

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КОРДОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №14

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
МБОУ Кордовской СОШ №14
Протокол № __1__
« 29 » августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
директор
МБОУ Кордовская СОШ №14
_____ И.В.Кугушева

Приказ № 52

« 30 » августа 2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Ритмика и танец»

Направленность программы: художественная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 15-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор или составитель:
педагог дополнительного
образования
Воронина Ирина Сергеевна

КОРДОВО

2024

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Программа художественной направленности, достаточно вариативна и позволяет использовать индивидуальный творческий подход.

Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 30.12.2021) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступ. в силу с 01.03.2023).

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023).

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 г.

№ ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей».

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г.

№ 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Актуальность: Ориентация на творчество является мировоззренческой установкой современного воспитания и образования. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения Танец занимает особое место. Танцевальные занятия не только учат понимать и создавать прекрасное,

они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Автор не ставит своей целью выучить и натренировать пары для участия в конкурсах бального танца, так как это в условиях общего среднего образования за два часа занятия в неделю невозможно. Поэтому главная цель -

открыть перед учащимися мир бального танца, приобщить их к этому прекрасному виду искусства, научить элементарным основам танца, т.е. создать фундамент для более серьезного увлечения.

Уже через несколько месяцев учащиеся овладевают минимальными навыками танца.

Танцуя в паре, ребенок многому учится, и многое приобретает: вырабатывается и развивается не только коммуникабельность, взаимовыручка, умение настроиться на партнера, контроль над собой, но и культура общения в танце с преподавателем, со зрителем.

Главной особенностью данного курса является то, что наряду с популярными танцами он включает и бальные танцы, которые являются общепринятыми во всем мире. Их знает и умеет танцевать все цивилизованное общество, и они являются неотъемлемой частью общечеловеческой культуры. Учащиеся постигают язык бального танца, с помощью которого могут общаться люди, не зная разговорного языка друг друга.

Нововведением в программу являются разделы:

Современный танец;

Круговые танцы народов Мира;

Народный танец.

Ритмика и бальные танцы - как органическая часть системы образования, воспитания и развития личности ребенка в средней школе.

Организационно - педагогические основы обучения:

Программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание танцевальной культуры и привития начальных навыков в искусстве танца. Программа содержит необходимый минимум тренировочных упражнений и танцевальных движений, способствующих гармоничному развитию танцевальных способностей детей и подростков.

Содержание программы направлено на совершенствование знаний, полученных в результате обучения по программе «Ритмика и танец» (для обучающихся 5-9 классов), а именно: продолжение изучения классического экзерсиса, освоение репертуара массовых бальных танцев, знакомство с современными танцевальными направлениями, продолжение работы по развитию актерского мастерства, и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации, совершенствование исполнительского мастерства.

Каждое занятие включает элементы *ритмики, классического танца и бального танца.*

Основные принципы обучения:

принцип сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

принцип наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео - и фотоматериалы, словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные, использование тренажеров и имитаторов и т.д.)

принцип доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям, при этом, однако необходимо приучать учеников к преодолению трудностей. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов.

принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и изучение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников

На данном этапе ученики уже владеют определенным запасом танцевальной техники, первоначальной координацией движений, развито их внимание к восприятию нового материала и т.д. Учитывая возрастные сложности, необходимо поддерживать интерес детей к танцу. Например, продолжать изучение танцев-игр или делать акцент на изучении танцевальных новинок, которые привлекают внимание детей, вводить в уроки соревновательный момент, как можно активней включать в занятия элементы новой танцевальной техники — джаз-танца и современной пластики, использовать для музыкального сопровождения популярные современные инструментальные и даже вокальные произведения.

На основе знаний, полученных детьми на первом этапе знакомства с хореографией, педагог может развивать творческую фантазию детей, давать задания по самостоятельной

подготовке небольших актерских этюдов. Если позволят временные рамки.

Важным компонентом обучения на данном этапе является пополнение знаний основ музыкальной культуры. При прослушивании музыкальных произведений, выбранных для сопровождения танцевальных этюдов и импровизаций, следует объяснить ученикам выразительные возможности музыки, познакомить с произведениями разных жанров и стилей. Необходимо научиться самостоятельно анализировать музыкальные произведения, определять их жанр и форму, темп, характер, музыкальный размер и динамические оттенки. Такой анализ позволяет развить ассоциативное мышление, наиболее полно представить смысловое содержание данного музыкального произведения, осознать выразительное значение мелодии и ритма.

Ученики должны понять, что *любой танец есть эмоциональное пластическое выражение музыки*. В противном случае он становится лишь физическим упражнением под музыку. Освоение всех вышеупомянутых знаний проходит в процессе танцевального урока.

Продолжается более углубленное изучение классического экзерсиса. Расширяется репертуар бального танца, на примерах которого изучается зависимость движений от костюма определенной эпохи, а также изучается влияние костюма на манеру поведения человека, о необходимости его соответствия времени, обстоятельствам, возрасту и т. п.

Итогом обучения должно стать умение учащихся грациозно и органично двигаться, общаться с партнером, соотносить свои движения с услышанной музыкой.

Учащиеся должны определять особенности танцевальных жанров (вальс, полька, марш, русский народный танец), уметь самостоятельно находить нужные движения и исполнять их в соответствующем жанру характере, импровизировать на заданную музыку.

Как наиболее сложный элемент прорабатывается затакт. Даются задачи на определение (на слух) затактового построения. Дети должны уметь самостоятельно начинать движение из затакта и в такт, вступать в коллективное движение «канон» в различных ритмах и темпах, с различным интервалом.

К понятию «жест» добавляется понятие «поза»; начинается изучение поз классического танца.

Ритмика и элементы классического танца являются частью каждого занятия, на которых отводится 10-20 мин 1 части урока.

В конце обучения обучающие могут овладеть рядом знаний и навыков, дающих возможность создания репертуара, построенного на характерных шагах.

Обучающие должны знать:

положение «стоя боком к станку», держась одной рукой;

правила постановки рук, группировки пальцев в классическом танце;

уметь исполнить препарасьон;

уметь закрыть руку, заканчивая движение в адажио;

иметь навык выворотного положения ног «пятка против пятки» в батман тандю с 1-й позиции (вперед, назад, в сторону), а также в положении «носок против пятки» в

движениях с 5-й позиции;

знать характерные движения рук в бальных танцах;

иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру (в частности, мальчик, стоя в паре, должен научиться красиво подавать руку девочке);

различать особенности маршевой музыки (спортивной, военной), вальсов (быстрых и медленных).

исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно.

обучающий учится быть любителем музыкально-хореографического профессионального искусства, разбираться в его специфике,

уметь оценить хореографические произведения с позиции содержательности и художественности.

1.2. Цели и задачи

Цели:

социальная адаптация детей;

эстетическое развитие;

формирование духовно-нравственных ценностей;

улучшение внутренней организации;

воспитание трудолюбия;

укрепление здоровья;

раскрытие потенциала личности средствами танцевальной деятельности;
формирование культуры общения, коммуникативной, уважительного отношения к другим ученикам.

Задачи:

воспитание музыкальных способностей;
формирование правильной осанки, двигательных навыков и умений;
развитие физических данных, координации движения, пластичности, хореографической памяти, выносливости;
формирование умений соотносить движения с музыкой;
овладения свободой движения;
приобщение к хореографическому искусству;
активизация творческих способностей;
воспитание интереса и любви к искусству хореографии;
психологическое раскрепощение учащихся;
снятие физического и нервного напряжения, подъем эмоционального тонуса.

1.3. Содержание программы

Учебный план

Разделы	Количество часов
Введение. История танца	2
Ритмика - музыкальное движение	6
Ритмическая гимнастика	6
Бальные танцы	16
Современный танец (бесконтактный)	20
Круговые танцы народов мира	10
Народный танец	12
Всего:	72

Настоящая программа рассчитана на 36 учебных недель, по 2 часа в неделю и состоит из 7 разделов для учащихся 9-11 классов. Каждая тема состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение необходимых теоретических понятий, показ изучаемых элементов танца, объяснение принципа движения, беседу с учащимися, просмотр видеоматериалов.

В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий, изучение теории включается в ткань каждого учебного занятия.

Практическая часть включает разминку, отработку движений учащихся, составление вариаций из изученных движений, их исполнение. В конце каждого занятия учащиеся под руководством педагога анализируют свою работу, используя метод взаимооценки.

Раздел 1. История танца (2ч)

Введение в образовательную программу курса. Инструктаж по технике безопасности и поведения во время занятий. Беседа «История танца». Танец в древности, в эпоху первобытного строя отражал в основном: веру в сверхъестественные силы на последующие события, показ животного мира, предвосхищение предстоящей охоты. Флора и фауна.

Практическая часть: импровизации на тему «Танцы первобытных людей». Игра «Давай дружить», «Поклон». Освоение движений афропластики.

Раздел 2. Ритмика – музыкальное движение (6ч)

С 1-3 занятие. Азбука музыкального движения. Прослушивание мелодий и определение музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4. Связь музыки и движения. Ритмика, музыкально-ритмические упражнения- фигурная маршировка.

Понятия – темп, динамика, характер музыкального произведения. Разучивание различных перестроений и фигур. Игра «Найди свой путь».

С 4-6 занятие. Музыка и танец- взаимосвязь двух искусств. Характер музыкального сопровождения, его соответствие характеру движения. Игра в хлопki «Найди музыкальную фразу», сюжетно-ролевые и музыкально-подвижные игры «Знакомство» и «Простите».

Раздел 3. Ритмическая гимнастика (6ч)

Общеразвивающие упражнения на развитие координации, пластики. Элементы ассиметричной гимнастики. Движения по линии танца: ходы, галоп, бег, прыжки. Перестроения для танцев. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для развития опорно-двигательного аппарата, упражнения для различных частей тела: для головы, шеи и плечевого пояса, для рук и кистей рук, для корпуса, для ног и ступней. Специальные упражнения на осанку, пластику тела и растяжку.

Раздел 4. Бальные танцы (16ч)

Законодателем моды в бальных танцах является Англия, поэтому Международная программа бальных танцев – стандартная (медленный вальс, венский вальс, квикстеп, медленный фокстрот, танго). Латиноамериканская программа (румба, самба, ча-ча-ча, джайв, пасодобль).

Используя визуальное и контактное ведение в паре, развивая чувство ритма, музыкальность, пластику, координацию, мышечную память, внимание – учащиеся 9-11 классов разучивают танцы: «Медисон», «Гриндиор», «Буги-вуги», «Медленный вальс», «Вальс выпускников».

Отрабатывается техника движений, достигается музыкальность и ритмичность, прививается культура исполнения танца, умение ориентироваться и вести себя на танцевальной площадке. Викторина «Угадай танец».

Раздел 5. Современный танец (20ч)

Разножанровость хореографического искусства. Многообразие стилей и направлений современного танца: диско, техно, рэп, брейкданс, хип-хоп, хаус и т.д.

В начале каждого занятия разминка, общеразвивающие упражнения. Учащиеся 9-11 классов разучивают 9 танцев в современных ритмах: «Танцуй добро», «Фильм, фильм, фильм», «Зачетный», «Стиляги», флешмоб «Мы вместе», «Афрохит», «День и ночь», «Новогодний джаз», танец в стиле контемпорари «Ноченька».

Отрабатываются синхронность, чувство ансамбля, музыкальность, ритмичность и выразительность бесконтактных танцев. Игра «Звёздочки».

Раздел 6. Круговые танцы народов Мира. (10ч)

Культура исполнения круговых танцев народов Мира широко используется в Странах Прибалтики: Эстонии, Латвии, Литве. На массовых фестивалях и праздниках, где все желающие могут встать в общий круг и станцевать. Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают в какой стране и у какого народа он произошел. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце. Учащиеся 9-11 классов разучивают 4 массовых круговых танца с целью - вместе исполнять их на школьных мероприятиях, концертах и праздниках: «ЗимерАтик» (Израиль), «Восточный» (парный), «Брэйндор Марш» (Германия), «Циркасион» (или Черкесский круг).

Раздел 7. Народный танец. (10ч)

«Народный танец – это душевное восприятие окружающего мира». Изучение основных элементов народного танца. Освоение композиционного пространства. Навыки коллективного исполнительства. Обогащение исполнительской выразительности. Понятие об ансамбле, как согласованном действии исполнителей. Учащиеся 9-11 классов разучивают танцы: «Хоровод с шальями», «Ноченька», «Порушка, Поранька».

Общие теоретические понятия.

В течение всего курса учащиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног;
- позиции рук;
- позиции в паре;
- позиции европейских танцев;
- позиции латино - американских танцев;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов;
- доли счета;
- геометрия шагов.

Общеразвивающие упражнения для учащихся

Движения на развитие координации, элементы ассиметричной гимнастики, движения по линии танца:

- на носках, на каблуках;
- высоко поднимая колени;
- перекаты стопы;
- выпады;
- ход лицом и спиной;
- бег с подскоками;
- галоп лицом и спиной в центр и со сменой ног.

Перестроения для танцев:

«линии»;

«хоровод»;

«шахматы»;

«змейка»;

«круг».

Ставится задача через образное восприятие: обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды. Учащиеся среднего и старшего возраста пользуются понятиями «вес тела», «ось поворота», «ускорение», «импульс движения», Все учащиеся должны усвоить понятия «ритм», «счет», «размер», «темп» и «характер»; различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

1.4. Планируемые результаты

Планируемые результаты обучения: личностные, предметные и метапредметные умения и навыки.

В результате изучения курса «Ритмика и танец» учащиеся получают:

представление об истории танца;

знание международной программы конкурсных бальных танцев (стандартной и латино-американской);

знание разных жанров, стилей и направлений хореографического искусства;

знание музыкальной грамоты;

знание средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения;

воспитание чувства ритма, музыкального слуха посредством ритмических упражнений и музыкальных игр;

умение передать настроение и характер танца;

формирование чувства ансамбля при исполнении бесконтактных танцев;

знания танцев народов мира;

умение ориентироваться в зале и двигаться в паре;

самостоятельная оценка достигнутых результатов;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;

развитие умения взаимодействовать с окружающими в процессе постановки танца;

развитие познавательной, чувственно эмоциональной и волевой сфер обучаемых, формирование мотивации к танцам;

участие в фестивале Курагинского района «Дети разных народов»;

участие в конкурсе «Сибирские самородки» среди образовательных учреждений Курагинского района;

участие в школьных мероприятиях и сельских праздниках.

Раздел 2. Комплекс организационно- педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

п/п	№	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учеб.недель	Кол-во учеб.дней	Кол-во учеб.часов	Режим занятий	Срок проведения промежу.и итоговой аттестаций
Ритмика и танец	1-й	01.09.2023	31.05.2024	36	170	72	2 раза в неделю, во второй половине дня (по 45 мин)	Промежуточная аттестация 24 апреля Итоговая аттестация 17-24 мая 2024 г	

2.2. Условия реализации программы

Для занятий танцевального кружка желательно иметь просторное хорошо освещенное и проветриваемое помещение (танцевальный зал) с паркетным полом. Для занятий также необходимо музыкальная аппаратура (усилитель, динамики, микшер, музыкальный центр или компьютер). Для проведения показательных, праздничных и других мероприятий очень полезна небольшая сцена или возвышение с занавесом и мебель (стулья), а также специальное световое оборудование (софиты, прожектора). Соблюдение норм и правил гигиены обязательно требует наличия удобных раздевалок.

В том случае, если нет специального зала, можно использовать актовый зал. Костюмы для занятий и специальную обувь ученики приобретают сами по указанию руководителя.

2.3. Формы аттестации:

Методика определения результативности:

Результативность занятий определяется анализом следующих параметров:

развитие двигательных навыков, координации движений

развитие силы, скорости, выносливости; гибкости

освоение технического арсенала

освоение основных разделов учебной программы (азбука музыкального движения, элементы классического танца, основы бального танца)

Параметры п.п. 1, 2 контролируются постоянно посредством выполнения тестовых, творческих и специальных упражнений.

Параметры п.п. 2-4 оцениваются в ходе показательных выступлений, праздников, концертов различного уровня, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

2.4. Методические

материалы

Методические аспекты освоения программы

Основными в освоении программы курса «Ритмики и танец» являются принципы «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоции к логике», «от логики к ощущению».

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, место его происхождения. Далее учащиеся знакомятся с ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно, поэтому иногда можно идти по пути параллельного освоения фигур.

В работе на занятиях для педагога важными задачами является:
правильно поставить в пары, и если потребуется вовремя заменить партнеров;

научить двигаться в паре;

четко соблюдать последовательность подачи информации о движении;

параллельно изучать сразу 2-3 танца, что разнообразит занятие, повышает интерес учащихся, приводит к более быстрому «растанцовыванию» учащегося;

сформировать привычки и навыки на эмоциональном уровне;

создать на занятии психологический микроклимат, свободно общаясь с учащимися на принципах сотворчества, содружества, общего интереса к делу;

поддерживать на занятиях атмосферу радости, интереса и веселья, побуждая учащихся к творчеству;

использовать игровые моменты, ролевые игры для создания положительной мотивации, направленные на переключения внимания, разгрузку и отдых.

Основные принципы в работе с учащимися: доступность, системность, последовательность, учет возрастных особенностей, заинтересованность, перспективность.

Основные методы работы

наглядный -практический качественный

показ; словесный - объяснение, желательно образное; игровой-учебный;

творческий-самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов.

Качество знаний, умений и практических навыков учащиеся выявляются на зачётных уроках и выступлениях. С первых уроков важна работа над культурой исполнения движений.

Требования к уровню подготовки.

В результате освоения курса учащиеся должны:

иметь представление о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;

уметь ориентироваться на сценической площадке;

уметь самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;

иметь навыки ансамблевого исполнения, сценической практики.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

В процессе обучения используются следующие методы обучения: ознакомление - создание общего предварительного представления, об элементе, которое лежит в основе сознательного освоения любого двигательного действия. В результате первичных сведений о новом элементе (форме, амплитуде, направлении приложения усилия, позиции) и двигательного навыка, накопленного в памяти ученика, устанавливаются общие связи, обеспечивающие построение исходной программы предстоящих двигательных действий.

разучивание, закрепление навыка - непосредственное овладение основами техники выполнения элемента. На данном этапе в результате активной совместной работы учителя и обучающегося уточняются представления о динамике движения, осуществляется закрепление двигательного навыка, осуществляется связь с предыдущими изученными движениями.

совершенствование техники - На данном этапе осуществляется твердое усвоение двигательного навыка, умение выполнять движения ритмически верно, в том числе в паре. В обучении танцами определяющими являются общепедагогические принципы и методы преподавания. Одним из основных методов обучения танцу по данной программе является использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний. Изучение и проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного усвоения. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей. Обучение танцевальным движениям происходит путем

практического показа и словесных объяснений. Основными в освоении программы «Ритмика и танец» являются принципы:

«от простого к сложному, «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущению». При изучении балетных танцев используется метод деления движений на простые части с последующей группировкой частей в нужной последовательности.

Целостный метод – разучивание движений целиком в замедленном темпе используется при изучении движений национальных танцев, балансе, в современных танцах. Метод временного упрощения используется, например, при изучении вальса.

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения, его ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно. Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся считывать движения.

В танцах со сложной координацией необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Танец начинается “от пола”, и следует показать и объяснить в следующей последовательности:

куда наступает (как переносим вес); как ставим ногу (как работает стопа); что делает колено;

как работают бедра; что делает корпус; как танцуют руки;

куда направлен взгляд (что делает голова).

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание. Методические особенности курса «Танцы» взаимосвязаны между собой. При правильном их применении успешнее решаются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи в формировании гармонично развитой личности. Занятия по курсу «Танцы» должны проводиться в специальном зале, оборудованном зеркалами. Дидактический материал – аудиозаписи, соответствующие программе и танцевальному репертуару. В качестве технического оснащения на каждом занятии используется аудио – магнитофон. На занятиях по получению теоретических знаний в области танцевального искусства может использоваться теле–видео аппаратура.

Танцевальный урок включает в себя три основных части:

разминка (вспомогательно - тренировочные упражнения), работа у станка;

разучивание новых движений в соответствии с подобранным репертуаром;

репетиционно - постановочная работа.

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема занятия	Виды деятельности учащихся	Календарная дата проведения	Фактическая дата
Раздел 1. История танца (2ч)				
1	Введение. История танца. Игра «Давай дружить».	Введение в программу курса. Изучение инструктажа по ТБ и правил поведения на занятиях. Беседа «Танцы в древние времена». Игра «Давай дружить».	03.09	
2	Импровизация на тему «Танцы первобытных людей». Освоение движений афропластики.	Импровизация на тему «Танцы первобытных людей». Освоение движений афропластики. Поклон.	03.09	
Раздел 2. Ритмика-музыкальное движение (6ч)				
3	Ритмика-музыкальное движение. Освоение музыкально – ритмических упражнений.	Ритмика, музыкально-ритмические упражнения. Знакомство с общими теоретическими понятиями: позиции рук и ног, в паре, линия танца, доли счёта, геометрия шагов.	10.09	
4	Азбука музыкального движения. Прослушивание мелодий и определение музыкальных размеров.	Прослушивание мелодий и определение музыкальных размеров 2/4, 3/4. Понятия – темп, динамика, характер.	10.09	
5	Связь музыки и движения. Освоение фигурной маршировки и различных перестроений.	Фигурная маршировка. Разучивание различных перестроений и рисунков.	17.09	

6	Музыка и танец-взаимосвязь двух искусств. Определение характера музыки.	Характер музыкального сопровождения, его соответствие характеру движения.	17.09	
7	Разучивание сюжетно-ролевых игр: знакомство, простите, найди свой путь.	Игры: «Знакомство», «Простите», «Найди свой путь».	24.09	
8	Музыкально-подвижные игры: «Выбери пару», «Найди музыкальную фразу».	Игра в хлопки «Найди музыкальную фразу». Разучивание игры в ритме вальса «Выбери пару».	24.09	
Раздел 3. Ритмическая гимнастика (6ч)				
9	Освоение общеразвивающих упражнений	Освоение упражнений на развитие координации, пластики.	01.10	
10	День учителя. Праздничный концерт-поздравление.	Выступление с танцевальными номерами.	03.10	
11	Освоение элементов ассиметричной гимнастики.	Освоение элементов ассиметричной гимнастики.	08.10	
12	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	Освоение системы упражнений для развития отдельных групп мышц и подвижности суставов.	08.10	
13	Упражнения для развития опорно-двигательного аппарата и для различных частей тела.	Разучивание упражнений: для опорно-двигательного аппарата, для головы, шеи и плечевого пояса, для рук и кистей рук, для корпуса, для ног и ступней.	15.10	
14	Освоение специальных упражнений на осанку, пластику	Освоение упражнений на осанку, пластику тела и растяжку.	15.10	

	тела и растяжку.			
Раздел 4. Бальные танцы (16 ч)				
15	Разминка.Разучивание движений 1-ой фигуры танца «Медисон».	Беседа. Ознакомление с международной программой бальных танцев (стандартной и латиноамериканской). Знакомство с понятиями: контактное и визуальное ведение в паре. Разминка. Отработка движений танца «Медисон».	22.10	
16	Разминка.Разучивание и отработка движений 2-ой фигуры танца «Медисон».	Разминка. Общеразвивающие упражнения. Отработка движений танца «Медисон».	22.10	
17	День творчества. Проучивание фигур и движений бального танца «Медисон».	Разминка. Проучивание фигур и движений танца «Медисон». Отработка корпусного движения, правильного и полного переноса веса.	29.10	
18	Осенний бал. Выступление с танцем «Вальс».	Выступление с танцем «Вальс».	01.11	
19	Разучивание и отработка движений 1-ой, 2-ой и 3-ей фигур танца «Гриндиор».	Разминка. Работа над 1-ой, 2-ой и 3-ей фигур танца «Гриндиор».	12.11	
20	Разминка. Работа над танцем «Гриндиор».	Отработка фигур и движений танца «Гриндиор».	12.11	
21	Знакомство с элементами и движениями 1-ой, 2-ой и 3-ей фигуры бального танца «Буги-вуги».	Разминка. Разучивание движений и элементов фигуры бального танца «Буги-вуги».	19.11	

	вуги».			
22	Фестиваль «Дети разных народов» в пгт Курагино.	Выступление с русским народным танцем.	19.11	
23	Разминка.Отработка фигур и движений бального танца «Буги-вуги».	Разминка. Работа над фигурами и движениями танца «Буги-вуги».	26.11	
24	День матери. Праздничный концерт – поздравление. Выступление с танцевальными номерами.	Генеральная репетиция. Выступление с концертными танцевальными номерами.	28.11	
25	Викторина «Угадай танец». Разучивание танца «Медленный вальс» (1-ая, 2-ая вариации).	Разминка. Викторина «Угадай танец». Разучивание танца «Медленный вальс» (1-ая, 2-ая вариации).	03.12	
26	Разминка. Отработка танца «Медленный вальс».	Работа над выразительностью и контактным ведением в паре.	03.12	
27	Проучивание и отработка движений танца «Вальс выпускников».	Разминка. Проучивание и отработка движений танца «Вальс выпускников». Контактное и визуальное ведение в паре.	10.12	
28	Разучивание и отработка фигур и движений танца «Вальс выпускников».	Разминка. Отработка движений бального танца «Вальс выпускников».	10.12	
29	Бесконтактные танцы:	Разминка. Бесконтактные танцы: «Медисон»,	17.12	

	«Медисон», «Гриндиор», «Буги-вуги».	«Гриндиор», «Буги-вуги».		
30	Разучивание новогодних танцев: «Полонез», «Менуэт», «Полька».	Разминка.Отработка фигур и движений новогодних танцев: «Полонез», «Полька».	17.12	
Раздел 5. Современный танец (20ч)				
31	Многообразие стилей и направление современного танца. Просмотр видеоматериала.	Беседа «Современный танец». Просмотр видеоматериала. Прослушивание музыкального материала.	24.12	
32	Новогодний бал для 8-11 классов. Показ бальных танцев и игр.	Показ бальных танцев и игр: «Полонез», «Менуэт», «Полька», «Фигурный вальс», «Черкесский круг», «Предчувствие любви» и другие.	26.12	
33	Отработка движений и элементов танца «Танцуй Добро» (1-ая, 2-ая фигуры).	Разминка.Работа над фигурами и движениями танца «Танцуй добро».	14.01	
34	Разминка. Проучивание фигур и движений танца «Танцуй Добро».	Работа над музыкальностью и синхронностью исполнения движений.	14.01	
35	Разминка.Разучивание 2-ой фигуры танца «Фильм, фильм, фильм».	Разминка. Проучивание 2-ой фигуры танца «Фильм, фильм, фильм».	21.01	
36	Разминка.Разучивание 3-ей фигуры танца «Фильм, фильм, фильм».	Разминка. Проучивание 3-ей фигуры танца «Фильм, фильм, фильм».	21.01	

	фильм».			
37	Игра «Звездочки». Отработка эстрадного танца «Фильм, фильм, фильм».	Разминка. Игра «Звездочки». Отработка эстрадного танца.	28.01	
38	Видео – экскурсия «В мире танца». Просмотр видеофильма.	Просмотр видеофильма «В мире танца». Анализ просмотренного фильма.	28.01	
39	Разминка. Знакомство с элементами эстрадного танца «Зачетный».	Разминка. Разучивание элементов эстрадного танца «Зачетный».	04.02	
40	Разучивание движений и элементов 1-ой фигуры эстрадного танца «Зачетный».	Разминка. Проучивание 1-ой фигуры танца «Зачетный».	04.02	
41	Разминка.Отработка движений и элементов 2-ой фигуры танца «Зачетный».	Разминка. Работа над 2-ой фигурой танца «Зачетный».	11.02	
42	Разучивание движений и элементов 3-ей фигуры танца «Зачетный».	Разминка. Работа над 3-ей фигурой танца «Зачетный». Отработка всех фигур танца. Работа над динамикой.	11.02	
43	Разминка.Разучивание и отработка движений танца «Стиляги».	Разминка. Разучивание и отработка движений танца «Стиляги».	18.02	
44	Разминка.Разучивание и отработка движений 1-ой фигуры	Разминка. Работа над 1-ой фигурой танца «Стиляги».	18.02	

	танца «Стиляги».			
45	Разминка.Разучивание и отработка 2-ой фигуры танца «Стиляги».	Разминка. Разучивание и отработка 2-ой фигуры танца «Стиляги».	25.02	
46	Разминка.Разучивание и отработка 3-ей фигуры» танца «Стиляги».	Разминка. Разучивание и отработка 3-ей фигуры эстрадного танца.	25.02	
47	Разминка.Знакомство с элементами флешмоба «Мы вместе».	Разминка. Разучивание элементов танца «Мы вместе».	03.03	
48	Разминка.Разучивание 1-ой части флешмоба «Мы вместе».	Разминка. Работа над движениями 1-ой части танца «Мы вместе».	03.03	
49	Разминка.Разучивание 2-ой части флешмоба «Мы вместе».	Разминка. Работа над движениями 2-ой части танца.	10.03	
50	Районный конкурс «Сибирские самородки». Участие с 2 танцами.	Подготовка и отработка двух танцевальных номеров для конкурса «Сибирские самородки».	17.03	
Раздел 6. Круговые танцы народов Мира (10ч)				
51	Введение. Круговой танец. Беседа «Культура Прибалтики - массовые танцы народов Мира».	Понятие - круговой танец. Беседа «Культура Прибалтики – массовые танцы народов мира». Разминка. Разучивание движений еврейского танца.	17.03	
52	Круговой танец «ЗимерАтик». Отработка фигур и движений.	Разминка. Проучивание и отработка движений 1-ой фигуры еврейского танца.	20.03	

53	День творчества.Выступление с круговыми танцами.	Разминка. Проучивание и отработка движений 2-ой фигуры еврейского танца.	31.03	
54	Круговой танец «Восточный». Работа над движениями 1-ой фигуры.	Разминка. Разучивание движений 1-ой фигуры парного танца «Восточный».	31.03	
55	Разминка.Отработка движений 2-ой фигуры «Восточного» танца.	Разминка. Работа над 2-ой фигурой танца в восточном характере.	07.04	
56	Разминка.Круговой парный танец «Брэймбор Марш».	Разминка. Проучивание движений 1-ой фигуры танца «Брэймбор Марш».	07.04	
57	Отработка движений 2-ой фигуры парного кругового танца «Брэймбор Марш».	Разминка. Разучивание 2-ой фигуры и отработка движений немецкого танца.	14.04	
58	Черкесский круг «Циркасион». Работа над движениями 1-ой и 2-ой фигуры танца.	Разминка. Разучивание и отработка 1-ой, 2-ой фигур танца «Циркасион».	14.04	
59	Разучивание и отработка 3-ей и 4-ой фигуры танца «Циркасион».	Проучивание фигур и движений танца «Циркасион».	21.04	
60	Зачётный урок-концерт.	Показ круговых танцев на школьном мероприятии.	21.04	
Раздел 7. Народный танец (10ч)				
61	Разминка. Разучивание русских движений их танца «Порушка Пораня».	Работа над выразительным и точным исполнением движений.	28.04	
62	Средства музыкальной	Изучение средств музыкальной выразительности на	28.04	

	выразительности на основе танцевального движения.	основе танцевального движения.		
63	«Народный танец - один из видов хореографического искусства». Работа над танцем «ПорушкаПораня»	Разучивание: положений рук на поясе, в паре, шаги с приставкой и подскоком, притом одинарный и тройной. Работа над характером танца.	05.05	
64	Разминка. Проучивание фигур и движений танца «Хоровод с шальями». Концерт в СДК.	Работа над элементами народного танца: припадания, ковырялочка, моталочка. Отработка рисунков и перестроений в танце.	08.05	
65	Разминка. Разучивание и отработка движений 1-ой фигуры танца «Ноченька».	Знакомство с элементами и движениями танца «Ноченька».	12.05	
66	Знакомство с видеофильмом «Волшебный мир танца».2-ая фигуры танца «Ноченька».	Просмотр видеофильма «Волшебный мир танца». Анализ просмотренного фильма. Разучивание 2-ой фигуры танца «Ноченька».	12.05	
67	Разминка. Работа над танцами «Ноченька» и «Порушка Пораня».	Отработка фигур и движений танцев.	19.05	
68	Разминка. Разучивание движений 3-ей фигуры танца «Ноченька».	Работа над танцевальной техникой и точностью исполнения движений танца.	19.05	
69	Разминка. Отработка фигур и движений танца «Ноченька».	Генеральная репетиция концертных танцевальных номеров.	21.05	
70-72	День детских объединений.	Общешкольное мероприятие. Выступления детских	22.05	

	Выступление с танцами «Ноченька», «Порушка, Пораня». Итоговая аттестация	творческих объединений.		
--	--	-------------------------	--	--

Список литературы

2.6. Учебная литература

1. Программа «Ритмика и бальные танцы» для общеобразовательных учреждений - автор Е.И. Мошкова. М.: «Просвещение», 1997.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – М.; Л.; 1964.
3. Веденеева И. Будь молодой и грациозной. – М.,1986.
4. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Л.,1981
5. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. - М.,1988
6. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. -М., 1986
7. Современный бальный танец/ под ред. В. М. Строганова и В.И. Уральский. –М.,1988.
8. Бекина С. И др., Музыка движение – М.: Просвещение,1984
9. Вахромеев В.А. Элементарная теория музыки. – М.: Музыка, 1983.
10. Пинаева Е. Танцы современных ритмов для детей. Учебно-методическое пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток»
11. Пинаева Е. Массовые композиции для детей. Учебно-методическое пособие. –Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2006.

12. Сиротинина Т. Ритмическая азбука: Муз.пособ. – М., 1994. 13. Видеосборник. Учебный цикл «Линия танца». 1,2 кассеты. 14. Диск «Танцы народов Мира».
- 15.** Для бальных танцев: сборники танцевальной музыки М. Росса. 16. Барышникова Т. Азбука хореографии - М.: Ральф, 2000.