной для обучающихся.

Формы обучения по образовательной программе

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут. Недельная нагрузка на одну группу – 2 часа. Занятия проводятся – 2 раза в неделю по одному часу.

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 1 год.

На полное освоение программы требуется 72 часа.

Основные методы обучения

Основное обучение программы – это органичное единство развитых природных сил, способностей восприятия, эмоционального переживания, воображения, мышления и художественно-эстетического образования. Главное – создание творческой увлеченности искусством, впечатления, развитие способностей, а также четкое соблюдение техники безопасности, режима труда и отдыха.

Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

В программе выделено: заинтересовать, увлечь, помочь детям реализовать их богатые потенциальные творческие возможности посредством искусства и культуры (хореография, пластика, музыка, история, литература).

Все занятия тесно взаимосвязаны, дополняют друг друга. Знания, умения и навыки приобретаются детьми на занятиях хореографией, находят широкое применение на других занятиях (межпредметные связи с музыкой,

литературой, историей и др.). Умение красиво двигаться, танцевать, понимать и чувствовать музыку одновременно формирует и развивает эстетический вкус и идеал. Создание эстетических ценностей по законам красоты в искусстве и вне него (в быту, труде, поведении, поступках), необходимых во многих профессиях.

Для выполнения поставленных задач в соответствии с методологическими позициями программа преподавания хореографии предусматривает следующие виды занятий:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно-творческое занятие;
- постановочно-композиционное занятие;
- контрольное занятие («контрольная точка» - осмысление, закрепление и применение знаний на практике);
- индивидуальное занятие;
- беседа по истории танца;
- музыкальное занятие (беседа о музыке, игры и т.п.);
- итоговое занятие;
- неформальное занятие (праздничные чаепития, посещение культурных мероприятий, досуг внутри коллектива).

Планируемые результаты

В результате успешного освоения программы ребёнком, планируемые результаты можно представить, как:

Образовательные:

- владеть своим телом, культурой движения, основами классического, народного и детского танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- владеть разными жанрами хореографического искусства: классический танец, сценический танец, современный танец;
- овладеть знаниями, умениями, навыками танцевального искусства.

Развивающие:

- разовьет музыкальные и физические данные, образного мышления, фантазии и памяти, сформирует творческую активность и разовьет интерес к танцевальному искусству;
- разовьет творческие, индивидуальные способности духовного мира ребёнка.

Воспитательные:

- разовьет эстетический вкус, будет проявлять эмоциональную отзывчивость на музыку;
- будет проявлять чувство ответственности и трудолюбие;
- научится взаимодействовать со сверстниками, партнёрами по танцу в процессе творческой деятельности;
- сформирует представление об этикете (поклон в начале и конце занятия).

Механизм оценивания образовательных результатов

Входной контроль осуществляется в начале учебного года и направлен на диагностику начального уровня детей. Для проверки результатов освоения общеобразовательной общеразвивающей программы предполагается промежуточная и итоговая аттестация обучающихся. Цель аттестации – оценка успешности освоения обучающимися разделов программы. Промежуточный контроль осуществляется в течение года и позволяет выявлять уровень освоения разделов и тем общеразвивающей программы. Промежуточная аттестация обучающихся проводится в середине учебного года.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс в конце календарного года проводится

- открытое занятие концерт;
- личные достижения.

Итоговый контроль осуществляется в конце учебного года и направлен на выявление уровня освоения разделов программы за весь срок обучения.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика и танец» физкультурно - спортивной направленности обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
- наличия комфортной развивающей образовательной среды;
- применения современных педагогических технологий.

Материально-технические условия. (обеспечение)

- Класс хореографии -общей площадью не менее 60 кв.м.,
- оснащенный зеркалами
- оборудованном станками
- компьютер,
- музыкальный центр,
- мультимедийное оборудование для изучения теоретического материала;
- сценические костюмы;
- игровой,
- танцевальный реквизит.

Кабинет соответствует санитарным нормам СанПин.

Пространственно-предметная среда (станки, зеркала и др.).

Кадровые

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы.

Оценочные и методические материалы

Методика проведения занятий предусматривает теоретическую подачу материала (словесные методы) с демонстрацией визуального ряда, а также практическую деятельность, являющуюся основой, необходимой для закрепления информации в виде танцевальных композиций и выступление на общешкольных мероприятиях.

Педагогические технологии:

- личностные технологии: заключаются в ориентации на свойства личности, её формирования, развития в соответствии с природными способностями; в нахождении методов и средств обучения и воспитания, соответствующих индивидуальным особенностям каждого обучающегося;

- игровые технологии: реализуются по направлениям: цель ставится в форме игровой задачи; учебная деятельность подчиняется правилам игры; в учебную деятельность вводится элемент соревнования, который приводит дидактическую задачу в игровую; успешное выполнение дидактической задачи связывается с игровым результатом;

- инновационные интерактивные технологии обучения: основываются на психологии человеческих взаимоотношений, рассматриваются как способ усвоения знаний, формирования умений и навыков в процессе взаимодействия преподавателя и обучающегося; опираются на процессы восприятия, памяти, внимания, на творческое мышление, общение; обучающиеся учатся общаться друг с другом, мыслить творчески, решать профессиональные задачи.

Применяются следующие формы контроля:

- входной контроль: беседа, опрос, наблюдение;
- промежуточный контроль – диагностический срез, наблюдение, игровые конкурсы;
- итоговый контроль – отчетные концерты, конкурсы.

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика и танец» физкультурно - спортивной направленности обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
- наличия комфортной развивающей образовательной среды;
- применение современных педагогических технологий.

Методическое обеспечение

Методика работы с учащимися: беседа, рассказ, игра, метод погружения в образ, показ видеоматериалов, используется система развивающего обучения с направленностью на развитие творческих качеств личности.

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают

танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении учебного года. Пройдут инструктаж по технике безопасности.

Тема 2. Азбука музыкального движения.

Включает выполнение простейших танцевальных ходов в соответствии с музыкальным ритмом, перестроение в геометрические (танцевальные) фигуры для свободной ориентировки детей в пространстве.

Тема 3. Теория и история хореографии.

Знакомство с формами художественной деятельности, стили, жанры, структурные построения, язык танца и другие выразительные средства. Изучение процессов развития хореографии, на разных исторических этапах.

Тема 4. Элементы классического танца.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (battementtendu, demipliéи др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой.с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

Тема 5. Партерный экзерсис.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Партерный экзерсис это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Тема 6. Элементы народного танца.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность.

Тема 7. Постановочно- репетиционная работа.

Во время учебного года работа над танцами «Матрешка», «Кошки мышки»

Тема 8. Концертные выступления.

Выступление: на Празднике осени, День учителя, Новогодние утренники, Масленица, Международный женский день, Последний звонок.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Тема	Количество часов		
	теория	практика	всего
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	-	1
Азбука музыкального движения	1	3	4
Теория и история хореографии	2	-	2
Элементы классического танца	2	12	14
Партерный экзерсис.	-	12	12
Элементы народного танца	2	12	14
Постановочно- репетиционная работа	2	16	18
Концертные выступления	1	6	7
ИТОГО	11	61	72

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Ритмика и танец»
1.	Начало учебного года	01 сентября 2024 года
2.	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Количество часов	72 часа
6.	Окончание учебного года	31 мая 2025 года
7.	Период реализации программы	с 01 сентября 2024 года по 31 мая 2025 года

Рабочая программа воспитания

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- гражданско-патриотическое;
- нравственное и духовное воспитание;
- воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- интеллектуальное воспитание;
- здоровьесберегающее воспитание;
- правовое воспитание и культура безопасности;
- воспитание семейных ценностей;
- формирование коммуникативной культуры;

- экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты, общественные акции, семейные гостиные.

Методы: информационно-развивающий, проблемно-поисковый, мини-викторина наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, дискуссионный.

Планируемый результат: повышение мотивации к творчеству, импровизации; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-Май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-Май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-Май
5.	Участие в конкурсах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-Май
6.	Беседа о празднике «День учителя»	Нравственное воспитание, воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Октябрь
7.	Беседа о празднике «День матери в России»	Духовно-нравственное воспитание	В рамках занятий	Ноябрь
8.	Беседа о праздниках «День защитника Отечества», «День Победы»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль, Апрель, Май
9.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март

10.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, Май
-----	--------------------------------	--	------------------	--------------

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022-2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

Для педагога дополнительного образования:

8. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.

9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.

10. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.

11. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.

12. Богданов Г. урок русского народного танца. – М., 1995.

13. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца. – М., 1959.

14. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.

15. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.

16. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.