

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей №1  
города Балтийска

«УТВЕРЖДАЮ»



## ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Танцевальная студия

(название учебного предмета, элективного курса)

духовно-нравственное направление

для 7 классов

(класс/ы с указанием литеры, (профильной группы))

2017 г.

(срок действия)

Рассмотрена  
на Научно-методическом совете  
протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Утверждена  
на Педагогическом совете  
протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Хореография» для обучающихся 7 (кадетских) классов МБОУ лицей №1 составлена на основе Программы по духовно-нравственному и патриотическому воспитанию для учащихся кадетских классов.

Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

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

Отличительной особенностью данной программы является то, что она содержит художественно-эстетическую составляющую, так как она направлена на:

- овладение пластикой тела;
- пробуждение чувства красоты и желания выразительно и эмоционально исполнять танцевальные движения или композиции под музыку.

**Актуальность программы** заключается в том, что на данный момент патриотическое и духовно-нравственное воспитание является приоритетным направлением образовательной политики.

Программа способствует тому, чтобы в процессе творческой практики ребенок мог открывать в себе самом общечеловеческую способность эстетического отношения к миру, жизни.

Народные, историко-бытовые и балльные танцы играют немаловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью балльного танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития и образования.

В гимназии проходит ежегодный, уже традиционный «Кадетский бал», где дети принимают активное участие и с большим воодушевлением пытаются передать красоту танца, его стиль и эпоху. Одной из задач программы является подготовка детей к «Кадетскому балу».

Предложенная программа поможет успешно проводить работу по формированию у детей красивой осанки, свободы и пластики движений. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придадут движениям детей эмоциональную окраску, влияя на разнообразие и выразительность жестов.

### **Педагогическая целесообразность программы**

На занятиях по программе «Хореография» происходит массовое обучение основам балльной хореографии. Это, безусловно, поможет педагогическому коллективу в организации учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения, например в подготовке школьных и внешкольных мероприятий. В то же время ученики, обучавшиеся балльному танцу, станут впоследствии носителями и пропагандистами отечественной и мировой балльной хореографии.

## ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ

**Цель программы:** создание условий для формирования личности гражданина и патриота России с присущими ему ценностями, взглядами, ориентациями, установками, мотивами деятельности и поведения.

### **Задачи:**

- проведение обоснованной организаторской деятельности по созданию условий для эффективного патриотического воспитания школьников;
- утверждение в сознании и чувствах воспитанников патриотических ценностей, взглядов и убеждений, воспитание уважения к культурному и историческому прошлому России, к традициям родного края;
- привлечение учащихся к работе по возрождению и сохранению культурных и духовно-нравственных ценностей родного края, традиций гимназии;

- развитие у детей коммуникативных умений через индивидуальную и коллективную творческую деятельность;
- развитие художественного и эстетического вкуса средствами музыкального творчества;
- воспитание нравственного и эмоционально-ценностного позитивного отношения к своему здоровью;
- воспитание стремления к самореализации, саморазвитию, взаимопониманию, общению, сотрудничеству;
- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве;
- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;
- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами бального танцев, воспитать культуру движения.

Решая комплекс образовательных и оздоровительных задач необходимо руководствоваться принципами сознательности, активности, наглядности, доступности, индивидуализации и систематичности. Не менее важен принцип последовательности: от этапа начального разучивания – к углубленному познанию, а далее к совершенствованию.

### **Место программы в учебном плане, возраст, сроки.**

Программа «Хореография» для учащихся 6 (кадетских) классов реализуется в рамках **Программы по духовно-нравственному и патриотическому воспитанию** для учащихся **кадетских классов**.

**Программа рассчитана на 34 часа**, предусматривает теоретические и практические занятия по 1 часу в неделю. **Срок реализации - 1 год**

### **ФОРМЫ И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ**

Занятия проводятся в форме групповых практических занятий, построены на принципе овладения детьми основными элементами хореографии танцев.

Каждое занятие состоит из следующих частей:

- разминка;
- показ и разучивание новых танцевальных движений;
- практическая отработка уже разученных элементов и танцев.

Результатом занятий становится составление танцевальных композиций и самостоятельное исполнение танца учащимися.

Теория излагается по ходу практических занятий во избежание нервных перегрузок воспитанников.

У детей должна быть форма, которая не стесняла бы их движений и отвечала бы эстетическим требованиям.

В программе реализуются следующие **направления**:

- развитие физических способностей детей;
- приобретение танцевально-ритмических навыков;
- работа над танцевальным репертуаром;
- концертно-исполнительская деятельность.

### **МЕТОДЫ И ЭТАПЫ ОБУЧЕНИЯ**

Организационная модель образовательного процесса блочная. В процессе образовательной программы используются следующие методы обучения:

- перцептивные методы (передача и восприятие информации посредством органов чувств);
- словесные (рассказ, объяснение и т.п.);
- наглядные (выполнение упражнений, ориентируясь на образец, копируя предложенный образец);
- иллюстративно-демонстративные;
- практические (опыт, упражнения, самостоятельное выполнение заданий, освоение технологий);
- логические (организация логических операций – аналогия, анализ, индукция, дедукция);
- гностические (организация мыслительных операций – проблемно-поисковые, самостоятельная работа, проблемные ситуации и пробы);
- диалог между педагогом и обучающимся, между обучающимися;
- методы, способы и приемы педагогического мониторинга.

**Методы контроля и управления образовательным процессом** - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия воспитанников хореографического кружка в школьных мероприятиях, оценка зрителей, членов жюри, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах; открытые занятия для родителей; выступления на тематических праздниках; организация и проведение конкурсов; участие пар в конкурсных программах разного уровня.

**Формами педагогического контроля** являются итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- входной - педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями, беседа с классным руководителем;
- промежуточный – показательные выступления, участие в концертах и конкурсах;
- итоговый - творческий отчет в форме контрольного урока или концерта.

### **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

В результате реализации программы «Хореография для кадетских классов» обучающиеся должны знать:

- специальную лексику;
- позиции классического танца;
- основные виды бальных танцев; - базовые фигуры бальных танцев.

Обучающиеся должны уметь:

- точно и выразительно исполнять основные движения бального танца; - артистично двигаться под музыку; - создавать композиции из базовых фигур.

## УЧЕБНЫЙ - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Раздел программы/Тема	Теория	Практика	Самоподготовка (из них)		Всего
1.	Организационное занятие Основы знаний о бальных танцах	1				1
2.	Разминка. Растягивание. Упражнения на пластику движений		4 в процессе занятий	1		4
3.	Ритмика. Элементы музыкальной грамоты. Танцевальная азбука.	3				3
4.	Европейская бальная программа- <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Медленный вальс»</li> <li>• «Венский вальс»</li> <li>• Лирический бальный танец - «Сударушка»</li> <li>• Танец «Вару-вару»</li> </ul>		8 8 3 2	4		21
5.	Концертные выступления		5			5
	ВСЕГО часов	<u>4</u>	<u>30</u>	<u>5</u>		<u>34</u>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Тема	Содержание программы
1.	Основы знаний о бальных танцах (в процессе занятий в течении года)	<p>Рассказ о бальных танцах. Просмотр видеоматериалов выступлений, танцевальных конкурсов.</p> <p>Возникновение танцев: «Медленный вальс».</p> <p>История танца «Сударушка», «Вару-вару».</p> <p>Становление и развитие танцевального движения.</p> <p>Темп.</p>
2.	Разминка. Растягивание. Упражнения на пластику движений (в процессе занятий)	<p>Разминка проводится в виде аэробики и спортивной гимнастики. Изучение в качестве разминки и разогревания мышц простейших танцев аэробики.</p> <p>Совершенно недопустимо начинать тренировку без разминки. Отсутствие соответствующей разминки перед тренировкой или перед выступлениями - вот основная причина травм. Длится около 5-7 минут.</p> <p>На этой стадии необходимо поднять температуру тела на 0,5-1 градус. От повышения температуры сухожилия и мышцы становятся более эластичными. В суставах увеличивается выделение секрета, уменьшающего трение. Улучшаются рефлексы, передача нервных импульсов к мышцам.</p>

3.	Ритмика, музыкальной Танцевальная азбука.	элементы граммоты.	Упражнения на выучивание позиции ног и рук. Понятие опорной и свободной ноге. Полупальцы. Учить детей принимать исходное положение и правильно стоять в основной стойке. Упражнения для развития мышц головы и шеи. Наклоны и повороты головы с различным темпом. Умение различать напряженное и не напряженное состояние мышц, учить напрягать и расслаблять мышцы отдельных частей тела. Упражнения для ног с различной работой ступни. Упражнения для координации тела.
4.	Европейская программа вальс»	бальная «Медленный	Изучение техники исполнения европейских танцев создает предпосылки для правильного и аккуратного исполнения танцевальных композиций. Работа стопы. Работа над стойкой (исходное положение). Спуск и подъемы. Правый и левый повороты. Правая левая перемены вперед. Пол правого поворота. Спин-поворот вправо.
5.	«Веский вальс»		Работа стопы. Работа над стойкой (исходное положение). Спуск и подъемы. Правый (натуральный) поворот. Левый (обратный) поворот. Правая перемена вперед и назад. Левая перемена вперед и назад. Волчок.
6.	Лирический бальный танец - «Сударушка»		Изучение движений танца. Постановка корпуса, работа рук, ног в танце. Взаимодействие партнеров, разучивание приставных шагов, разучивание «свечки» в парах, разучивание фигуры «на каблук», поворот партнерши под рукой партнера.
8.	Бальный танец «Вару-вару»		Элементы бального танца-положение корпуса в паре. Разучивание прыжков вперед и в сторону, разучивание шагов назад, хлопков в парах. Изучение движений «припадание». Отработка танца.
9.	Концертные выступления		Репетиционная работа, отработка концертных номеров для показательных выступлений.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для реализации образовательной программы необходимо наличие методического и материально-технического обеспечения.

*Дидактическое обеспечение:*

- изготовление необходимого реквизита, оформление для проведения занятий, праздников и игровых программ;
- приобретение костюмов, реквизита;
- запись, монтаж музыки для разучивания и постановки танцевальных композиций и проведения массовых зрелищ.

*Методическое обеспечение:*

- методическая литература;
- аудиотека и видеотека;
- оформительский фонд сцены, аудитории к праздникам, программам.

*Материально-техническое обеспечение:*

- помещение площадью не менее 5х8 м.;
- стол для аппаратуры;
- шторы.
- *Технические средства обучения:*
  - магнитофон;
  - диски с записями, другие носители информации

## КОНТРОЛЬНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

**Режим занятий:**

Занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

**Формы занятий:**

- **беседа**, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.
- **практические занятия**, где дети осваивают музыкальную грамоту, разучивают основные элементы танцевальной композиции.
- **занятие-постановка, репетиция** - отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.
- **заключительное занятие**, завершающее тему – занятие-концерт. Проводится для самих детей, педагогов, гостей.
- **выездное занятие** – посещение выставок, музеев, концертов, праздников, конкурсов, фестивалей.

На занятиях по **сольному исполнению** используются следующие методы обучения:

- наглядно-слуховой;
- наглядно-зрительный;
- репродуктивный;

Одним из ведущих приёмов обучения танцам детей является демонстрация педагогом манеры исполнения.

## УЧЕБНО\_МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

1. Гусев С.И. Детские бытовые массовые танцы. М., 1985.
2. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. –Ростов н/Д: «Феникс», 2004.
3. Копорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. М., 1978.
4. Лиф И.В. Ритмика. М., Академия , 1999.
5. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев. – Перевод и ред.Ю.С. Пина. – М., С-П., 1993.
6. Немов Р.С. Общая психология: Учебная деятельность студийобразовательных учреждений среднего профессионального образования. М.,Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001.
7. Новые бальные танцы. М., 1980.
8. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. – Лондон.Имперское общество учителей танцев. Перевод и ред. Ю.С. Пина. – М., С-П., 1992.
9. Пересмотренные направления и формы обучения танцам. – Перевод и ред. Ю.С. Пина. – М., С-П., 1995.
10. Светинская В.Н. Современный бальный танец. Учебное пособие. М.,1976.
11. Современный бальный танец. Под редакцией В.М.СтригановаиВ.И.Уральской. М., Просвещение 1978.
12. Строганов В.Н. Современный бальный танец. – М., 1975.
13. Ткаченко Т.С. Народный танец. М., 1980.
14. Уральская В. Разрешите пригласить! Репертуарный сборник. М., 1973.
15. Череховская Р.Л. Танцевать могут все. Минск. Издательство «Народнаяасвета», 1973.
16. Интернет-ресурсы