**Отдел образования администрации Пичаевского района**

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение**

**Пичаевская средняя общеобразовательная школа**

Рассмотрено на заседании межшкольного Утверждаю

методического совета Директор школы

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_№ Приказ № \_\_\_\_\_\_\_

Председатель ММС:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Г.А .Чупахина С.Н. Филина

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«В ритме танца»**

(художественно-эстетической направленности для детей 7-15 лет)

Автор - составитель:

Морозова Ольга Михайловна

педагог дополнительного образования

с.Пичаево 2023

**Информационная карта**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Учреждение** | Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр» |
| **2. Полное название программы** | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественно- эстетической н направленности «В ритме танца» |
| **3. Сведения о составителе:** | |
| **3.1. Ф.И.О., должность** | Морозова Ольга Михайловна, педагог дополнительного образования |
| **4. Сведения о программе:** | |
| **4.1. Нормативная база** | Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»  Концепция развития дополнительного образования детей  (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р)  Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»  Письмо Минобр науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О  примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»  Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»  «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам |
| **4.2 Область применения** | Дополнительное образование |
| **4.3. Направленность программы** | Художественно-эстетическая |
| **4.4. Уровень освоения программы** | Стартовый |
| **4.5. Возраст обучающихся по программе** | 7-15 лет |
| **4.6. Продолжительность обучения** | 1 года |

**Блок № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

**1.1 Пояснительная записка**

Программа «В ритме танца» - это дополнительная образовательная программа художественно-эстетической направленности.

Данная программа отображает процесс развития эмоциональной сферы ребенка в коллективе сверстников и дружеской атмосфере творческого сотрудничества.

Предмет хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость, укрепляет здоровье.

Программа разработана на основе образовательной программы «Танцевальная азбука» Дворца творчества детей и юношества города Тамбова.

**Новизна** данной программы заключается:

в реализации идеи эффективного развития гармоничной личности в условиях сотворчества учащихся в разновозрастном творческом объединении;

в продуктивном внедрении в образовательный процесс информационных технологий;

в комплексном воздействии различных видов двигательной активности с целью раскрытия творческого потенциала личности;

в социализации личности в коллективе;

в развитии у учащихся мотивации к двигательной активности и совершенствовании физических и спортивных показателей

**Актуальность.** В настоящее время проблема сохранения здоровья и здорового образа жизни очень актуальна. В условиях технического прогресса резко снижается двигательная активность взрослых и детей. А детям для нормального роста и развития требуется от 4 до 6 часов энергичной физической активности. Оптимальная физическая нагрузка способствует психологическому здоровью личности, помогает эмоционально «разрядиться», то есть избавиться от стресса, накопленного в течение дня. Регулярное выполнение физических упражнений даёт заряд энергии и улучшает настроение, что способствует увеличению работоспособности

**Отличительные особенности программы.** Данная программа дает возможность восполнить пробелы спортивно-оздоровительного образования учащихся, в особенности в плане приобретения ими практических навыков работы в создании спортивно-танцевальных композиций, способствует повышению общего уровня физической и нравственно-эстетической культуры личности. Образовательные технологии направлены на развитие важнейших компетенций, обучающихся для современной жизни.

По уровню освоения Программа является общеразвивающей, так как способствует формированию духовного мира обучающихся, их самостоятельного мышления и развитию творческих способностей.

По целевой установке является образовательной – знания не только усваиваются детьми, но и используются в их жизнедеятельности.

**Адресат программы** программа предназначена для детей младшего и среднего школьного возраста (7-15 лет)

Средний школьный возраст (11-13 лет).Этот возраст – период продолжающегося двигательного совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств. У детей среднего школьного возраста достаточно высокими темпами улучшаются отдельные координационные способности, силовые и скоростно-силовые способности; умеренно увеличиваются скоростные способности и выносливость. Низкие темпы наблюдаются в развитии гибкости.

Старший школьный возраст (14-16лет).В этом возрасте дети усиленно начинают заниматься самовоспитанием. На данном этапе у них происходит процесс активного созревания организма, хорошо развита двигательная сфера. Продолжается процесс окостенения, но изгибы позвоночника еще не устойчивы. Поэтому целенаправленные занятия физическими упражнениями по Программе «Аэробика» способствуют оптимальному укреплению опорно-двигательного аппарата детей, закреплению навыка правильной осанки. Очень важным становится укрепление и сохранение здоровья детей средствами аэробики, предложенными в программе.

**Объем и срок освоения программы**

Программа ««В ритме танца» рассчитана на 1 год обучения.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы –36 часов.

**Режим занятий:**

36 рабочих недель в год, 1час в неделю.

Количество занятий в неделю - 1 раз по 1 часу. (45х45) с 10-ти минутным перерывом между занятиями. Всего 36 часов в год.

**Форма обучения – очная**.

На каждом занятии проводится музыкальная пауза. Учитывая особенности и содержание работы учебной группы, исходя из педагогической целесообразности, педагог может проводить занятия всем составом учебной группы, по звеньям, индивидуально.

Программа предназначена для освоения учебного материала в течение 1 года детьми разных возрастных групп: от 11до 16 лет. При комплектовании групп допускается совместная работа в одной группе учащихся без ограничения по возрастному и гендерному признаку.

Состав группы постоянный 10-15 человек.

**1.2 Методические условия реализации программы**

**Основной формой учебной работы** является групповое занятие. Занятие по данной программе состоят из теоретической и практической частей. Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационная часть должна обеспечить наличие всех необходимых для работы материалов и иллюстраций.

**Формы организации занятий**: лекция, экскурсия, тестирование, анкетирование, учебно-тренировочное, игровое, контрольное, хореографическое, репетиционное, соревновательное, творческое, интегрированное занятие, итоговые занятия.

Содержание программного материала предусматривает дифференцированный подход к обучению учащихся, различных по возрасту, физическим данным, уровню подготовки, индивидуальным особенностям учащихся и физиологическим возможностям ребёнка.

В образовательном процессе применяются различные методы и приемы обучения:

объяснительно – иллюстративный (рассказ, лекция, дискуссия, собеседование, голосовые сигналы, счёт, подсказки, вербальные команды и название шагов и движений).

Визуальные сигналы (визуальный счёт, специальные сигналы, обозначающие движение, направление движения, его начало и повторение), невербальные команды, просмотр видео-фото-материалов;

репродуктивный - правильная, четкая демонстрация-показ педагогом образца движения или его отдельных двигательных элементов;

тактильно-мышечная наглядность обеспечивается путем включения физкультурных пособий в двигательную деятельность детей; непосредственная помощь педагога, уточняющего положение отдельных частей тела ребенка;

наглядно-слуховые приемы представляют собой звуковую регуляцию движений (слуховой наглядностью является музыка);

пояснение сопровождает конкретный показ движений или уточняет отдельные его элементы;

исследовательский - творческие проекты, самостоятельная работа, творческие отчёты).

Используемые в работе методы опираются на процесс мышления и объединяют познавательные процессы с практическими умениями.

**Особенности организации образовательного процесса.**

При проведении занятий учитывается: уровень ЗУН учащихся, индивидуальные особенности и физиологические возможности ребёнка, особенности мышления, познавательные интересы. За период обучения, учащиеся получат определенный объем знаний, качество которых проверяется через промежуточный контроль: участие в конкурсах, фестивалях, концертных выступлениях, упражнения на умение владеть своим лицом и телом.

**1.3 Цель и задачи программы**

Цель программы: духовное и физическое развитие личности ребенка, раскрытие его индивидуальных способностей в области хореографии, формирование устойчивого интереса к искусству, художественным традициям своего народа и достижениям мировой культуры.

Достижению данной цели способствует решение следующих задач:

1. Образовательные:

* формирование у учащихся музыкально-ритмических навыков;
* формирование навыков правильного и выразительного движения в области классического и народного танца;
* ознакомление с терминологией.

2. Развивающие:

* обучение приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
* развитие эмоциональной сферы;
* физическое совершенствование;
* развитие творческой активности учащихся.

3. Воспитательные:

* способствование формированию общей культуры личности;
* развитее коммуникативных способностей учащихся, умения работать в коллективе.

Познакомить детей с основными понятиями искусства танца, определить способности каждого ученика к занятиям танцевальным искусством. Научить детей правильно и красиво ходить, держать спину. Разучить элементарные рит­мические упражнения на развитие подвижности шеи, рук, коленного и голено­стопного суставов. Развить начальные физические данные детей посредством занятий партерной гимнастикой. Воспитывать чувство ритма, музыкальность с помощью развивающих игр. Воспитывать аккуратность, пунктуальность, веж­ливость, дисциплинированность, эмпатию и коммуникативность.



**1.4. Содержание программы**

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование темы | Всего | В том числе | | Формы аттестации/  контроля |
|  |  | лекционные | практические |  |
| **Вводное занятие. Начальная диагностика** | **1** | **1** |  | тестирование, собеседование |
| Вводное занятие. Начальная диагностика |  | 1 |  |  |
| **1. Основы музыкальной грамотности** | **1** |  | **1** | практическая работа |
| **2. Правильная постановка корпуса, рук, ног, головы** | **6** | **1** | **5** | практическая работа |
| **3. Упражнения для развития координации движений** | **8** | **1** | **7** | практическая работа |
| **4. Гимнастика лежа на полу** | **6** | **2** | **4** | практическая работа |
| **5. Танцевальные игры** | **4** | **1** | **3** | практическая работа |
| **6. Основы классического танца** | **4** | **1** | **3** | практическая работа |
| **7. Основы русского народного танца** | **6** | **1** | **5** | практическая работа |
| **8. Контрольное занятие** | **1** |  | **1** | практическая работа |
| Итого: | 36 | 9 | 27 |  |

**Содержание учебного плана**

Вводное занятие. Начальная диагностика.

При наборе детей в хореографическую группу производится начальная диагностика, в ходе которой педагог оценивает физические и музыкальные способности ребят: эластичность стопы, гибкость корпуса, танцевальный шаг, музыкальность и ритмичность движений.

Первый год обучения в хореографическом объединении предполагает освоение элементарных танцевальных движений, развитие и укрепление всего организма ребенка. На занятиях логически сочетаются все виды деятельности: прослушивание и анализ музыки, упражнения на развитие координации движений в пространстве, развитие танцевальньгх и физических способностей.

Тема 1. Основы музыкальной грамотности /

С помощью преподавателя музыки рассказать о разнообразии характеров музы­кальных произведений. Определить характер музыки как веселый, спокойный, энергичный, торжественный. Познакомить с выразительным значением темпа музыки: очень медленно, умеренно, быстро, очень быстро. Предполагаемые упражнения: хлопки в темпе музыки.

Тема 2. Правильная постановка корпуса, рук, ног, головы

Танцевальные шаги по кругу, с носка на всю стопу, на полупальцах, на пятках. Бег, сгибая колени вперед («лошадка», «олень»). Галоп (раз сЬаззе в сторону) с правой и с левой ноги по кругу. Упражнение для головы: наклоны головы в стороны, вперед, назад с фиксацией положения головы прямо, повороты головы. Упражнение для плечевого сустава, для рук. Упражнение для мышц спины: наклоны вперед («дощечка») и в стороны.

Тема 3. Упражнения для развития координации движении

Движение руками по очереди: на пояс, к плечам, вытянуть вперед, к плечам, плечам, на пояс, опустить вниз. Повторить, ускоряя темп. Движение ногами: ковырялочка в сторону, прыжки на двух ногах из шестой позиции во вторую невы­воротную и обратно

Тема 4. Гимнастика, лежа на полу

Упражнения для укрепления мышечного аппарата, развития физических данных ребенка, а так же силы и выносливости.

Тема 4. Гимнастика, лежа на полу

Упражнения для укрепления мышечного аппарата, развития физических данных ребенка, а так же силы и выносливости.

Тема 5. Танцевальные игры

Игры народов мира: Италия «Птичий рынок», Япония «Японские жмурки», Болгария «Цыплята».

Тема 6. Основы классического танца

Понятие «вытянутая стопа», «прямая спина», «выворотная позиция». Уп­ражнения на середине зала вытянутой ногой (ЪаххетеЩ гепёш): выдвижение ноги вперед по шестой позиции, руки на поясе; выдвижение ноги в сторону по первой невыворотной позиции, руки на поясе. Подъем на полупальцы ( ге1еуе ) на середине зала, руки на поясе, шестая позиция ног.

Тема 7. Основы русского народного танца

Хлопки по одному, по три справа и слева, по одному спереди и сзади, с приседанием, сверху вниз справа и слева. Притопы: удар поочередно каждой ногой, дробный шаг. Прыжки по шестой позиции. «Елочка».

Тема 8. Контрольное занятие

По окончании учебного года проводится контрольное занятие, на котором подводится итог умениям и навыкам, приобретенным учениками.

1.5. **Планируемые результаты**

По окончании 1 года обучения ребенок знает правила поведения на занятии, правила личной гигиены, эстетику внешнего вида; умеет красиво ходить по кругу на полупальцах, на всей стопе, на пятках, высоко поднимая колени; исполняет бег, галоп, держит прямо спину, правильно руки на поясе, умеет под музыку делать упражнения головой, плечами и корпусом. На середине зала справляется с ритмическим рисунком «хлопушек» и «притопов». Знает свое место в классе, на середине зала, справляется с упражнениями партерной гимнастики, помнит порядок этих упражнений. Различает характер музыкальных произведений, темп, ритм, может создать под музыку образ, участвовать в развивающих играх. Ребенок хорошо переносит физическую нагрузку, старается исполнять задания красиво и правильно.

Программа рассчитана на три года обучения, на детей в возрасте 7-11 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа (1. 2 и 3 год обучения)

**Результаты воспитательной деятельности**

у учащихся сформируются такие качества, как дисциплинированность, аккуратность и пунктуальность;

коммуникативные качества;

сформируется чувство ответственности за успех общего дела.

**Результаты развивающей деятельности (личностные результаты)**

у учащихся будет развита музыкальность, чувство ритма;

будет развита гибкость, улучшится осанка;

разовьется двигательная активность;

будет развито творческое воображение.

**Блок №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»**

С целью успешной реализации данной программы разработаны подробные план - конспекты всех занятий по программе, разработан и оформлен дидактический материал, разработана методика проведения итоговой аттестации учащихся.

**2.1. Календарный учебный график**

Начало занятий с 15 сентября, окончание занятий 31 мая. Каникулы с 1 июня по 31 августа.

**2.2. Условия реализации программы**

Заинтересовать детей содержанием программы и ее конечным результатом;

организация процесса обучения в интересной доступной форме.

**Материально-техническое оснащение занятий**

Материально - технические (пространственные) условия организации познавательно-исследовательской и продуктивной деятельности детей включают:необходимое помещение для проведения занятий с зеркалом и станком;спортивные маты для занятий на полу;одежда, обувь, удобная для занятий;спортинвентарь (мячи 5 штук, скакалки 10 штук).

**Техническое оснащение**

магнитофон;

компьютер;

проектор;

экран;

записи аудио, видео, формат CD, MP3;

USB- флешки.

**Методическое и** **дидактическое обеспечение программы**

методические разработки по темам программы;

методика проведения итоговой аттестации учащихся;

игровые конкурсные программы;

информационная и справочная литература.

**Дидактическое обеспечение программы**

В процессе работы по настоящей программе используются:

информационно - методические материалы, литература;

сценарии массовых мероприятий, разработанные для организации досуга учащихся;

инструкция по технике безопасности;

диагностические методики для определения уровня ЗУН и творческих способностей учащихся;

новые педагогические технологии в общеобразовательном процессе (сотрудничество педагога с учащимися, создание ситуации успешности, взаимопомощи в преодолении трудностей, активизация творческого самовыражения);

видео и фото материалы.

**Санитарно-гигиенические требования**

Для реализации общеразвивающей программы имеется cветлое, просторное помещение, с хорошей вентиляцией. Занятия проводятся в зале, соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Он имеет хорошее освещение и периодически проветривается. Рядом с залом находятся туалет и душевые. В наличии имеется аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

**Кадровое обеспечение**

Реализация Программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей. Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей образовательной Программой. Для реализации Программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей детей.

**2.3. Формы аттестации**

Тестирование, собеседование, зачет, итоговая аттестация, показательные выступления, соревнования.

**Формы отслеживания результатов**

**образовательной общеразвивающей Программы**

Входной контроль (начальная диагностика) - собеседование, анкетирование и т.д.

Текущий контроль - беседа в форме «вопрос – ответ», беседы с элементами викторины, игра, конкурсные программы, контрольные задания, тестирование, показательные выступления.

Итоговый контроль (итоговая и промежуточная аттестация) – зачетная работа по теме, игра, участие в отчётных концертах, муниципальных конкурсах, творческих проектах.

Промежуточная аттестация проводится в начале второго, третьего и четвертого года обучения, а также в конце первого, второго, третьего года обучения.

Итоговая аттестация проводится в конце четвертого года обучения.

Практическая часть проводится в форме выполнения контрольных упражнений и в форме отчетного концерта. Теоретическая часть может проходить в форме кроссвордов, викторин, игр, ребусов.

**2.4. Оценочные материалы, способы проверки ЗУН учащихся**

В творческом объединении «Наше здоровье» в начале года проводится начальная диагностика уровня знаний, умений и навыков учащихся. Ее цель: узнать уровень способностей детей, их техническую подготовленность.

По результатам реализации Программы проводится промежуточная и итоговая аттестация по разработанным и апробированным методикам (в игровой форме, викторина, отчётный концерт, презентация, творческий проект), которые позволяют определить уровень теоретической и практической подготовки учащихся и соотнести их с прогнозируемым результатам образовательной Программы.

Диагностические методики позволяют определить активность познавательной деятельности, уровень самооценки, отслеживать личностные и творческие достижения учащихся.

**2.5 Методическое обеспечение программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | **Название раздела** | **Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал** | **Формы, методы, приемы обучения** | **Формы подведения итогов** |
|  | Вводное занятие |  |  | Опрос |
| **1** | Основы музыкальной грамотности | наглядно-иллюстрационный материал | Лекции, практическая работа.  Словесный, наглядный | Практическое задание, опрос |
| **2** | Правильная постановка корпуса, рук, ног, головы | наглядно-иллюстрационный материал | Лекции, практическая работа.  Словесный, наглядный | Практическое задание, опрос, |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **3** | Упражнения для развития координации движений | наглядно-иллюстрационный материал | Лекции, практическая работа.  Словесный, наглядный | Практическое задание, опрос |
| **4** | Гимнастика лежа на полу | наглядно-иллюстрационный материал | Лекции, практическая работа.  Словесный, наглядный | Практическое задание, опрос |
| **5** | Танцевальные игры | наглядно-иллюстрационный материал | Лекции, практическая работа.  Словесный, наглядный | Практическое задание, опрос |
| **6** | Основы классического танца | наглядно-иллюстрационный материал | Лекции, практическая работа.  Словесный, наглядный | Практическое задание, опрос |
| **7** | Основы русского народного танца | наглядно-иллюстрационный материал | Лекции, практическая работа.  Словесный, наглядный | Практическое задание, опрос |
| **8** | Контрольное занятие | наглядно-иллюстрационный материал | Лекции, практическая работа.  Словесный, наглядный | Практическое задание, опрос |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | | | | |

**2.6. Список литературы**

1. Базарова Н., Мэй В. Азбука классического т нца. Л: Искусство, 1983
2. Базарова Н. Классический танец - Л.: Искусство, 1984
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис пресс, 1999
4. Карп П. Младшая муза. - М.: Дет. лит., 1986

Пасютинская В. Волшебный мир танца: книга для учащихся. - М.: Просвещение, 1985

|  |  |
| --- | --- |
| По форме составления | Модифицированная |
| По видам деятельности | Художественно-эстетическая |
| По образовательным областям | Хореография |
| По уровню содержания | Ознакомительная |
| По форме реализации | Групповая |
| По способу реализации | Алгоритмическая |
| По широте охвата содержания | Профильная |
| деятельности |  |
| По возрасту | Младший школьный возраст |
| По сроку освоения | Долгосрочная |
| По половому признаку | Девочки, мальчики |
| По функциональному назначению | Досуговая |

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ