

Муниципальное образовательное бюджетное учреждение дополнительное образование районный Дом детского творчества

МР Абзелиловский район

«Согласовано»

в метод.совете

Протокол №__

От « __ » _____ 2020г.

«Утверждаю»

Директор МОБУ ДО РДДТ

_____ Умуткужина М.А.

приказ №__

«__» _____ 2020г.

Рабочая программа
по «Танцевальному» кружку
на 2020/2021 учебный год
Ахмадеевой М.М.

д.Рахметово

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа танцевального кружка «Танцевальное» 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, среднего и старшего школьного возраста.

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

Задачи программы:

- корректировать дефекты психического и физического развития детей с ограниченными возможностями;

- 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 2-9 классов (младшего, среднего и старшего звеньев) и рассчитана на 64 часа в год, 2 часа в неделю.

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

Занятия проходят в танцевальном 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.

Содержание 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;- верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.

	<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 балльных 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 (ирландский 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

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Сроки	Изменения
	<u>Ритмика</u>	7		
1	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1	18.09	
2	Перестроение из одной фигуры в другую	2	25.09	
3	Поднимание ног, махи ногами	2	02.10	
4	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	2	09.10	
	<u>Элементы танца рок-н-ролл</u>	16		
5	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	2	16.10	
6	Приставные шаги. Прыжки. Повороты	2	06.11	
7	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	2	13.11	
8	Полуприседания	2	20.11	
9	Отработка движений танца «Рок-н-ролл»	2	27.11	
10	Движение в координации рук и ног по позициям	2	04.12	
11	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	2	11.12	
12	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	2	18.12	
	<u>Элементы русского народного танца</u>	16		
13	Шаг с притопом, бег. Притопы-одинарный, двойной, тройной	2	25.12	
14	«Ковырялочка»	2	15.01	
15	«Моталочка»	2	22.01	
16	«Гармошка»	2	29.01	
17	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	2	05.02	
18	Отработка движений танца «Плясовая»	2	12.02	
19	Повороты. Прыжки	2	19.02	
20	Соединение движений танца в комбинации	2	26.02	
	<u>Элементы бального танца</u>	16		
21	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	2	05.03	
22	Свободная композиция (работа в паре)	2	12.03	
23	Изучение движений танца «Вальс»	2	19.03	
24	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	2	26.03	
25	Отработка движений танца «Вальс»	2	09.04	

26	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	2	16.04	
27	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	2	23.04	
28	Постановка танца «Вальс»	2	30.04	
	Постановочно-репетиционная работа	9		
29	Танцевальный номер «Вальс»	2	07.05	
30	Танцевальный номер «Плясовая»	2	14.05	
31	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	2	21.05	
32	Простые движения танцевального номера. Отработка	1	28.05	
33	Сложные движения танцевального номера. Отработка	1	28.05	
34	Повторение элементов изученных танцев	1	28.05	