

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Пожилинская средняя школа №13»
Ефремовского района Тульской области**

Принято

На Педагогическом совете МКОУ
«Пожилинская СШ № 13».
Протокол № 1 от 28.08.2023 г.

Утверждаю

Директор МКОУ «Пожилинская СШ № 13»
Т.Н.Евтеева
Приказ № 116 от 28.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«В мире танца»**

Направленность: художественная

Срок реализации: 1 год

Возраст учащихся: 7-8 лет

Составитель:

Проселкова В.С.

Должность:

Учитель начальных классов

с. Пожилино, 2023 год

Пояснительная записка.

Танец – это уникальное по своей сути явление, в котором слилось воедино и ритм, и движение, и самовыражение, и самосовершенствование, и задор. Это прекрасная возможность стать здоровым, жизнерадостным, грациозным и уверенным в себе независимо от возраста, танцевальных способностей и опыта.

В танце, как и в спорте, в дополнение к таланту и вдохновению нужна техника. Занятия танцами детей дисциплинируют, помогают лучшему согласованию мысли и действий, воспитывают трудовую, физически крепкую, творческую личность. На занятиях ритмикой, хореографией, и пластической гимнастикой дети учатся координации движения, развивают гибкость и пластику, изучают основы позиций и положения рук и ног в танце.

Танец - не только источник движения под музыку, но и форма общения. Причем и партнеров по танцу, и всех присутствующих в зале, находящихся в данную минуту в роли зрителей.

Танец - откроет для детей богатый мир добра, света, красоты, научит творческой преобразовательной деятельности.

Современный танец – это красивый способ показать себя, и иногда это возможность самореализации. Современные танцы - это танцы, которые модны и популярны на данный момент. Каждому периоду времени свойственна своя музыкальная культура, которая, в свою очередь, порождает новые виды танца. Поэтому каждый танец можно назвать современным, но современным для своего времени. В нынешнем понимании, современный танец является синонимом – «популярный танец». К современным танцам можно отнести все направления, которые популярны на сегодняшний день. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Работа над координацией позволит усложнять танцевальный рисунок, а постепенное развитие пластичности сделает импровизацию действительно многогранной и красивой.

Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стилевого разнообразия. Появление новых, в корне отличающихся от традиционных, академических систем хореографического искусства заставляет обратиться к изучению новых техник танца. Развиваясь в течение последних лет, современные танцевальные техники сформировали свой лексический модуль, форму урока и методику преподавания.

Цель: Всестороннее развитие ребенка - формирование способностей и качеств личностей, средствами музыки и ритмических движений.

Задачи:

1. Развить творческие возможности детей.
2. Учить выразительно и непринужденно двигаться
3. Добиться, чтобы движения были естественными, непринужденными, выразительными.
4. Уметь эмоционально, образно передать в движении настроение, чувства, развитие сюжетной линии.

Содержание программы.

Введение. Понятие об основных танцевальных движениях.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец.

Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы, шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотом на $\frac{1}{4}$ круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами.

Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.

Зачётные занятия проводятся в целях самоконтроля и контроля.

Итоговое занятие проводится с целью подведения итогов и обобщения изученного.

Планируемые результаты.

У обучающегося будут сформированы:

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителя, товарищей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять, что уже усвоено и что еще необходимо усвоить.

Познавательные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью контроля учителя;
- умение ставить и формулировать проблемы.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнение партнеров, которое отличается от собственных;
- обращаться за помощью, слушать собеседника, договариваться и приходить к общему решению;
- адекватно оценивать свои возможности.

Предметные результаты:

Учащиеся получат возможность научиться:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- исполнять упражнения, танцевальные движения.

Условия реализации программы.

Условием реализации программы является её выполнение, обучение с применением новых информационных технологий, методической литературы, где в доступной форме описаны стандарты умений. Умело организованный контроль на каждом этапе обучения – это гарант достижений учащимися знаний, умений, навыков, обозначенных в программе. Для реализации программы необходимо:

1. На занятиях использовать систему творческих заданий.
2. Совершенствовать технику исполнения танца.
3. Поощрять и поддерживать стремление добиваться успехов.
4. В процессе обучения использовать различные приёмы для обучения танцам, использовать видео материал, наглядные пособия.

Список литературы.

1. Барышникова Т. Албука хореографии. Москва, 2000 год.
2. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001г.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2002.
4. Детский фитнес. М., 2006.
5. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л., 1981.
6. Базарова Н. Мей В. Албука классического танца. Изд. Искусство г. Ленинград 1983г.
7. Звёздочкин В. Л. «Классический танец» г. Ростов на Дону 2003г.
8. Пинаева Е. А. Методическое пособие по «Ритмике и танцу» г. Москва 2006г.
9. Пинаева е. Польки, вальсы, марши для детей. Учебно-методическое пособие. г. Пермь ОЦХТУ «Росток» 2005г.
10. Пинаева Е. Массовые композиции для детей. Учебно-методическое пособие г. Пермь ОЦХТУ «Росток» 2005г.
11. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. Ростов. 2004.
12. Филатов С.В. От образного слова – к выразительному движению. М. 1993.