БЮЖДЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»

**Рабочая программа**

****

**3 классы**

(1 час в неделю)

2019 – 2020 уч.год

Составитель: Плетнева Марина,

Ученица 10 класс

***Пояснительная записка***.

**Направленность образовательной программы**

Программа студии танца «Мари-дэнс» представляет дополнительный образовательный курс художественно – эстетической направленности. Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к структуре основной образовательной программы .

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования.

**Актуальность, педагогическая целесообразность**

Актуальность проблем художественно-эстетической направленности обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования   
 Проблема формирования у учащихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания. Это обуславливает не только интерес к этой проблеме со стороны научно-педагогической общественности, но и необходимостью ее теоретического осмысления и верного практического решения.

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Особенностью программы является то, что, программа включает в себя изучение трех направлений танцевального искусства: бального, современного и национального, который, в свою очередь, воспитывает в учащихся уважение к национальным традициям.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Оригинальность данной программы – это развитие творческого мышления учащихся. Занятия танцами и ритмикой дают заряд положительными эмоциями, раскрепощают, развивают пластику, обогащают разнообразием ритмов танцевальный опыт учащихся.

Программа позволяет проявить индивидуальный творческий подход. Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

**Цели и задачи обучения.**

**Целью** программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественно-творческих способностей средствами ритмики и танца с учетом их индивидуальных способностей . Занятия танцами нацелены на то, чтобы развивать в детях музыкально-пластические способности, соединения внутреннего состояния с внешними физическими действиями.

**Основные задачи:**

**Обучающая:** формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

**Развивающая:** способствовать всестороннему развитию и раскрытие творческого потенциала.

**Воспитательная:** способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

**Эстетические задачи.**

* через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки.
* Всё можно выразить языком движений ( растущий цветок, мерцание звёзд, падающие капли дождя и т.д.);
* развивать музыкальный вкус и кругозор;
* приобщать к совместному движению с педагогом

**Физические задачи.**

Развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность, точность движений;

научить детей чувствовать характер музыкального сопровождения в своём движении;

преодолеть физические недостатки, связанные с нарушением опорно-двигательного аппарата ( сколиоза, кифоза, лордоза).

**Воспитательные задачи.**

воспитать у детей интерес к занятиям танцами и ритмикой;

психологически раскрепостить ребёнка;

воспитать умение работать в коллективе.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности

Программа студии танца «Мари-дэнс» ориентирована на формирование гармонически развитой личности.

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

* ***личностные результаты*** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.
* ***метапредметные результаты*** – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.
* ***предметные результаты*** – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

**Межпредметные связи**

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам:

**«Музыкальное воспитание»**, где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями.

Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны учатся различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

**«Ознакомление с окружающим»**, где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом,входящим в содержание ритмических игр и упражнений. Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он появился, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и физкультурой: и по строению занятия, и по его насыщенности, каждое занятие имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику. В ходе занятий учащиеся сталкиваются с понятиями "угол поворота", "направление движения", "доли счета" (1/4, 2/4, 3/4 и т. д.).

Умение ориентироваться в пространстве, необходимость развития и использования абстрактного мышления создает тесную взаимосвязь с изучением **математики**.

**Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:**

- проведение открытых уроков для родителей;

- проведение итоговых занятий в конце четвертей.

**Сроки реализации**

Данная образовательная программа рассчитана на 1 год. Преподаваемый материал постепенно усложняется новыми элементами.

**Организация образовательного процесса**

  Учитывая индивидуальные особенности детей младшего школьного возраста (быстрая утомляемость), занятия детей в группах определены временными рамками. Длительность одного учебного занятия **-  45 мин.**

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей.

**Формы занятий:**

-занятие;

-занятие-игра;

-итоговое занятие

**Структура занятий**

Структура занятий включает в себя три основные части: *подготовительную, основную, заключительную.*

***Подготовительная часть занятия*** Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. *Задачами* этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма*.  Основными средствами* подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

*Методические особенности.* Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

***Основная часть занятия.***

*Задачами* основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.   
 *Средства основной части занятия*: упражнения на силу, растягивание и расслабление); хореографические упражнения; элементы современного, бального, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

*Методические особенности* : На данную часть занятия отводится примерно 75-85%общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

***Заключительная часть занятия****.*

*Основные задачи* – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.   
*Основными средствами* являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.   
*Методические особенности.* В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

**По методам и формам решения поставленных задач-**

***занятия делятся на несколько видов:***

**Обучающие занятия.**

Где детально разбираются движения. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, основных позиций и танцевальных движений в медленном темпе. Объясняется приём его использования. На уроке может быть введено не более 2–3 комбинаций. При разучивании танца необходимо обратить внимание на движения или перестроения, которые могут показаться сложными для детей. Выучите их сначала как отдельные ритмические этюды.

**Закрепляющие занятия.**

Где происходит повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Для лучшего закрепления движений в ритмическом рисунке конкретного фрагмента танца руководитель может использовать потешку, хлопки, приём «эхо», т.е. отхлопывание ритмического рисунка мелодии с повтором его детьми. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других или идёт соревнование – игра между второй и первой линиями.

**Итоговые занятия.**

Где дети самостоятельно, без подсказки должны уметь выполнять

все заученные ими движения и танцевальные комбинации. Проследить за выполнением движений и оценить работу детей лучше всего через на концертную деятельность т.к. дети очень любят выступать на сцене.

**Импровизационная работа.**

Где дети танцуют придуманные ими вариации, или сочиняют танец на тему, данную руководителем. Ребёнок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать своё видение мира и образа. Овладевая навыками танцевальных движений, и чутко откликаясь на музыку, дети по окончании курса участвуют в создании (по выбор ) композиций танца Таким образом походит участие детей в проектной деятельности.

**Для реализации программы применяются методы и приемы**:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.   
 2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.   
 3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.   
 4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

5. Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения

**Приемы:**• комментирование;   
• инструктирование;   
• корректирование

**Планируемые результаты освоения программы.**

Программа по внеурочной деятельности «Ритмика и танец» способствует формированию у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности. В этом направлении приоритетными для учебного курса являются умения:

- иметь представления о пространстве и ориентироваться в нем;

- передавать в движении нюансы музыки;

- приобретение навыков коллективных действий;

- осуществление самоконтроля;

**На конец года** обучения обучающиеся:

* + ориентируются в танцевальной и маршевой музыке;
  + знают музыкальный размер (2/4, 4/4), умеют двигаться в такт музыке;могут воспроизвести ритмический рисунок;
  + владеют основными движениями: исполнять марш, бег, прыжки; владеют навыками актерской выразительности;
  + умеют технически грамотно исполнять фигуры программных танцев; знают поклон, позиции рук и ног.

**Требования к знаниям, умениям и навыкам:**

* Дети должны приобрести умение двигаться по кругу в разных направлениях, освоить отдельные этюды с движениями хоровода
* Знать и уметь показать исходные позиции ног и рук ;
* Знать и уметь выполнить изученные виды шага;
* Уметь выполнить изученные танцевальные движения.

Каждый ребёнок, занимаясь танцами, изучая необходимые движения, развивает в себе трудолюбие, стремление к самосовершенствованию, формирует адекватную самооценку. Изучение истории развития и появления танцев активизирует уважительное отношение к культуре своего российского народа, к толерантному отношению к представителям народов России. При подготовке к выступлениям учащиеся приобретают навыки сотрудничества и общения со сверстниками и взрослыми. А выступая перед родителями, активизируется ценностное отношение к ним и своей семье.

Танец – форма самовыражения, которая так необходима детям. Красивая, эмоциональная музыка доставляет детям радость, поднимает настроение, вызывает желание двигаться под неё, поскольку испытывают постоянную потребность в движении.

Через танец дети начинают знакомство с жанровыми понятиями музыки: вальс, полька, марш, русский народный танец, адыгейские народные танцы. При разучивании того или иного танца программа предусматривает разговор об эпохе, в которую он возник, показ иллюстраций костюмов и жанровых сцен. Необходимо объяснять детям, что музыка неразрывно связана с движениями, что она «душа танца» и сама подсказывает характер танцевальных движений. Можно озорно, весело скакать в польке или неторопливо двигаться, «плыть как лебёдушка», в хороводе, весело притопывать каблучком в русской пляске.

Ритмика – предмет, обучающий детей свободному владению своим телом. В основе ритмики лежит обучение управлять своим телом через работу мышц. Постепенно через умение управлять своими мышцами вырабатывается навык раскрытия эмоционального внутреннего состояния ребёнка. Такая форма занятий, где пластика тела и музыка соединяются в целое, помогает раскрыть потенциальные способности ребёнка, создает разностороннего творческого человека.

В наше время народно – сценический танец требует от исполнителя максимальной выразительности, национальной достоверности технологии и манеры исполнения. Большое значение имеют упражнения рук, плеч, головы, спины, позы, которые в адыгском народном танце органически сочетаются в разнообразных ходах и движениях

Непременными условиями адыгского танца являются подтянутость, грациозность корпуса, лёгкие и стремительные ходы, свободное и выразительное владение корпусом, лёгкий и высокий прыжок, чёткая координация всех движений, при этом мягкое или резкое, но пластичное владение руками, а также выносливость и сила. Всё это приобретаются систематическими занятиями.

**Календарно-тематическое планирование**

**Студии танца «Mari-dance»**

*(при занятиях 1час в неделю – 34 часа в год)*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **дата** | **Название темы** | **Кол-во часов** |
| **Введение** | | | |
| 1 |  | Что такое «Танец»? Основные танцевальные правила. Приветствие(поклон), постановка корпуса , игра «Знакомство». | 1 |
| **Азбука музыкального движения** | | | |
| 2 |  | Ритмическое исполнение мелодий(хлопки, выстукивание, притопы) игра «Найди музыкальную фразу». Понятия о правой и левой руке. | 1 |
| 3 |  | Музыкальные жанры*:* песня, танец, марш. Характер, темп танцев. Упражнения на ориентацию в пространстве | 1 |
| 4 |  | Паузы в движении. Игра «Сделал – остановись» . Понятие «дуэт», «квартет» в танце. | 1 |
| **Развитие пластики тела** | | | |
| 5 |  | Упражнения на формирование правильной осанки | 1 |
| 6 |  | Упражнения на растяжку и развитие пластики тела | 1 |
| 7 |  | Упражнения для рук | 1 |
| **Танцевально-ритмическая гимнастика** | | | |
| 8 |  | Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг) | 1 |
| 9 |  | Общеразвивающие упражнения. Ритмическая композиция «Ладошки» | 1 |
| 10 |  | Поза исполнителя. Повороты на месте, в движении, наклоны | 1 |
| 11 |  | Позиции рук. Позиции ног. | 1 |
| **Танец** | | | |
| 12-13 |  | Танец «Маленькие модницы». История возникновения, характерные особенности, основные движения , исполнение | 2 |
| 14-15 |  | Танец «Маленькие модницы». | 2 |
| 16 |  | Концерт посвященный 8 марта с представлением танца «Маленькие модницы». | 1 |
| **Азбука музыкального движения** | | | |
| 17 |  | Марш. Ритмический счет. Перестроения из одной колонны в два круга. | 1 |
| 18 |  | Ритмические схемы. Игра «Дирежер-оркестр» | 1 |
| 19 |  | Точки класса. Игра «Найди свой путь», «Музыкальные змейки». Движения по линии танца. | 1 |
| **Танцевально-ритмическая гимнастика** | | | |
| 20 |  | Общеразвивающие упражнения с предметами (мяч) | 1 |
| 21 |  | Танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук. | 1 |
| 22 |  | Ритмические композиции. «Ванька-Встанька». | 1 |
| **Танец** | | | |
| 23-24 |  | Танец ««Полька» .История возникновения, характерные особенности, основные движения , исполнение | 2 |
| 25-26 |  | Освоение танеца ««Полька» | 2 |
| **Развитие пластики тела** | | | |
| 27 |  | Упражнения для улучшения гибкости (на коврике) Игровой «стретчинг». Упражнения: «змея», « книжка», «маятник»,«ходьба», «замочек», «аист», «бабочка». | 1 |
| 28 |  | Комплекс упражнений на формирование правильной осанки. | 1 |
| **Танец** | | | |
| 29 |  | Диско-танец «Стирка». Танец-импровизация | 1 |
| 30-31 |  | Диско-танец «Стирка». | 2 |
| **Азбука музыкального движения** | | | |
| 32 |  | Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка | 1 |
| 33 |  | Музыкально-подвижные игры «Карлики и великаны», «Отгадай, чей голосок» |  |
| 34 |  | Итоговый концерт | 1 |