

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЯГУЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
Завьяловского района Удмуртской Республики
(МБОУ «Ягульская СОШ»)

ПРИНЯТО
Решением Педагогического Совета
МБОУ «Ягульская СОШ»
Протокол от «04 » июля 2023г. № 17

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по ВР
 А.В. Курбатова
(подпись) (Ф.И.О.)
« 04 » июля 2023г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Ягульская СОШ»
И.С. Ларионова
(подпись) (Ф.И.О.)
« 04 » 07 2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«Эстрадный танец»

Направленность: художественная
Возраст учащихся: 8-11 лет
Срок реализации: 36 недель (180 часов)

Автор – составитель:
Тарасенко Наталья Владимировна
Педагог дополнительного образования

Ягул 2023

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Эстрадный танец**» художественной направленности.

Данное направление способствует совершенствованию приобретенных начальных навыков и знаний в области хореографии, начальным навыкам красиво и свободно двигаться, танцевать, а также формирует художественный вкус, эстетическое и физическое развитие. Занятия ритмикой развивают наблюдательность обучающихся, дисциплинируют, сплачивают дружный, объединенный общими интересами коллектив, способствуют их общей культуре.

Актуальность программы обусловлена следующими факторами:

- создание оптимальных условий для непрерывного обучения, включая летний каникулярный период и развития творческой личности обучающегося, развитием у него музыкальности, ритмичности, основных физических качеств;
- подготовка учащихся к хореографии в дальнейшем.

Отличительной особенностью данной программы заключается в развитии и воспитании на основе современных педагогических технологий личностно–ориентированной направленности, методов, форм, приемов, способствующих наибольшей заинтересованности обучающихся в этом виде деятельности, а также более полному раскрытию их творческого потенциала и формированию стремления к саморазвитию и дальнейшему самосовершенствованию.

Новизна программы состоит в освоении и применении компетентностей личного самосовершенствования, в коммуникативной и бытовой сфере, культурно – досуговой деятельности.

Уровень сложности: начальный

Приём учащихся на начальный уровень осуществляется без отбора, принимаются все желающие.

Адресатом программы являются учащиеся в возрасте 8-11 лет.

Количество: от 8-15 человек в группе

Срок освоения программы: 36 недель

Форма обучения: очная

Режим занятий: 2 раза в неделю и 1 час на подготовку к соревнованиям/выступлениям

Объем программы: 180 часов

Форма обучения: очная. Программа предусматривает сочетание как групповых, так и индивидуальных занятий, совместную работу педагога, родителей и детей.

Цели и задачи программы

Цель: общая физическая подготовка и подготовка к дальнейшему освоению базового уровня в хореографии.

Задачи:

- формирование ритмических навыков, координации, развитие физических данных;
- формирование выразительности, музыкальности исполнения;
- привитие интереса к танцевальному искусству, культуре, воспитание трудолюбия.

Предметные результаты обучающихся:

- выполнять ритмические упражнения в соответствии с заданным ритмом музыки;
- овладеть навыками координации движений;

- приобрести опыт выступления коллективом на сцене, перед публикой.

Метапредметные результаты обучающихся:

- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели;
- уметь мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.

Личностные результаты обучающихся:

- формирование правил здорового и безопасного образа жизни;
- формирование духовно – нравственных оснований;
- развитие и реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального) исполнения.

Алгоритм учебного занятия:

1. Организационная часть - построение, поклон, объявление целей и темы урока.
2. Подготовительная часть (тренаж): подготавливает двигательный аппарат, нервную систему, эмоциональное состояние учащихся к основной части занятия.
3. Основная часть занятия («танцевальная»): повторение ранее разученного материала, совершенствование ранее полученных навыков; разучивание новых движений, комбинаций, композиций; работа над развернутыми композициями, отработка.
4. Заключительная часть: построение, домашнее задание, поклон. Снимает напряжение, излишнюю эмоциональность.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие.	2	2	-	
2.	Общая физическая подготовка				контрольное исполнение
	2.1. Упражнения для развития гибкости и координации.	38		38	
	2.2. Экзерсис на середине.	28		28	контрольное исполнение
	2.3. Партерный экзерсис.	16		16	
	2.4. Основы акробатики.	12		12	
3.	Совершенствование танцевальных навыков	30		30	
4.	Постановка и разучивание новых концертных номеров.	50	-	50	контрольные испытания
5.	Итоговый зачет-выступление	4		4	выступление
	Итого	180	2	178	

Содержание учебного плана.

1. Вводное занятие.

Теория. Инструктаж по технике безопасности: правила поведения в хореографическом зале, правила пожарной безопасности и пути эвакуации в момент пожара из учреждения.

Знакомство с планом работы на год, с целями и задачами обучения.

Понятие о гигиене. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви. Внешний вид обучающихся.

2. Общая физическая подготовка

2.1. Упражнения для развития гибкости и координации.

Совершенствование техники выполнения упражнений для развития гибкости и координации.

Практическое выполнение упражнений для развития гибкости и координации.

2.2. Экзерсис на середине.

Совершенствование техники выполнения растяжек

Практическое выполнение упражнений для растяжки спины, шеи, рук, ног; подготовка к выполнению и выполнение полушпагатов и шпагатов (прямой, правый, левый)

2.3. Партерный экзерсис.

Выполнение растяжки в партере. Техника выполнения и проработка мышц спины, рук, ног, стоп в партере.

2.4. Основы акробатики.

Техника выполнения и техника безопасности выполнения.

Отработка выполнения элемента «колесо».

3. Совершенствование танцевальных навыков

Многократное повторение танцевальных элементов и связок.

Совершенствование и отработка танцевальных связок.

4. Постановка и разучивание новых концертных номеров.

Совершенствование и многократное повторение.

5. Итоговый зачет – выступление.

Коллективное выступление на сцене.

Календарный учебный график

Режим организаций занятий по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным СанПиН.

Месяц	№ недели	Стартовый уровень		
		Т	П	К
1	1	Т		
	2	Т		
	3		П	
	4		П	
2	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
3	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	

4	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
5	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
6	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
7	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
8	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
9	1		П	
	2		П	К
	3		П	К
	4		П	К
Всего часов		2	178	
Итого за месяц	36 недель, 180 часов			

Условия реализации - Программа реализуется на базе МБОУ «Ягульская СОШ» - актовЫй зал/хореографический зал.

Материально-техническое обеспечение

- зеркала;
- фонотека (необходимые для занятий музыкальные произведения и фонограммы в записи);
- музыкальный центр

Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса – очно.

Формы организации образовательного процесса - 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.
- **заключительное занятие**, исполнение комплекса упражнений под ритмичную музыку проводится для самих детей, гостей.

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

Методы обучения: словесный (объяснение, разбор, анализ); словесный - наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр

видеоматериалов с выступлениями танцевальных коллективов); практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации в целое произведение); аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления); индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей и уровня подготовки).

Педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология дифференцированного обучения, здоровьесберегающая технология (расслабляющие физические упражнения, с использованием игровых методов; проведение бесед о соблюдении правил личной гигиены, правил поведения на улице, в общественных местах, в классе, на сцене и за кулисами);

Алгоритм учебного занятия:

1. Организационная часть - построение, поклон, объявление целей и темы урока.
2. Подготовительная часть (тренаж): подготавливает двигательный аппарат, нервную систему, эмоциональное состояние учащихся к основной части занятия.
3. Основная часть занятия («танцевальная»): повторение ранее разученного материала, совершенствование ранее полученных навыков; разучивание новых движений, комбинаций.
4. Заключительная часть: построение, домашнее задание, поклон. Снимает напряжение, излишнюю эмоциональность.

Дидактические материалы – фонограммы.

Формы аттестации и контроля реализации программы

Система оценки и отслеживания результативности программы

Система оценки и отслеживания результативности обучения имеет входной, текущий и итоговый характер, и осуществляется по нескольким формам и методам.

Способы проверки результатов:

- метод наблюдения
- контрольные занятия
- творческие проекты в концертных программах
- мнения жюри в оценки достижений в смотрах, конкурсах.

Форма контроля работы педагога по реализации данной программы являются:

- текущий – наблюдение за хореографическим развитием учеников;
- итоговый – выступления учеников на школьных мероприятиях и концертах, участие в конкурсах и фестивалях. Обобщенная оценка наблюдений поурочной работы и конкурсных выступлений.

Контрольные испытания для определения уровня развития специальных навыков

№	Тесты	Стартовый (начальный)
1	Осанка	Знания и умения как правильно контролировать мышцы шеи, головы, спины, рук, ног для правильной осанки и умение удерживать осанку при выполнении танцевальных

		упражнений и движений
2	Подъем стопы	стопа вытягивается, образуя прямую линию
3	Ритмичность	движение выполняется в собственном темпе, не согласованным с темпом и ритмом музыки, отсутствует умение начинать движение на сильной доле музыкальной фразы.
4	Правильность исполнения танцевального номера в группе	Соблюдение координации движений, правильность исполнения танцевальных элементов, музыкальность, ритмичность.

• **Осанка** – контроль при выполнении комплекса различных упражнений под музыку

• **Подъем стопы** - выполняется по 1 выворотной позиции, рабочая нога вытягивается в сторону, сохраняя натянутость колена, стопы, пальцев ног.

• **Определение ритмичности** – выполняется под музыку заданное движение.

Критерии оценивания

Высокий уровень – 3 балла

Средний уровень – 2 балла

Низкий уровень – 1 балл

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения	Примечание
1	Участие в районных, зональных, республиканских конкурсах	Выявление одаренных детей, развитие творческих способностей	В течение учебного года	
2	«Новогодний бал-маскарад»	Формирование умений работать в команде, получение знаний	Декабрь/январь	
2	«Майский школьный бал»	Выявление одаренных детей, развитие творческих способностей	Май	

Литература:

Для педагогов:

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографий. – СПб, 1996.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб,
3. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения 4 кл. Физкультура в школе, №6, 1993.
5. Казьмин В.Д. Дыхательная гимнастика. Ростов н/Д., 2000.
5. Красикова И.С. Осанка. Воспитание правильной осанки. – СПб, 2002.
6. Кряж В.Н. и др. Гимнастика. Ритм. Пластика. – Минск, 1987.
7. Кудра Т. А. Аэробика и здоровый образ жизни: Учебное пособие. – Владивосток, 2001.
8. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика. Теория и методика. – М., 2002.
9. 10. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: Теория и методика. – Ростов н/Д., 2002.
10. Михайлова М.Л. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль, 1997.

Для обучающихся.:

1. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб, 1997.
2. Физическое здоровье обучающихся и пути его совершенствования//Информационно-методический сборник №4. – М. – ГОМЦ «Школьная книга», 2003, 208с.