

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 2

ПРИНЯТА на заседании
педагогического совета
МАОУ – СОШ № 2
Протокол №1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА:
Приказом директора
МКОУ-СОШ № 2
№ 10 от 19.01.2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

художественного направления

ВДОХНОВЕНИЕ

Возраст обучающихся 11 – 16 лет

Срок реализации 1год

Иванова Ирина Георгиевна
Педагог дополнительного
образования
высшая квалификационная категория

г. Тавда, 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Всем нам известно, какую огромную роль играет в жизни человека ритм. Ритму подчинена вся наша жизнь: ритм дыхания и сердечной деятельности, ритм суток и времён года, ритм работы и музыки. Движение, подчинённое определённому ритму, - это уже прообраз танца. Нигде более так всеобъемлюще не развиваются тело, душа и воля как в танце. Поэтому танец столь важен и необходим для образования и развития детей. Чем меньше мы работаем физически, тем меньше способны воспринимать сигналы нашего тела и реагировать на них. На уроках хореографии мы имеем возможность научить детей понимать сигналы их тел. Когда осознание ребенком своего тела в дальнейшем приведет к чувству ответственности за него, тогда образование через танец достигнет очень важной цели: оно станет не только элементом культурного или художественного воспитания, но вернет человеку его собственный инструмент - его тело.

Потребность в движении присуща людям, и чем человек моложе, тем эта потребность может удовлетворяться полнее. С годами двигательная активность ребёнка снижается, так как на её удовлетворение остаётся всё меньше и меньше времени. У детей, поступающих в школу, появляются новые заботы: учебный труд в школе и дома, чтение художественной литературы и т.д. Теряются природная лёгкость, грация и выразительность движений. Стесняясь своей неловкости, растущий человек становится в движении «косноязычным». Неправильная организация в этот период режима дня и недостаточное внимание к физическому воспитанию школьника могут неблагоприятно отразиться на его здоровье и физическом развитии, а двигательная «косноязычность» развивает различные психологические комплексы. Потому перед школой встаёт очень важная задача: предотвратить возможные отрицательные последствия гиподинамии за счёт правильной организации физического воспитания детей, в котором существенную роль могут сыграть уроки хореографии.

Хореография - искусство синтетическое, в ней музыка оживает в движении, приобретает осязательную форму, а движения как бы становятся слышимыми. Живописность и графичность поз и положений танцоров, красочность костюма роднят её с живописью и скульптурой. Актёрское мастерство танцовщиков превращает танец в театральное действие. Всё это позволяет использовать хореографию как средство эстетического воспитания широкого профиля. Специфика хореографии определяется её разносторонним воздействием на человека. В занятиях хореографией особое внимание уделяется не только развитию ритмической, но и эмоционально-действенной связи музыки и танца. Музыка - это искусство, в котором идеи, чувства и переживания выражаются ритмически и интонационно организованными звуками. В танце идеи, чувства и переживания выражаются тоже ритмически и интонационно средствами организованной пластики движения.

Но кроме развития специфически музыкальных качеств, танец даёт возможность физического развития, что становится особенно важным при существующем положении со здоровьем подрастающего поколения. Уроки музыки, однако, проходят за теми же партами, что и все остальные уроки, в то время как урок хореографии даёт возможность движения, снимает напряжение многочасового неподвижного сидения за партой.

Танец содействует физическому развитию детей, вырабатывает у них правильную осанку, уверенную лёгкую походку, ловкость и изящество движений. Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения хореографии, связана с мобилизацией многих физиологических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов.

Обоснование актуальности программы

Проблемы формирования культуры поведения современного человека чрезвычайно актуальны. Средствами хореографического искусства, в частности историко-бытового танца, можно формировать у детей культуру поведения и общения, прививать навыки вежливости, умения вести себя в обществе, быть подтянутым, элегантным, корректным.

И второе, обратив внимание на то, что многие дети и их родители ведут пассивный образ жизни. Придя в школу, имеют целый набор хронических заболеваний, страдают лишним весом и нарушением осанки. В связи с модернизацией образования, где здоровье ставится на первое место, возникает идея моей программы – оздоровить ребенка путем укрепления мышц позвоночника, т.к. он является стержнем всего организма и стимулятором внутренних органов.

Цель педагогической деятельности:

Создать условия для развития в ребенке природных задатков, творческого потенциала, танцевальных способностей, позволяющих реализоваться в хореографической деятельности.

Для осуществления поставленной цели, необходимо решать следующие

Задачи:

1. Укрепление здоровья (формирование правильной осанки, содействие функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем).

2. Совершенствовать психомоторные способности (развивать мышечную силу, гибкость, координацию движений, выносливость, содействовать развитию чувства ритма).

3. Развивать творческие и созидательные способности детей (формировать навыки выразительности, пластичности, развивать мышление, активность, воображение, чувство взаимопомощи и трудолюбия).

4. Воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству разных народов мира и эпох

5. Принимать участие в культурной жизни школы и города

Модель программы включает в себя:

Раздел «Азбука хореографии»

Общие теоретические и практические понятия.

В течение всего курса учащиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног;
- позиции рук;
- позиции в паре;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов
- постановка корпуса
- положение головы
- положения корпуса
- понятие опорная и работающая нога,

танцевальные движения - содержащие элементы экзерсиса классического, народного, бального танца. Включенные в раздел упражнения экзерсиса способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки, учат правильной постановке корпуса, выработки координации движений, учат правильно дышать при исполнении упражнений и танцев.

Раздел «Историко-бытовой танец» изучает развитие танцев в композициях. Задача предмета осмысление хореографического текста разных эпох, изучение быта, костюмов, общественной характеристики эпохи. Обучение историко-бытовому танцу носит значимую воспитательную функцию. Им можно заниматься без отбора по физическим данным. Формируется интерес к танцам, как потребность воспитания красоты и грациозности

фигуры, как условие комфортного самочувствия в обществе. Историко-бытовой танец стимулирует воспитание общественного поведения, разрушает барьер между полами.

Раздел «Репетиционно-постановочная работа – танцевальный репертуар» - включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу над ошибками.

Постановку хореографических композиций и танцевальных номеров. Работу на сцене, выступления.

Характеристика предполагаемых результатов и критерии оценок

К числу важнейших элементов работы по программе относится отслеживание результатов работы. Способы и методики определения результативности образовательного и воспитательного процессов разнообразны и направлены на определение степени развития творческих способностей каждого ребенка.

На протяжении учебного процесса проводятся **следующие формы контроля** :

-Зачетное занятие, которое показывает, как усвоил ребенок данный материал, Если, что-то не получается, то можно провести с ним индивидуальное занятие.

-самоконтроль и оценивание исполнения детьми, после педагогом

(для объективного оценивания техничности исполнения).

-коллективный анализ проделанной работы, в виде обсуждения и просмотра видео съемки.

Главной формой подведения итогов обучения является участие детей в культурных мероприятиях школы и города, востребованность в наших танцевальных номерах.

Требования, предъявляемые к занимающимся

Учащиеся должны знать и уметь:

- иметь навык сохранения правильной осанки во время исполнения любого движения;

- уметь координировать работу головы, корпуса, рук и ног;

- увеличить гибкость позвоночника, подвижность суставов, эластичность связок и мышц;

- значительно улучшить темпо-силовые показатели;

- освоить основы правильного дыхания при движении;

- освоить хореографическую нумерацию точек класса, знать основные направления движения, уметь использовать пространство класса относительно зрителя;

- сохранять высокий уровень двигательной активности на протяжении всего урока.

На основании критериев музыкально-ритмического (слух, ритм) и эмоционального (пластическая передача характера и настроения музыки, положительное влияние уроков на эмоциональное состояние учащихся) развития мы можем сделать вывод, что учащиеся:

- знают, что любое танцевальное движение исполняется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки;

- умеют распознать и передать движением характер музыки (грустный, весёлый, торжественный и т.д.);

- получают удовольствие от занятий танцем.

-владение техникой основы классического танца;

-применение навыков и умений в концертной деятельности;

-выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;

-контролировать и координировать своё тело;

- сопереживать и чувствовать музыку.

Программа историко-бытового танца и хореографии рассчитана на детей с 11-16 лет , два раза в неделю, по 1 часу.

1. Учебно-тематический план.

№ п/п	Название темы или вид работы	Количество часов
1 год обучения – 5 «а» класс кадеты		
1	Азбука хореографии	8

2	«Полонез»	4
3	«Вальс»	4
4	«Полька»	4
5	«Марш»	4
6	Подготовка к балу	4
7	Танец «Флаг моего государства»	40
Итого		68
1 год обучения- 5 «б» класс мариинки		
1	Азбука хореографии	8
2	Танец «Я рисую этот мир»	40
3	«Полонез»	4
4	«Вальс»	4
5	«Полька»	4
6	«Марш»	4
7	Подготовка к балу	4
Итого		68
2 год обучения-6 «а» класс		
1	Азбука хореографии	8
2	«Полонез»	4
3	«Вальс»	4
4	«Полька»	4
5	«Кадриль»	4
6	Подготовка к балу	4
7	Танец «ВДВ»	40
Итого		68
2 год обучения- 6 «б» класс		
1	Азбука хореографии	8
2	«Полонез»	4
3	«Вальс»	4
4	«Полька»	4
5	«Кадриль»	4
6	танец «Голуби мира»- мариинки	40
7	Подготовка к балу	4
Итого		68
3год обучения-7 «а» класс		
1	Азбука хореографии	4
2	«Фигурный вальс»	8
3	«Менуэт»	4
4	«Кадриль забавная»	4
5	«Полонез»	4
6	Танец «Русская рать»	40
7	Подготовка к балу	4
Итого		68
3 год обучения- 7 «б» класс мариинский		
1	Азбука хореографии	4
2	Вальс-«Паганини»	8
3	Танец «Россия»	40
4	Подготовка к балу	4
5	«Фигурный вальс»	8
6	«Полька тройка»	4

7	«Кадриль»	4
	Итого	68
4 год обучения-8 «а» класс		
1	Азбука хореографии	4
2	вальс «Аве Мария»	16
3	Танец « Я с тобой одной крови»	16
4	Танец «Верните память»	16
5	Танцы к балу	18
	Итого	68
5 год обучения -9 «а» класс		
1	Азбука хореографии	4
2	Танец «Военный вальс»	24
3	Вальс на последний звонок	20
4	Подготовка к балу	20
	Итого	68
5 год обучения - 9 «б» класс		
1	Азбука хореографии	4
2	Танец «Мама»	24
3	Вальс на последний звонок	20
4	Подготовка к балу	20
	Итого	68

Методические условия

При составлении программы тщательно отобран теоретический и практический материал, способствующий реализации задач кружка.

Все темы программы соответствуют дидактическим принципам научности, системности, последовательности, доступности.

Основные принципы построения программы нацелены на формирование творческой личности:

1. «От простого к сложному» с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения, при условии многократного повторения заданий поможет успешному выполнению программы.

2. Опора на положительные эмоции (эмоциональный настрой).

3. Систематичность, постепенность и последовательность (предшествующие подготовительные упражнения, направленные на освоение необходимых двигательных, танцевальных навыков).

4. От музыки к движениям (музыка диктует характер, вид, эмоциональное содержание движений).

5. Принцип индивидуальности каждого ребенка

Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, что способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию, дает возможность самовыражаться танцем, благодаря используемых мною в работе методов обучения – рассказ, объяснение, убеждения, направленных на развитие эстетического восприятия;

метод целостного обучения упражнения или танца в практической деятельности делится на три этапа (начальный - обучение отдельному упражнению, этап углубленного разучивания, этап закрепления); репродуктивный показ;

методы воспитания - побуждения к сопереживанию, формирующий эмоционально-положительное отношение к позитивному, прекрасному в жизни и отрицательное к негативному.

Методы стимулирования активности детей- игровые технологии, объединяющие все разделы музыкально-ритмической деятельности, а также поощрение и похвала, создание ситуации успеха.

Главным экспертом в оценке личности и творческого роста обучающихся является руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность.

Диагностика результатов субъективного опыта ребенка, помогает выявить уровень развития творческих способностей и его физического и психоэмоционального развития.

Проводится мониторинг уровня образованности учащихся, который направлен на исследование и фиксацию хореографических способностей каждого ребенка, динамику его личностного развития.

Результаты отслеживаются путем первичного и итогового контроля. В коллективе принята балловая система отражения уровней развития хореографических способностей детей:

Низкий уровень – 1 балл

Средний уровень -2 балла

Высокий уровень -3 балла

Объектом мониторинга являются хореографические способности:

Физическое развитие

1. Постановка корпуса

2.Сформированность стопы

3.Гибкость позвоночника

4.Выносливость

5.Координация движений

6.Выворотность

7.Растяжка.

Психоэмоциональное развитие

1.Эмоциональность

2.Коммуникабельность

3.Раскрепощенность

4.Уверенность в себе

5.Умение преодолевать трудности

Творческий потенциал

1.Выразительность

2.Артистичность

3.Техничность исполнения

4.Музыкальность

5.Зрительная и мышечная память

Данная диагностика позволяет отметить рост психологического и творческого развития детей, у воспитанников формируется адекватная оценка собственных достижений, появляется стремление к совершенствованию и видению перспективы.

Механизмом роста является «обратная связь» обучающегося и педагога, если ученик передает готовность продолжать заниматься, учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениями, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается.

А поскольку танец творчество коллективное и если коллектив с удовольствием работает и отдыхает, то его деловое и неформальное общение «здоровое». Если зритель стремится посмотреть выступление танцевальной группы «Вдохновение» и новые люди стремятся в коллектив, значит творческий коллектив живет и развивается. Активная концертная деятельность способствует развитию исполнительского мастерства, дает стимул для активных продуктивных занятий.

Условия реализации

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования- 1 кв. категории, хореограф Иванова И.Г.

Материально-техническое обеспечение

Актовый зал с зеркальной стенкой

Обеспеченность учащихся танцевальной формой за счет родителей.

Сценические костюмы, обувь.

Музыкально-технические средства

Видеокассеты и диски с танцами

Литература

- 1.И.Воронина « Историко – бытовой танец» Москва – 1980г.
2. Ж.Е. Фирлева, Е.Т. Сайкина. «Оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике» «Са-Фи – Дансе» стр. 47-49 Москва – 2004 г.
3. Е.В. Горшкова «От жеста к танцу
4. Л.Ярмолович « Классический танец»
5. Т. Барышникова «Азбука хореографии» издательство – Айрис – Пресс Рольф - Москва 2000 г.
6. О.В. Ерохина. «Школа танцев для детей» издательство Ростов на Дону «Феникс» 2003г.
7. Г.П. Новикова «Эстетическое воспитание и развитие творческой активности детей старшего школьного возраста» методические рекомендации для педагогов, воспитателей и музыкальных руководителей. Издательство АРКТИ Москва 2002г.
- 8.Законы РФ
9. Г. П. Гусев «Методика преподавания народного танца»