

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ МОРДОВИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ "РОМОДАНОВСКИЙ РАЙОННЫЙ ДОМ ДЕТСКОГО
ТВОРЧЕСТВА"

РЕКОМЕНДОВАНО
Педагогическим советом
МБУ ДО «Ромодановский ДДТ»
Протокол № 1
от 11 сентября 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ
ДО «Ромодановский ДДТ»

Шолохина Е.П.
от 11 сентября 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная программа
танцевального кружка **«Неноседы»**
Направленность: техническая
Уровень программы: ознакомительный
Возраст обучающихся: 8-9 лет
Срок реализации программы: 1 год (72 часа)

Автор-составитель:
Митяева Гульпара Апваровна,
педагог дополнительного образования

Ромоданово 2020 г

Структура программы

Пояснительная записка программы

Цели и задачи программы

Учебно-тематический план программы

Содержание программы

Календарный учебный график программы

Календарно-тематическое планирование программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы

Оценочные материалы программы

Форма обучения, методы, приемы, формы организации учебного процесса, формы и типы занятий, формы контроля

Материально -техническое обеспечение программы

Список использованной литературы

Приложение 1. Диагностический материал к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа танцевального кружка «Непоседы» составлена на основе методического пособия «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры», - М.: Дрофа, 2003г, автор Г. А. Колодницкий.

Программа предназначена для внеклассной работы с учащимися младшего школьного возраста.

Для детей высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур организма детей. Если эти органы и структуры не проявляют постоянной активности, то процессы их развития тормозятся и как следствие этого возникают разнообразные функциональные и морфологические нарушения.

Повышение двигательной активности полностью сказывается на физическом состоянии учащихся.

Цель программы: развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.

Задачи программы:

- учить учащихся красиво и органично выражать себя в танце, вырабатывать технику исполнения танцевальных движений;
- развивать внимание, воображение, координацию, пластику движений.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает двигательную активность, гибкость и пластичность.

В программу включены следующие разделы: ритмика, элементы классического танца, элементы русского народного танца, элементы бального танца, элементы национального танца, постановочно-репетиционная работа.

Программа разработана для учащихся 2 классов и рассчитана на 72 часа в год, 2 часа в неделю.

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. Программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

Занятия проходят в зале. Для занятий используются: музыкальный центр, аудиокассеты, диски, также тренировочный материал: обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты. В течение года дети участвуют в школьных мероприятиях, конкурсах, праздничных концертах.

Хореография – это прекрасное средство физического, эстетического развития и саморазвития детей.

Описание ценностных ориентиров содержания программы

Ценность патриотизма - любовь к Родине, своему краю, своему народу;

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность социальной солидарности - свобода личная и национальная; уважение и доверие к людям; справедливость, равноправие, милосердие, честь, достоинство;

Ценность гражданственности - долг перед Отечеством, правовое государство, гражданское общество, закон и правопорядок, забота о благосостоянии общества;

Ценность семьи - любовь и верность, забота, помощь и поддержка, равноправие, здоровье, достаток, уважение к родителям, забота о старших и младших, забота о продолжении рода;

Ценность личности - саморазвитие и совершенствование, смысл жизни, внутренняя гармония, самопринятие и самоуважение, достоинство, любовь к жизни и человечеству, мудрость, способность к личностному и нравственному выбору;

Ценность труда и творчества - уважение к труду, творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость, трудолюбие;

Ценность науки - ценность знания, стремление к познанию и истине, научная картина мира;

Ценность искусства и литературы - красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие;

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

Познавательные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя
- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;

- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения

Учебно-тематический план

| № | Название раздела | Количество часов |
|----------|-------------------------------------|-------------------------|
| 1 | Ритмика | 9 |
| 2 | Элементы классического танца | 13 |
| 3 | Элементы русского народного танца | 11 |
| 4 | Элементы бального танца | 13 |
| 5 | Элементы национального танца | 9 |
| 6 | Постановочно – репетиционная работа | 17 |
| | Итого | 72 |

Содержание тем программы

| Раздел | Содержание тем программы |
|---------------------------------------|---|
| 1. Ритмика | <p>1. <u>Ритмические упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на дыхание; - физиологическая разминка по принципу сверху вниз. <p>2. <u>Упражнения на ковриках:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - лежа на животе – поднятие рук и ног одновременно и поочередно, покачивание; - лежа на спине – поднятие ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. <p>3. <u>Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - движения в образах; - пантомима. <p>4. <u>Упражнения на пластику и расслабление:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - пластичные упражнения для рук; - наклоны корпуса в координации с движениями рук; - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. <p>5. <u>Пространственные упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продвижения с прыжками, бег, поскоки; - перестроение из одной фигуры в другую. <p>6. <u>Ритмические комбинации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связки ритмичных движений; - этюды; - танцевальная импровизация. |
| 2.Элементы классического танца | <p>1. <u>Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - плие; - пор-де-бра. <p>2. <u>Упражнения на середине зала:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - приседания и полуприседания; - поднятие стопы на полупальцы; - движение в координации рук и ног по позициям, повороты. <p>3. <u>Прыжки, верчения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на месте по I, II, III позициям ног; |

| | |
|---|--|
| | <p>- верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.</p> <p><u>4.Комбинации движений классического танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - этюды; - координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений; - координация рук и ног в исполнении движений на середине. |
| 3.Элементы русского народного танца | <p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон</u> (усложнение).</p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; - повороты, прыжки. <p>3. <u>Комбинации русского народного танца «Плясовая».</u></p> |
| 4.Элементы бального танца | <p>1. <u>Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон</u> (усложнение).</p> <p>2. <u>Основные элементы бального танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; - свободная композиция (работа в паре); - элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты. <p>3. <u>Комбинации бальных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл»</u> - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.</p> |
| 5.Элементы национального танца | <p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</u></p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения.</u></p> <p>3. <u>Композиции национального танца (татарский танец)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связка отдельных элементов в свободные композиции. |
| 6. Постановочно-репетиционная работа | <p>1. <u>Изучение движений танцевального номера;</u></p> <p>2. <u>Отработка движений танцевального номера;</u></p> <p><u>Соединение движений в комбинации;</u></p> <p><u>Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;</u></p> <p><u>Репетиционная работа.</u></p> |

Календарно-тематический план
Младшее звено

| № урока | Раздел, тема урока | Кол-во часов | Сроки | Изменения |
|----------------|--|---------------------|--------------|------------------|
| | <u>Ритмика</u> | 9 | | |
| 1 | Упражнения на дыхание Физиологическая разминка по принципу сверху вниз | 1 | | |
| 2 | Поднимание рук и ног одновременно и поочередно Поднимание ног, махи ногами | 1 | | |
| 3 | Движения в образах Пантомима | 1 | | |
| 4 | Пластичные упражнения Поочередное расслабление всех мышц тела | 1 | | |
| 5 | Продвижения с прыжками, бег, поскоки Перестроение из одной фигуры в другую | 1 | | |
| 6 | Ритмические движения | 1 | | |
| 7 | Импровизация | 1 | | |
| 8 | Ритмические комбинации: этюды | 1 | | |
| 9 | Связка танцевальных движений | 1 | | |
| | <u>Элементы классического танца</u> | 13 | | |
| 10 | Постановка корпуса, поклон | 1 | | |
| 11 | Позиции рук, ног Приседания | 1 | | |
| 12 | Полуприседания Поднимание стопы на полупальцы | 1 | | |
| 13 | Движение в координации рук и ног по позициям, повороты Прыжки на месте по I, II, III позициям ног | 1 | | |
| 14 | Понятие «Точка» | 1 | | |

| | | | | |
|----|--|-----------|--|--|
| 15 | Верчения на середине зала, в диагонали | 1 | | |
| 16 | Прыжки на месте в координации с движениями рук | 1 | | |
| 17 | Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина) | 1 | | |
| 18 | Движения классического танца | 1 | | |
| 19 | Этюд | 1 | | |
| 20 | Координация движений рук в исполнении прыжков | 1 | | |
| 21 | Координация движений рук в исполнении верчений | 1 | | |
| 22 | Координация рук и ног в исполнении движений на середине | 1 | | |
| | <u>Элементы русского народного танца</u> | 11 | | |
| 23 | Постановка корпуса, поклон Танцевальные шаги – с каблука, боковые | 1 | | |
| 24 | Шаг с притопом, бег Притопы- одинарный, двойной, тройной | 1 | | |
| 25 | Построение в круг. Движения по кругу | 1 | | |
| 26 | «Ковырялочка» «Моталочка» | 1 | | |
| 27 | «Гармошка» | 1 | | |
| 28 | Повороты | 1 | | |
| 29 | Прыжки | 1 | | |
| 30 | Комбинации | 1 | | |
| 31 | Построение в фигуры (рисунок) | 1 | | |
| 32 | Отработка движений танца «Плясовая» | 1 | | |
| 33 | Постановка танца «Плясовая» | 1 | | |
| | <u>Элементы бального танца</u> | 13 | | |
| 34 | Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон | 1 | | |
| 35 | Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка» | 1 | | |

| | | | | |
|----|---|---------------|--|--|
| | Свободная композиция (работа в паре) | | | |
| 36 | Изучение движений танца «Вальс» Отработка движений танца «Вальс» | 1 | | |
| 37 | Соединение движений танца «Вальс» в комбинации Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок | 1 | | |
| 38 | Постановка танца «Вальс» | 1 | | |
| 39 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход Приставные шаги. Прыжки | 1 | | |
| 40 | Повороты Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 1 | | |
| 41 | Приставные шаги. Прыжки | 1 | | |
| 42 | Повороты | 1 | | |
| 43 | Изучение движений танца «Рок-н-ролл» | 1 | | |
| 44 | Отработка движений танца «Рок-н-ролл» | 1 | | |
| 45 | Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации | 1 | | |
| 46 | Постановка танца «Рок-н-ролл» | 1 | | |
| 47 | <u>Элементы национального танца</u> Основные положения ног в татарском танце | 9 1 | | |
| 48 | Постановка корпуса Движения ногами | 1 | | |
| 49 | Шаг с выносом ноги на каблук Повороты | 1 | | |
| 50 | Движения ногами в такт музыки Движения по рисунку танца | 1 | | |
| 51 | Отработка простых элементов танца Отработка сложных элементов танца | 1 | | |
| 52 | Соединение простых движений в сценический рисунок | 1 | | |

| | | | | |
|----|--|----------------|--|--|
| 53 | Соединение сложных движений в сценический рисунок | 1 | | |
| 54 | Разводка комбинаций | 1 | | |
| 55 | Постановка танца «Татарский танец» | 1 | | |
| 56 | Постановочно-репетиционная работа Танцевальный номер «Вальс» | 17 1 | | |
| 57 | Танцевальный номер «Плясовая» | 1 | | |
| 58 | Танцевальный номер «Рок-н-ролл» | 1 | | |
| 59 | Танцевальный номер «Татарский танец» | 1 | | |
| 60 | Простые движения танцевального номера Отработка простых движений | 1 | | |
| 61 | Сложные движения танцевального номера Отработка сложных движений | 1 | | |
| 62 | Соединение простых движений в комбинации Соединений сложных движений в комбинации | 1 | | |
| 63 | Соединение движений в комбинации | 1 | | |
| 64 | Разводка простых комбинаций в сценический рисунок Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок | 1 | | |
| 65 | Повторение элементов изученных танцев | 1 | | |
| 66 | Работа над простыми элементами танцев Работа над сложными элементами танцев | 1 | | |
| 67 | Работа под счет | 1 | | |
| 68 | Работа с музыкальным сопровождением | 1 | | |
| 69 | Рисунок танцев | 1 | | |
| 70 | Движения по рисунку танцев | 1 | | |
| 71 | Отработка движений | 1 | | |
| 72 | Постановка танцев | 1 | | |

Виды и формы контроля ЗУН обучающихся:

- Входной контроль (начальная диагностика) – собеседование, анкетирование;
- Текущий контроль – беседа в форме «вопрос-ответ», беседы с элементами викторины, конкурсные программы, контрольные задания, тестирование;
- Итоговый контроль (итоговая аттестация) – зачетная работа по теме, участие в районных, областных и всероссийских конкурсах, защита творческих проектов.
- Тематический;
- Предварительный;
- Устный;
- Письменный;
- Фронтальный;
- Индивидуальный.

Способы проверки ЗУН обучающихся:

- Начальная диагностика;
- Итоговая аттестация

Формы проведения итогов реализации программы:

- Участие в конкурсах
- Участие в концертах

Материально-техническое оснащение

Для реализации образовательной программы необходимо:

- музыкальная аппаратура, аудио записи;
- видео материалы;
- DVD диски (с аудио и видео материалами);
- DVD диски с обучающими материалами;
- компьютер;
- проектор;
- экран;

- сменная обувь;
- костюмы для выступлений (платья, сарафаны, кофты, юбки, топы).

Список литературы

- 1 Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.
3. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы.– Москва «ВАКО», 2005
4. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // <http://www.kindergenii.ru>
5. Зими́на, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зими́на. М.: Владос, 2000.
6. Каплунова И. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. /И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург «Композитор», 2005.
7. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.
8. Кошмина И.В. Музыкальный букварь.– Москва «ОЛИСС, ДЕЛЬТА», 2005.
9. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 2002.

Дидактическое обеспечение

В процессе работы используются информационно-методические материалы:

- подборка информационной и справочной литературы;
- сценарии школьных и массовых мероприятий, а также игровых занятий, разработанных для досуга обучающихся;
- наглядные пособия (карточки с описанием основных понятий и изображением основных позиций рук, ног; положение рук, ног, корпуса);
- диагностические карты-методики для определения уровня знаний, умений и творческих способностей детей;
- видеоподборка танцевальных номеров по разным направлениям.

