

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 528 Невского района Санкт-Петербурга**

“Разработана и принята”

Педагогическим советом
Протокол № 14 от 08.06.2023

“Утверждаю”

Приказ № 285 от 08.06.2023

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа дополнительных платных услуг по курсу “Спортивные
танцы”**

для детей 6-12 лет на 2023-2024 учебный год

Всего часов на учебный год-68

Срок реализации-1 год

Автор-составитель- Ржевская А.О.

Санкт-Петербург

2023 год

Пояснительная записка

Программа дополнительного образования танцевального кружка «Спортивные танцы». Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка.

Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем. Обучение подростков танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи. Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела».

Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Еще раз следует упомянуть, что танцу присуще образность, сюжетность. Это придает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Высотского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у подростков способностей. Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у подростков творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца — музыки, движения и игры.

Перечень нормативных актов и государственных программных документов для разработки программы:

1. Конвенция о правах ребенка.

2. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р).
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).
7. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).
8. Приказ Минобрнауки России от 09.01.2014 № 2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

Отличительная особенность программы в том, что она объединяет материал по изучению современного танца, тренинги по актерскому мастерству и импровизации в хореографии

Адресат программы:

Программа рассчитана на детей и подростков с 6 до 12 лет.

Традиционно в отечественной психологии выделяют три возрастных периода школьного возраста – младший школьный возраст, подростковый и ранний юношеский. Каждый из них характеризуется ведущей для данного возраста деятельностью, психическими новообразованиями и кризисами, возникающими на границах этих периодов. «Календарное» ограничение данных возрастных периодов носит условный характер и варьируется в зависимости от социально-исторических условий и личности обучающегося.

Набор детей

Количество обучающихся в группе – 7-12 человек.

Режим занятий

1 год обучения (1 час) – 2 раза в неделю.

Срок освоения и объем программы

Программа «Современный танец» вводится с 1-го года обучения в хореографической студии и рассчитана на 1 год обучения (68 ч.):

- 1 год обучения – 68 ч.

Форма обучения – очная. При необходимости возможно использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Цель программы: Развить творческие способности подростков через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Задачи программы:

1. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.
2. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.

3. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.
4. Привить любовь к танцевальному искусству.
5. Развивать воображение и фантазию в танце.
6. Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
7. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.
8. Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).
9. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях школы. Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры.

Организационные условия реализации программы.

Основные формы проведения занятий: танцевальные репетиции, беседа, праздник.

Основные виды занятий – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

Методы:

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

Приоритетные направления работы:

- Знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;

- изучение элементов акробатики, аэробики, гимнастики, классического и народного танцев;
- знакомство с направлениями современного танца;
- постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с подростками, необходимо учитывать некоторые особенности:

- возрастные особенности воспитанников;
- личные интересы и приоритеты воспитанников;
- потенциал группы в целом и каждого воспитанника отдельно;
- качество подготовки к моменту начала изучения предмета;
- происходящие в мире перемены.

Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;
- информационно-коммуникативная технология, позволяющая воспитанникам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;
- деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснения с последующим повторением;
- проектная технология заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;
- игровая технология, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;
- технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

Регулярность занятий 2 часа в неделю, 68 часов в год.

Результаты освоения курса

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.

Содержание программы

Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков (15 часов)

- Проведение инструктажа по технике безопасности.
- Постановка задач на новый учебный год.
- Знакомство с основными элементами различных танцев
- Пантомима
- Импровизация
- Ритмические комбинации
- Постановка корпуса, поклон

- Отработка движений.
- Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца
- Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.
- Разминка. Упражнение классического дренажа.
- Подготовка ко Дню учителя.
- Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.
- Подготовка ко Дню учителя. Прогон танца
- Генеральная репетиция ко Дню учителя.

Современный танец (9 часа)

- Знакомство с танцем «Первая любовь» ко Дню матери
- Изучение основных элементов вальса
- Отработка основных движений.
- Работа под счет
- Акробатика в современном танце
- Отработка связок.
- Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.
- Отработка всего танца
- Генеральная репетиция ко Дню матери

Составляющие характера танца (10 часов)

- Танцевальная импровизация.

- Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.
- Ритмика. Портретная гимнастика.
- Разучивание движений к новогоднему танцу
- Ритмика. Разучивание движений к новогоднему танцу
- Подготовка к новогодним мероприятиям.
- Соединение движений к новогоднему танцу воедино.
- Ритмика. Репетиция новогоднего танца
- Прогон всех танцев
- Генеральная репетиция к новогодним мероприятиям.

Движения в соответствии с характером музыки (7 часа)

- Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.
- Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки
- Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу».
- Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.
- Портретная гимнастика. Повторение танцев.
- Синхронность движений.
- Отработка четкости и ритмичности движений.

Понятие пространственных перестроений (10 часов)

- Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат.
- Ритмика. Подготовка ко Дню защитников Отечества.
- Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре).
- Разучивание движений к танцу. Подготовка ко Дню защитников Отечества.
- Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава.
- Разучивание движений к танцу.
- Работа под счет
- Соединение выученных движений воедино.
- Отработка выученных движений.
- Генеральная репетиция ко Дню защитника Отечества.

Чтобы танец был красивым (17 часов)

- Подготовка танца к празднику 8 Марта. Отработка элементов
- Отработка элементов. Отработка движений, связок
- Отработка всего танца.
- Подготовка танца к празднику 9 Мая
- Работа под счет
- Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений.
- Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами».
- Отработка элементов танца
- Отработка движений, связок

- Разучивание танца к последнему звонку
- Отработка движений в паре
- Подготовка выпускного флэшмоба к последнему звонку.
- Отработка выученных движений.
- Подготовка выпускного вальса
- Подготовка выпускных танцев
- Повторение разученных танцев
- Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми.

Учебно-тематический план на 2023-2024 год.

| № п. п. | Тема, раздел | Количество уроков | | |
|---------|--|-------------------|--------|----------|
| | | Общее | Теория | Практика |
| 1 | Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков | 15 | 4 | 11 |
| 2 | Современный танец | 9 | 2 | 7 |
| 3 | Составляющие характера танца | 10 | 1 | 9 |
| 4 | Движения в соответствии с характером музыки | 7 | 1 | 6 |
| 5 | Понятие пространственных перестроений | 10 | 1 | 9 |
| 6 | Чтобы танец был красивым | 17 | | 17 |
| | ИТОГО: | 68 | 9 | 59 |

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

“Спортивные танцы”

| № п. п. | Дата | | Тема занятия | Количество часов | Примечание |
|---------|----------|------|---|------------------|------------|
| | По плану | Факт | | | |
| | | | Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков (15 часов) | | |

| | | | | | |
|-----------------------------------|------------|--|---|---|--|
| 1 | 19.09.23 | | Проведение инструктажа по технике безопасности. | 1 | |
| 2 | 21.09.2023 | | Постановка задач на новый учебный год. | 1 | |
| 3 | 26.09.2023 | | Знакомство с основными элементами различных танцев | 1 | |
| 4 | 28.09.2023 | | Пантомима | 1 | |
| 5 | 03.10.2023 | | Импровизация | 1 | |
| 6 | 05.10.2023 | | Ритмические комбинации | 1 | |
| 7 | 10.10.2023 | | Постановка корпуса, поклон | 1 | |
| 8 | 12.10.2023 | | Отработка движений. | 1 | |
| 9 | 17.10.2023 | | Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца. | 1 | |
| 10 | 19.10.2023 | | Разучивание разминки. Подготовка танца к конкурсу «Танцующий Петербург». | 1 | |
| 11 | 24.10.2023 | | Разминка. Упражнение классического дренажа. | 1 | |
| 12 | 26.10.2023 | | Подготовка к конкурсу. | 1 | |
| 13 | 31.10.2023 | | Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. | 1 | |
| 14 | 02.11.2023 | | Подготовка танцев . Прогон танца | 1 | |
| 15 | 07.11.2023 | | Разучивание партерного экзерсиса. | 1 | |
| Современный танец (9 часа) | | | | | |
| 16 | 09.11.2023 | | Знакомство с танцем «Первая любовь» ко Дню матери | 1 | |
| 17 | 14.11.2023 | | Изучение основных элементов вальса | 1 | |
| 18 | 16.11.2023 | | Отработка основных движений. | 1 | |
| 19 | 21.11.2023 | | Работа под счет | 1 | |
| 20 | 23.11.2023 | | Акробатика в современном танце | 1 | |
| 21 | 28.11.2023 | | Отработка связок. | 1 | |

| | | | | | |
|--|------------|--|---|---|--|
| 22 | 30.11.2023 | | Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца. | 1 | |
| 23 | 05.12.2023 | | Отработка всего танца | 1 | |
| 24 | 07.12.2023 | | Генеральная репетиция ко Дню матери | 1 | |
| Составляющие характера танца (10 часов) | | | | | |
| 25 | 12.12.2023 | | Танцевальная импровизация. | 1 | |
| 26 | 14.12.2023 | | Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д. | 1 | |
| 27 | 19.12.2023 | | Ритмика. Портретная гимнастика. | 1 | |
| 28 | 21.12.2023 | | Разучивание движений к новогоднему танцу | 1 | |
| 29 | 26.12.2023 | | Ритмика. Разучивание движений к новогоднему танцу | 1 | |
| 30 | 09.01.2024 | | Разучивание поклона в стиле Контепрорари. | 1 | |
| 31 | 11.01.2024 | | Повторение материала. | 1 | |
| 32 | 16.01.2024 | | Ритмика. | 1 | |
| 33 | 18.01.2024 | | Прогон всех танцев. | 1 | |
| 34 | 23.01.2024 | | Хороводный шаг. Базовые шаги. | 1 | |
| Движения в соответствии с характером музыки (7 часа) | | | | | |
| 35 | 25.01.2023 | | Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений. | 1 | |
| 36 | 30.01.2024 | | Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки | 1 | |
| 37 | 01.02.2024 | | Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу». | 1 | |
| 38 | 06.02.2024 | | Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика. | 1 | |
| 39 | 08.02.2024 | | Портретная гимнастика. Повторение танцев. | 1 | |
| 40 | 13.02.2024 | | Синхронность движений. | 1 | |

| | | | | | |
|--|------------|--|---|---|--|
| 41 | 15.02.2024 | | Отработка четкости и ритмичности движений. | 1 | |
| Понятие пространственных перестроений (10 часов) | | | | | |
| 42 | 20.02.2024 | | Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. | 1 | |
| 43 | 22.02.2024 | | Ритмика. Подготовка ко Дню защитников Отечества. | 1 | |
| 44 | 27.02.2024 | | Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре). | 1 | |
| 45 | 29.02.2024 | | Разучивание движений к танцу. Подготовка ко Дню защитников Отечества. | 1 | |
| 46 | 05.03.2024 | | Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава. | 1 | |
| 47 | 07.03.2024 | | Разучивание движений к танцу. | 1 | |
| 48 | 12.03.2024 | | Работа под счет | 1 | |
| 49 | 14.03.2024 | | Соединение выученных движений воедино. | 1 | |
| 50 | 19.03.2024 | | Отработка выученных движений. | 1 | |
| 51 | 21.03.2024 | | Генеральная репетиция ко Дню защитника Отечества. | 1 | |
| Чтобы танец был красивым (17 часов) | | | | | |
| 52 | 26.03.2024 | | Подготовка танца к празднику 8 Марта. Отработка элементов | 1 | |
| 53 | 28.03.2023 | | Отработка элементов. Отработка движений, связок | 1 | |
| 54 | 02.04.2023 | | Отработка всего танца. | 1 | |
| 55 | 04.04.2024 | | Подготовка танца к празднику 9 Мая | 1 | |
| 56 | 09.04.2024 | | Работа под счет | 1 | |
| 57 | 11.04.2024 | | Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений. | 1 | |

| | | | | | |
|----|------------|--|--|---|--|
| 58 | 16.04.2024 | | Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами». | 1 | |
| 59 | 18.04.2024 | | Отработка элементов танца | 1 | |
| 60 | 23.04.2024 | | Отработка движений, связок | 1 | |
| 61 | 25.04.2024 | | Разучивание танца к последнему звонку | 1 | |
| 62 | 30.04.2024 | | Отработка движений в паре | 1 | |
| 63 | 07.05.2024 | | Подготовка выпускного флэшмоба к последнему звонку. | 1 | |
| 64 | 14.05.2025 | | Отработка выученных движений. | 1 | |
| 65 | 16.05.2024 | | Подготовка выпускного вальса | 1 | |
| 66 | 21.05.2024 | | Подготовка выпускных танцев | 1 | |
| 67 | 23.05.2023 | | Повторение разученных танцев | 1 | |
| 68 | 28.05.2023 | | Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми. | 1 | |

Используемая литература

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000
2. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс»