

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области «Лицей № 57 (Базовая школа Российской академии наук)»
(ГБОУ СО «Лицей № 57 (Базовая школа РАН)»)

ПРИНЯТА

Педагогическим советом ГБОУ СО
«Лицей №57 (Базовая школа РАН)»
Протокол №10 от 27.05.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора ГБОУ СО
«Лицей №57 (Базовая школа РАН)»
от 27.05.2024 г. № 170/1 -о.д.



Л.А.Козырева

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественной направленности
«Студия танца «Юла» +»**

Возраст обучающихся: 7-14 лет

Срок реализации: 1 год (126 учебных часов, 2024-2025 учебный год)

Составители:

Капишникова Юлия Эриковна,
педагог дополнительного образования

Тольятти, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы – художественная.

Актуальность: работа по данной программе обеспечивает знакомство с разными жанрами хореографического искусства. Искусство танца доставляет художественное наслаждение, помогает нашему нравственному и эстетическому воспитанию. И чем раньше ребёнок войдёт в «большой мир искусства», тем быстрее он научится отличать добро от зла, красоту от безобразия, истинное от ложного и, главное, обогатит свой духовный мир.

Цель программы: раскрытие личности ребенка, способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии.

Задачи программы:

- научить элементам танца, познакомить с историей танцевальной культуры;
- научить приемам самостоятельной и коллективной работы;
- развить творческое мышление;
- развить творческие, индивидуальные способности духовного мира ребёнка
- сформировать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, приобщение к его истории и традициям;
- сформировать общую культуру личности ребенка, способного адаптироваться в обществе;
- сформировать толерантность, доброту, трудолюбие, терпение.
- воспитать чувство ответственности;
- воспитать культуру общения, терпимость и уважительное отношение к другим детям.
- воспитать чувство патриотизма.

Адресат программы: дети 7-14 лет.

Психологические особенности 7-10 лет:

- ✓ Перестройка познавательных процессов – развитие произвольного внимания, восприятия, памяти (прежде всего механической памяти), мышления (переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению на уровне конкретных понятий);
- ✓ Развитие саморегуляции, произвольности поведения, воли, учатся делать то, что надо, а не то, что хотелось бы; обучаются в определенной степени управлять своим поведением;
- ✓ Расширение сферы общения, появление новых авторитетов (педагог), формирование отношений в коллективе.

Психологические особенности детей 11-14 лет:

- ✓ Формирование самооценки на основе оценивания педагогом и достигнутых результатов;
- ✓ Формируется уверенность в себе;
- ✓ Формирование собственных взглядов, протест против диктата взрослых, самостоятельный выбор референтной группы;
- ✓ Формирование самооценки, характера;
- ✓ Развитие логического мышления, способности к рассуждениям и самоанализу, к оперированию абстрактным понятиям.
- ✓ Перестройка познавательных процессов – формирование произвольности, продуктивности и устойчивости – развитие произвольного внимания, восприятия, памяти (прежде всего механической памяти), мышления (переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению на уровне конкретных понятий),

переход процессов мышления на новую ступень и связанная основное содержание умственного развития в младшем школьном возрасте.

- ✓ Расширение сферы общения, появления новых авторитетов (педагог).
- ✓ Развитие саморегуляции, произвольности поведения, воли, учатся делать то, что надо, а не то что хотелось бы;
- ✓ Формируется внутренний план действий;
- ✓ Формирование собственных взглядов, протест против диктата взрослых;
- ✓ Повышение внушаемости и конформизма по отношению к ровесникам;
- ✓ Развитие логического мышления, способности к рассуждению и самоанализу;
- ✓ Начало формирования самоконтроля и планирования деятельности;
- ✓ Проявление склонности к риску, агрессивности как приём самоутверждения
- ✓ Формирование самосознания, своего «Я»;
- ✓ Формирование отношений в учебном коллективе;
- ✓ Игры развивающие занимают второе место после учебы.

Объем и срок освоения программы - 1 год обучения, общее количество учебных часов на весь период обучения - 126 часов.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса: объединение «В ритме танца» является разновозрастным, состав – постоянный.

Новизна программы: методика преподавания направлена на мотивацию обучающихся занятиями хореографией в творческом коллективе в содружестве с педагогом.

Режим занятий:

Общее количество часов за период обучения – 126 часов. Количество часов в неделю - 3 (2 раза в неделю по 1 и 2 учебных занятия (продолжительность учебного занятия 40 минут, перерыв между учебными занятиями - 10 минут)).

Планируемые результаты

Должны знать:

- знать правильную постановку корпуса, ног, рук, головы в процессе усвоения основных движений;
- знать элементарные навыки координации движений.

Должны уметь:

- выполнять правильную постановку ног, рук, головы;
- уметь координировать движения;
- выполнять танцевальные шаги и бег;
- уметь индивидуально и коллективно работать.

Компетенции и личностные качества:

- видеть недочеты своей работы, воспринимать замечания и оценку;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Личностные, метапредметные и предметные результаты:

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- взаимодействовать со сверстниками во время танцевальных упражнений.

Формы аттестации - зачет

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- Видеозапись, фотоотчет
- Журнал посещаемости
- Отзывы детей и родителей

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- Участие в праздниках и концертах.
- Отчётный концерт в конце года.

Материально-техническое обеспечение программы:

-танцевальный зал оборудованный зеркалами, станком;
-наличие специальной формы и обуви у обучающихся;
-костюмы для выступления;
-шкафы для хранения костюмов;
-музыкальный центр.

Информационное обеспечение программы:

1. Пластика. Открытый урок.

<https://yandex.ru/video/search?filmId=1286549512741310753&text=видео%20урок%20хореография%20пластика>

2. Открытый урок по хореографии.

<https://yandex.ru/video/search?filmId=10453684476475913331&text=видео%20урок%20хореография%20пластика%20для%20детей%2012%20лет>

3. Открытый урок на метод объединение, эстрадный танец.

<https://yandex.ru/video/search?text=видео%20урок%20эстрадного%20танца&path=wizard&noreask=1>

4. Открытый урок. Эстрадный танец.

<https://yandex.ru/video/search?text=видео%20урок%20эстрадного%20танца&path=wizard&noreask=1>

5. Хобби-класс. Эстрадный танец.

<https://yandex.ru/video/search?text=видео%20урок%20эстрадного%20танца&path=wizard&noreask=1>

Кадровое обеспечение программы:

Программа реализуется педагогом дополнительного образования.

Календарный учебный график

Год обучения	Кол-во учебных недель в год	Объем учебных часов в год	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года
1.	42	126	01.09	31.08

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Первичная диагностика
2	Безопасность	2	1	1	Устный опрос, викторина
3	Азбука музыкального движения	18	1	17	Выполнение упражнений
4	Элементы классического танца	28	1	27	Выполнение упражнений
5	Элементы народно-сценического танца	18	1	17	Выполнение упражнений
6	Пластические упражнения	18	1	17	Выполнение упражнений
7	Работа над репертуаром	18	1	17	наблюдение
8	Концертная деятельность	18	0	18	Участие в концерте, выступление
9	Итоговая аттестация	2	0	2	Зачет
10	Итоговое занятие	2	1	1	Устный опрос
	Итого	126	8	118	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие.

Теория

Знакомство с группой. Инструктаж по технике безопасности. .

Практика Первичная диагностика – диагностирование слуха, выворотность ног, подъем стопы, гибкость, прыжок, координация движений, эмоциональность.

2. Безопасность.

3.1 Азбука музыкального движения.

Теория

Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4. Контрастная музыка (быстро, медленно). Правила и логика перестроений.

Беседа о здоровом образе жизни: «Профилактика травматизма на улице»

Практика

Маршировка в темпе и ритме музыки (шаги на месте, вокруг себя, вправо, влево).

Перестроение из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два, продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка. Построение в пары. Танцевальные шаги (с носка на пятку).

3.2 Элементы классического танца.

Теория

Специфика танцевального шага и бега. Тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положение рук, ног.

Практика

Упражнения у станка. Правила постановки корпуса (лицом к станку). Позиции ног: I, III, V, VI. Постановка рук. Батман тандю по I, V поз. Деми плие по I, V поз. Релеве на п/п VI, I

с вытянутых ног и с деми плие. Перегибы корпуса назад, вперед. Батман фраппе. Реле велянт на 45°, 90°.

3.3 Элементы народно-сценического танца.

Теория 1 часа

Особенности народных движений. Особенности построений и рисунков русских хороводов. Ходы русского танца. Характерные положения рук.

Практика

Русский танец. Позиции рук: 1, 2, 3 на талии. Шаги танцевальные с носка. Простой шаг, шаг вперёд. Переменный ход. Припадание на месте с продвижением в сторону. Ковырялочка. Подготовка к присядке (мальчики). Полуприсядка. Элементы кадрили. Основной ход (удар каблуками). Шаркающий ход. Положение рук (чуть согнуты в локте).

3.4 . Пластические упражнения.

Теория

Демонстрация упражнений на развитие и укрепления мышц.

Беседы о здоровом образе жизни: «Режим дня», «Здоровый сон», «Внешний вид», «Физическая нагрузка в нашей жизни»

Практика

Выразительная пластика: «Добрая и злая кошечка», «Цирковая лошадка», «Оленёнок», «Крокодильчик», «Веселый барабанщик», «Бабочка», наклоны из положения сидя, наклоны в сторону и т.д. Координация движений рук, ног, корпуса и головы от простых к более сложным.

3.5 Работа над репертуаром.

Теория

Постановка танца.

Беседы о здоровом образе жизни: «Чистота – залог здоровья», «Перекусы и их вред», «Прогулки на свежем воздухе», «Слово как оружие».

Практика

Русский хоровод на разученных движениях. Отработка движений, техника исполнения танца.

4. Концертная деятельность.

Практика

Новогоднее мероприятие для родителей и гостей.

Концерт в конце учебного года для родителей и гостей.

5. Итоговая аттестация.

Практика

Зачёт: практическое задание: выполнение хореографических элементов по заданию педагога.

6.Итоговое занятие.

Теория

Подведение итогов за год

Практика

Выполнение танцевальной композиции.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Практический
- Игровой

Методы воспитания:

- Убеждение
- Поощрение
- Стимулирование
- Мотивация
- Упражнение

Форма организации образовательного процесса - групповая.

Формы организации учебного занятия:

- Беседа
- Концерт
- Игра
- Практическая работа

Современные педагогические технологии:

Игровые технологии, авторы: К.Д. Ушинский, Л.С. Выгодский, С.А. Смирнов, С.А. Шмаков, Д.Б. Эльконин

На занятиях по хореографии игры имеют характер как свободной деятельности, (ради удовольствия от самого процесса деятельности), так и творческий характер, где ребенок может раскрыть себя как личность, снять внешние и внутренние зажимы. Игру, как метод обучения, можно использовать с первых занятия хореографии, для развития чувства ритма, пластики, эмоционального раскрытия, координации движений и т.д. Игра в команде позволяет сплотить детский коллектив в единую группу, в единый организм, способный решать задачи более высокого уровня, нежели доступные одному ребенку, и зачастую - более сложные. Основная задача игровой технологии – дать ребенку раскрепоститься, побывать актером, обрести уверенность в себе. Через игру в любом возрасте происходит включение ребенка в систему общественных отношений, усвоение и отработка норм поведения и человеческого общежития, а так же развитие умственных способностей детей, личностных, нравственных и моральных качеств и физических трудовых навыков.

Информационно-коммуникативные, автор: Кручинина Г.А.

На занятии практикуется просмотр видео материалов танцевальных коллективов по отдельным темам программы, что значительно помогает расширить и разнообразить содержание занятия. Применение компьютера позволяет накапливать и хранить музыкальные файлы, менять темп, звуковысотность музыкального произведения, производить монтаж, компоновку музыкального произведения, хранить фото- и видеоматериалы коллектива, поддерживать контакты с коллегами и осуществлять деловое общение. Компьютер даёт возможность обучающимся эффективно осуществлять поиск и переработку информации, пользоваться услугами Интернета.

Здоровьесберегающие, авторы: В.А. Лищук, Н.М. Амосов, И.И. Брехман

Техника безопасности на занятии. Психологические упражнения на концентрацию внимания, памяти. Контроль за правильной осанкой во время занятия. Проветривание помещения.

Для занятий хореографией мною принимаются дети с различными физическими данными, поэтому возникает необходимость заниматься как общим физическим

развитием ребенка, так и исправлением (коррекцией) физических недостатков. В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Обучающиеся учатся использовать полученные знания в повседневной жизни. И это способствует общему оздоровлению ребенка.

Алгоритм учебного занятия

Части занятия	Время	Виды упражнений
1. Разминка	10мин.	Общеразвивающие упражнения (упражнения, направленные на разогрев, подготовку всех групп мышц и опорно-двигательного аппарата к работе).
2. Оздоровительные игры	5 мин.	Общефизическая подготовка (упражнения на всестороннее, гармоничное физическое и умственное развитие, координацию движений, ловкость и меткость, на формирование необходимых навыков.)
3. Основная часть	20 мин.	Разучивание и исполнение ритмических движений, музыкально-ритмических и танцевальных композиций.
4. Заключительная часть	5 мин.	Упражнения рекреационного характера (на восстановление дыхания, нормальной ЧСС)

Дидактические материалы

- Диски и флешносители с музыкальными записями
- Специальная литература

Диагностика результатов по общеразвивающей программе. Критерии оценки.

В течение учебного года ведется мониторинг эффективности образовательного процесса, который оформляется отдельным документом и сдается в конце учебного года. В нем отражаются первичная и текущая диагностика обучающихся по разделам дополнительной общеразвивающей программы, промежуточная и итоговая аттестация, диагностика достижений обучающихся за учебный год, делаются выводы по организации образовательного процесса и корректировки программы.

Критерии оценивания теоретических знаний:

Высокий уровень – обучающийся знает изученный материал. Может дать развернутый, логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом. Понимает место излагаемого материала в общей системе изучаемого предмета. Свободно оперирует терминами, может их объяснить. Может объяснить порядок действий на уровне причинно-следственных связей. Понимает значение и смысл своих действий.

Средний уровень – обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы. Взаимосвязь материала с другими разделами изучаемого предмета находит с помощью педагога, но комментирует самостоятельно. Знает термины, но употребляет их не достаточно. Может объяснить порядок действий, но совершает незначительные ошибки при объяснении теоретической базы своих действий.

Низкий уровень – обучающийся фрагментарно знает изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами. Не может самостоятельно встроить материал темы в общую систему полученных знаний, требуется значительная помощь педагога

Критерии оценивания практических навыков и умений:

Высокий уровень – обучающийся умеет самостоятельно подготовиться к выполнению предстоящей задачи. Последовательность действий отработана. Порядок действия выполняется аккуратно; тщательно; в оптимальном временном режиме. Видна нацеленность на конечный результат. Результат не требует исправлений.

Средний уровень – обучающийся умеет самостоятельно подготовиться к выполнению предстоящей задачи, но не учитывает всех нюансов ее выполнения. Для активизации памяти самостоятельно используются алгоритмические подсказки. Порядок действия выполняется аккуратно, видна нацеленность на конечный результат. Результат требует незначительной корректировки.

Низкий уровень – Подготовительные действия носят сумбурный характер, недостаточно эффективны или имеют ряд упущений, но в целом направлены на предстоящую деятельность. Порядок действий напоминает педагогом. Порядок действий выполняется аккуратно, но нацелено на промежуточный результат. Результат в целом получен, но требует серьезной доработки.

Критерии оценивания личностных качеств:

Высокий уровень – сформированность гражданской и этнокультурной идентичности выражается – «я знаю», «я люблю», «я ценю и уважаю», «я делаю (готов сделать)»; так же выражаются на когнитивном, эмоциональном и деятельностном уровнях:

сформированность гуманистических и демократических ценностных ориентаций, навыков адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире, личностного смысла в учении и непрерывном образовании, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;

сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств, потребности к творческому труду, установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Средний уровень – имеются представления о гражданской и этнокультурной идентичности, гуманистических и демократических ценностных ориентаций, но отличаются фрагментарностью и отсутствием эмоционально позитивного отношения к категориям «гражданин», «национальная принадлежность», «культура моего народа», «человек, личность», «уважение прав и достоинств человека»;

имеются предпосылки к адаптивному поведению, но проявляются неустойчиво и фрагментарно, ситуативно;

имеются представления, но отличаются фрагментарностью и отсутствием эмоционально позитивного отношения к категориям «учение», «образование», «самостоятельность», «ответственность», «ответственное поведение», «искусство», «жизнь», «здоровье», «здоровый образ жизни».

Низкий уровень – несформированность представлений:

о гражданской и этнокультурной принадлежности,

о гуманистических и демократических ценностях,

навыков адаптивного поведения, личностного смысла в учении и образовании, самостоятельности и ответственности за свое поведение,

эстетической потребности, о безопасном и здоровом образе жизни.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бекина, С.И., Ломова, Т.П., Соковнина, Е.Н. Музыка и движение/ С.И.Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н.Соковнина. - М.: Просвещение, 1984.- 288с.
2. Буренина, А. И.. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Ритмическая мозаика./ А.И.Буренина.- СПб.: 2-е изд., испр. и доп. —ЛОИРО, 2000. — 220 с.
3. Галанов, А. С. Игры для укрепления здоровья малышей. /А.С.Галанов.- М.:Стрекоза,2012. – 63с.
4. Колесникова, С.В. Школа развития. Детская аэробика. Методика. Базовые комплексы/ С. В. Колесникова - Ростов-н\Д: издательство «Феникс», 2005г. – 157с.
5. Поголяева, М.Н., Попова, И.Н. Дополнительные образовательные программы нового поколения и оценка их результативности. Монография – М., ООО «НОВОЕ ОБРАЗОВАНИЕ», Санкт-Петербург: Свое издательство, 2017. – 80 с.//БИБЛИОТЕЧКА для учреждений дополнительного образования детей. 2017. №
6. Раевская, Е.П., Руднева, С.Д., Соболева, Г.Н., Ушакова, З.Н. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду/ Е.П.Раевская, С.Д.Руднева, Г.Н.Соболева, З.Н.Ушакова.- М.:Просвещение,1991. – 222 с.
7. Шипилина, И.А. Хореография в спорте/ И.А.Шипилина. - Ростов-н\Д: серия образовательные технологии, 2004г. – 80с.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДЕТЯМ И РОДИТЕЛЯМ

1. Молодежная эстрада : литературно-музыкальный альманах/ учредитель: ЗАО "РИФМЭ". - Москва : Молодая гвардия, 1943 - . - Издается с 1943 года. - Выходит ежемесячно. - ISSN 0132-8816
2. Череховская, Р.Л. Танцевать могут все [Текст] / Р. Л. Череховская. - Минск : Народная асвета, 1973. - 189, [2] с. : ил. - Репертуарный аннотированный список танцев: с. 120-124. - Библиогр.: с. 125.
3. Юдина, Е. И. Первые уроки музыки и творчества: Развивающая и познавательная литература для дошкольников/ Е.И.Юдина.- М.: АКВАРИУМ ЛТД, 1999.-272с