**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Костромы «Средняя общеобразовательная школа № 22»**

**Музыкально-эстетическое отделение**

Рассмотрено: Согласовано: Утверждено:

На методическом совете Заведующая музыкально- Директор СОШ № 22

Музыкально-эстетического эстетического отделения « » \_\_\_\_\_\_\_20\_\_­\_г.

Отделения Протокол № \_\_\_ « » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г. \_\_\_\_\_\_\_\_Смирнова Н.А.

От « »\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Круглова Г.Н.

Руководитель МО

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кирова Е.Б.

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Красота и творчество»**

**«В мире танца»**

**Дополнительного образования детей 8-9 лет**

**2 год обучения**

Разработчик: Волгина Любовь Анатольевна

Педагог дополнительного образования

Первой квалификационной категории

**Кострома 2023 г.**

1. **Пояснительная записка.**

**1.Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.**

Программа «В мире танца» является модифицированной, разработанной на основе ряда программ по хореографии для общеобразовательных школ и имеет художественно - эстетическую направленность. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.Особенность программы в том, что онасориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Хореография – это искусство, любимое детьми и самое востребованное среди подростков. Ежегодно тысячи любителей танца приходят в хореографические коллективы, танцевальные ансамбли, студии. Многие детские танцевальные коллективы приобрели большую популярность не только в нашей стране, но и за рубежом. Телевидение широко показывает детскую самодеятельность, знакомит с детскими танцевальными коллективами. Глядя, с какой легкостью и мастерством танцуют дети на сцене, мы забываем, что за этим стоит каждодневный труд их самих и их педагогов.Суть программы состоит в том, чтобы научить детей красиво и ритмично двигаться под музыку, развить художественную и творческую индивидуальность ребенка, сформировать потребность в культуре движений, оптимальном физическом развитии, здоровом образе жизни, а также выявление ранней творческой одаренности обучающихся, ее поддержка и развитие.

Данная Программа обеспечивает создание условий для социального, культурного, профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка. Учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка, занятия направлены на поддержку и развитие имеющихся у детей навыков. Неумение двигаться у ребенка вызывает множество комплексов. Занятия танцами призваны помочь укрепить гармонию, подаренную природой. Занятия предусматривают максимальное развитие пластических возможностей человеческого тела, учат детей саморегуляции, концентрации, расслаблению, правильному дыханию. Соприкосновение тела с музыкой способствует развитию интеллекта у ребенка, расширяет его кругозор. Пусть не каждый станет профессиональным танцором, главное - научиться двигаться, владеть своим телом, уметь слышать и видеть окружающих людей, сопереживать и чувствовать, ощущать свое единство с окружающим миром.

Рекомендуемый возраст детей, обучающихся по данной программе 8 -9 лет.

**2. Объем и срок реализации программы**

При реализации программы «В мире танца» со сроком обучения 1 год продолжительность учебных занятий составляет 36 недель.

Общее количество часов в неделю- 2 часа.

Общее количество часов в год -72 часа.

**3. Форма проведения учебных занятий**

Занятия проводятся в форме групповых занятий (не более 15 человек). Продолжительность занятия по 40 минут два раза в неделю. Занятия проводятся в следующих **формах:**

* групповые;
* игра;
* беседа;
* импровизация;
* класс-концерт;
* итоговое.

Учитывая специфику данного направления творческой деятельности возможно применение следующих ***методов и приемов*:**

* Словесные методы (объяснение, беседа, постановка мотивации, установление требований, поощрения);
* Практические методы (упражнения, репетиции);
* Наглядные методы (показ движений педагогом, просмотр видеозаписей, фотографий, иллюстраций, выступлений различных танцевальных коллективов);
* Игровые методы (игры на развитие внимания, памяти, глазомера, координации, воображения);
* Метод целостного разучивания – движение разучивается целиком в замедленном темпе. Применяется при разучивании простых движений или движений, которые невозможно разложить на отдельные части.
* Метод пошагового разучивания – движение при разучивании разбивается на отдельные части, которые затем соединяются в одно целое.
* Прием использования минимума танцевальных элементов при максимуме их всевозможных сочетаний.

Программа предполагает различные **методы контроля** промежуточных и конечных результатов:

* наблюдение за детьми в ходе занятий;
* опрос в ходе занятий;
* анализ повтора танцевальных движений;
* отчетный концерт.

**4. Цель и задачи программы.**

**Цель:** Выявление и развитие творческих способностей детей посредством танцевального искусства.

**Задачи:**

* Развивать чувство ритма и музыкальности.
* Развивать координацию, гибкость и пластику.
* Совершенствовать навыки ориентации в пространстве.
* Знакомство с классической хореографией.
* Воспитывать аккуратность, вежливость.

**5. Планируемые результаты освоения программы**

Результатом освоения программы «В мире танца» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знание терминологии классической хореографии.

- развитие музыкальности и пластичности.

- совершенствование навыков пространственной ориентированности.

- совершенствование физических качеств тела (гибкости, силы, выносливости).

- развитие навыков взаимодействия и первого опыта публичного выступления.

**II. Содержание программы.**

Структура программы предполагает постепенное (спиральное) расширение и углубление знаний, развитие умений и навыков учащихся, и включает несколько разделов. Каждый из разделов имеет своё конкретное содержание и свои определённые задачи по формированию знаний, умений и навыков.

Раздел 1: Введение.

Раздел 2: Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

Раздел 3: Гимнастика.

Раздел 4: Танцевальная азбука.

Раздел 5: Итоговое занятие.

**РАЗДЕЛ 1. Введение.**

**Вводное занятие.**  Беседа о целях и задачах детского объединения, правилах поведения на занятиях по хореографии, о форме одежды на занятиях. Инструктаж по ТБ. Беседа о правилах поведения в общественных местах и о соблюдении правил дорожной безопасности.

**РАЗДЕЛ 2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.**

Данный раздел включает в себя развитие музыкально-ритмической выразительности, пространственной ориентации. Ритмическое воспитание проходит непосредственно на элементах танцевальных движений в процессе урока по хореографии.

Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представление о выразительных средствах музыки, запас музыкальных впечатлений, развивают чувства ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке.

Основными задачами курса являются:

Научить детей ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамическими оттенками (громко, тихо, умеренно, громче, тише), регистрами (высокий, средний, низкий). Переходить от умеренного к быстрому и медленному темпам. Отмечать в движении метр (сильную долю такта), метрическую пульсацию и простейший ритмический рисунок в хлопках, притопах. Менять движения в соответствии с двух-, трехчастной формой и музыкальными фразами. Закреплять понятия о трех основных жанрах музыки (песня-танец-марш). Научить ориентироваться в ограниченном репетиционном и сценическом пространствах, в основных фигурах - рисунках танца, музыкальности, умения координировать движения с музыкой.

Практические занятия: ритмические упражнения с музыкальным заданием. Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах, со сменой движений. Слушание музыки, определение характера. Музыкально - ритмические игры.

**РАЗДЕЛ 3**. **Гимнастика**.

Данный раздел решает задачу развития общих физических качеств тела.Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей:

* Повысить гибкость суставов.
* Улучшить эластичность мышц и связок.
* Укрепить мышечный корсет.

Раздел «Гимнастика» включает упражнения, направленные на улучшение гибкости шеи, позвоночника, упражнения для подвижности плечевых и коленных суставов, голеностопных и тазобедренных. Упражнения для укрепления мышц спины, «выворотных» и «невыворотных» ног, на развитие шага, устойчивости и координации движений. Включенные в данный раздел упражнения вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки. Выполняя гимнастический комплекс, улучшается работа сердечно - сосудистой и нервной системы организма, работа органов дыхания и кровообращения. Включённые в раздел «Гимнастика» упражнения вырабатывают умение владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки. Упражнения, из которых складывается ритмическая гимнастика, помогают научиться ощущать всем своим существом те чувства, которые выражает музыка. Ритмическая гимнастика служит воспитанию собственного «ритмического разума», воли и самообладания, дисциплинирует чувственное восприятие и помогает избавиться от физических и психологических комплексов и зажимов. В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку детей, не допуская перенапряжения, а также уделять внимание правильному дыханию, чередуя с упражнениями на расслабление и релаксацию.

**РАЗДЕЛ 4. Танцевальная азбука.**

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. На втором году обучения основной задачей также является правильная постановка корпуса, головы, развитие основных двигательных качеств, выработка элементарной координации движений. Классический танец является обязательным предметом, так как знание и владение школой классического танца является основой для различных направлений танцевального искусства, в том числе народно-сценического. Формирует у детей хорошую осанку, гибкость и координацию.

Все элементы начинают изучаться у палки, затем переносятся на середину. Упражнения на середине зала исполняются в той же последовательности, что и у палки. Главная задача педагога – изучая движение, положение или позу, необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем, в совокупности этих частей, воссоздать образ движения. Педагог должен добиваться от учащихся грамотного и четкого их выполнения, строго следить за правильностью исполнения у каждого ребенка. Важно, чтобы педагог мог точно показать то или иное движение, а ученик – повторить его.

Предмет включает в себя освоение основных танцевальных понятий (выворотность, вытянутый носок и др.) Изучение элементов классического танца:

- постановки корпуса у станка,

- изучения позиции ног(1,2,3),

- позиции рук (подготовительная, первая, третья).

- Releve

-Demi plie

-Battement tendu. .

Без усвоения детьми этих основ хореографии невозможно дальнейшее образование. Постановка корпуса и позиции ног используются, держась двумя руками за станок, повернувшись к нему лицом. В заключение экзерсиса у станка обучающиеся делают упражнения, позволяющие растянуть мышцы ног, развить гибкость позвоночника. Упражнения исполняются лицом к станку, держась двумя руками, и представляют собой перегибы корпуса в сторону, назад, затем нога кладется на станок, и исполняются plie, наклоны к ноге, наклоны вперед, перегибы назад. Растяжка на полу (шпагаты). Комплекс упражнений трамплинных прыжков. Упражнения на середине зала для развития устойчивости и координации движений.

Построения и перестроения. Построение в колонну по одному и по два, перестроения из колонны по одному в пары и обратно, на месте и на шагах. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», «елочкой», построение «воротца». Поклон. Постановка корпуса. Точки класса. Положение анфас. Основные танцевальные движения. Танцевальный шаг вперед, назад, в повороте, в характере марша, польки, вальса. Хлопки в ладоши по одному и в парах. Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки.

**РАЗДЕЛ 5. Итоговое занятие**.

В конце каждой четверти подводятся итоги, в ходе которых повторяются и закрепляются знания и навыки, полученные по данным разделам. Подведение итогов работы за год в форме отчетного концерта. Первый выход на сцену.

**III.Тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов, тем. | Количество часов | | |
| Всего | Теор. | Практ. |
| 1 | **Введение.**  Вводное занятие. | 1 | 1 |  |
| 2 | **Ритмика, элементы музыкальной грамоты.**  Ритмические упражнения.  Музыкальные игры.  Музыкальные задания по прослушиванию и анализу танцевальной музыки. | 15  6  5  4 | 6  2  2  2 | 9  4  3  2 |
| 3 | **Гимнастика.**  Партерная гимнастика.  Ритмическая гимнастика. | 30  15  15 | 10  5  5 | 20  10  10 |
| 4 | **Танцевальная азбука.**  Элементы классического танца.  Перестроения.  Танцевальные движения и танцевальные этюды. | 22  10  5  7 | 7  4  1  2 | 15  6  4  5 |
| 5 | **Итоговое занятие.** | 4 |  | 4 |
|  |  | 72 | 24 | 48 |

1. **Материально – техническое обеспечение.**

1. Наличие оборудованного хореографического класса.

2 .Гимнастические коврики.

3. Наличие репетиционного зала (сцена).

4. Фортепиано.

5.Нотный материал, подбор репертуара.

6.Магнитофон.

7.Записи фонограмм в режиме «+» и «-».

8. Аудио записи формата СD, МР3.

1. **Список литературы.**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии». Санкт-Петербург «РЕСПЕКТ»1996г.

2. Бекина С.И. «Музыка и движение. Москва «Просвещение»1994г.

3. Боголюбская М.С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. Учебно-методическое пособие. М., ВНМЦ НТ и КПР, 1986

4. Борзов А.А.- «Народный танец на самодеятельной сцене». Москва, 1986г.

5. Ваганова А.- «Основы классического танца» Л., Искусство, 1980

6. Ерохина О.В. «Школа танцев для детей». Ростов-на-Дону «Феникс»2003г.

7. Дополнительное образование детей. Учебное пособие /Под ред. О.Е.Лебедева М., ВЛАДОС, 2003

8. Колодницкий Г.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей». Москва «Тандем»1999г.

9. Лифиц И.В. «Ритмика». Учебное пособие. Москва. «Академия».1999г.

10. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фармянянц Е., «Народно- сценический танец» Москва, Искусство, 1976г.

11. Климов А. «Основы русского народного танца» М., 1994

12.Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца» Изд. 2-е, доп., Л.Искусство, 1976г.

13. Левин М. «Гимнастика в хореографической школе» М. Терра-спорт. 2001г. (Русская театральная школа).

14. «Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных хореографических коллективов» М., ВНМЦ, 1984

15. . Михайлова М. А. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения». «Академия развития». Ярославль.2009г.