

**Дополнительна образовательная программа
«Волшебный башмачок»**

(художественная направленность,
хореография)

(для детей младшего школьного возраста)

Срок реализации программы – 1 год

Автор-составитель:
Гаспарян А.Г.
Учитель начальных классов
МБОУ СОШ № 6

г. Георгиевск, 2023

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «**Волшебный башмачок**» художественно-эстетической направленности создана для образовательных учреждений различных типов, культивирующих хореографию как средство развития эстетических, танцевальных и двигательных качеств обучающихся.

Хореография предоставляет уникальную возможность телу и духу достичь творческой гармонии. Потребность в музыкально-пластических занятиях ощущается уже с 7-9 летнего возраста, когда психологический аппарат ребенка не только наиболее предрасположен для данного рода занятий, но и нуждается в них. Распространенное у детей искривление фигур, косолапость успешно исправляются и, как правило, вообще не имеют место при систематических занятиях танцем. Возможности развития координации, развитие органов чувств, сенсорных умений и совершенствование восприятия – первоочередная задача при обучении танцам.

Программа рассчитана на 1 год реализации. Занятия проходят в соответствии с учебным планом: 1 раз в неделю по 1 часу (1 час равен сорока пяти минутам).

Ведущие разделы (блоки) программы:

- Культурологический
- Обучающий
- Воспитательный

Программа по степени авторского вклада является модифицированной, создана на основе программы В.Ю. Никитина «Модерн-джаз танец» (начало обучения), утвержденной к использованию в образовательном процессе Всероссийским Центром художественного творчества учащихся и работников начального, профессионального образования в 1998 году.

1. Концепция программы

Обоснование выбора.

Танец- это всегда красота линий, легкость движения. В этом смысле хореография предоставляет уникальную возможность, наряду с ведущим пластическим искусством, с музыкальной ритмопластикой физической подготовкой, где человеческое тело и дух достигают творческой гармонии.

Быстрые темпы развития общества требуют умения идти «со временем в ногу». Неоспоримо, что классическое искусство нельзя переоценить. И своевременные хореографические произведения требуют не малой оценки, так как являются составляющей огромного мира классического танца.

Занятия танцами способствуют решению следующих задач:

- Умение ориентироваться в пространстве
- Развитие равновесия и координации
- Развитие композиционно-постановочных способностей и танцевальных данных
- Укрепление сердечно-сосудистой системы
- Развитие гибкости
- Увеличение силы мышц
- Постановка осанки
- Воспитание чувства коллективной работы
- Развития художественного мышления

-Эстетическое обогащение внутреннего мира

Ведущая цель и конкретизирующие ее задачи.

Цель - Формирование эстетической культуры обучающихся, посредством современных танцев.

Задачи

Развивающие:

- Обеспечение развития форм, функций организма в зависимости от его физиолог. строения.
- Развитие умения целесообразного использования сил и здоровья.
- Развития чувственно-эмоционального образного мышления и артистизма.
- Развитие подвижности всех отделов тела учащегося

Воспитательные:

- Воспитание уверенности в своей физической силе, выдержке и самообладанию
- Воспитание и формирование ценностей и целевых установок обучающихся, и художественного вкуса.
- Обогащение личного художественного опыта с учетом индивидуальных свойств личности.
- Воспитание основ коллективизма, чувства плеча и взаимопомощи.

Обучающие:

- Обучение разным видам современного танца: эстрадного, джазового, модерна и элементам классического танца.
- Обучение способам развития двигательных способностей и расслабления организма.

Содержание, методы и формы обучения

Основные принципы современного танца относятся, прежде всего, к технике движений. Они сложились в процессе эволюции различных систем танца. Эти принципы были заимствованы в основном из джазового танца, танца модерна, а также из классического балета.

Принципы движения, заимствованные из классического танца.

- Четкая система движений
- закладывание фундамента исполнительской культуры

Принципы движения, заимствованные из танца модерна.

- Философский подход
- Основа движения – позвоночник

Принципы движения, заимствованные из джаз танца.

- Активное передвижение исполнителя в пространстве, как по горизонтали, так и по вертикали
- Изолированные движения различных частей тела
- Использование ритмически сложных и синкопированных движений
- Полиритмия танца
- Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца
- Функционализм танца

На занятиях используются следующие средства:

- Физические упражнения (основные): упражнения стреч-характера, наклоны и повороты торса, движения направленные на растяжения и развитие эластичности мышц.
- Танцевальные упражнения
- Музыкальное сопровождение

- Релаксационные занятия на восстановление дыхания и расслабление мышц
- Творческие задания композиционно-постановочного характера
- Беседы по истории хореографии

Реализация основных разделов обучающего Блока программы и их составляющих

Основные разделы и их составляющие	Распределение времени на занятии
Развитие двигательных способностей:	
Разогрев	3 минуты
Изоляция	3 минуты
Упражнения для позвоночника	4 минуты
Партерный экзерсис:	
Уровни	10 минут
Современные танцы:	
Передвижение в пространстве	10 минут
Комбинации	10 минут
Релаксация	5 минут
Всего:	45 минут

Для поддержания интереса к предмету в коллективе создается положительная психологическая атмосфера. Огромным стимулом в работе являются показательные выступления, организующие для каждого ребенка ситуацию успеха, способствующую развитию навыков самообразования и самообучения.

Общая результативность освоения программы.

Оценочная деятельность.

Основным результатом обучения, по данной программе, по данной программ, является формирование у обучающихся: стойкого интереса к занятиям, ценностей воспитания художественного вкуса и развития собственной физической формы, чувства общности.

Оцениванию будет подвергаться следующее:

- Воспитательные мероприятия в течение года, раздел программы «история хореографических искусств»

Форма оценки: похвала, одобрение, поддержка и порицание.

- Танцевальная деятельность обучающихся в течение года.

Форма оценки: определение уровня владения танцевальными движениями, к которым относятся:

критический, достаточный и оптимальный.

Уровни оценки	Критический	Достаточный	Оптимальный
Характеристика выполненных движений	Движения выполняются не верно, с ошибками, нечетко, темп нарушен	Структура танца еще не идеальна, но в основном выполняется правильно. Темп не нарушен	Движения выполняются ритмо-пластически верно, без ошибок, проявление типичных для танцевального искусства способностей

Необходимые условия реализации программы

Особенности организации учебного процесса.

Формы организации образовательного процесса:

- Индивидуальная: определение уровня развития двигательных способностей волевых качеств и уровня самооценки, определение потребностей и мотиваций к обучению.
- Фронтальная: для предварительного определения хореографических способностей обучающихся и Первоначального осваивания танцевальных элементов и связок.
- Групповая: для формирования танцевальных номеров и показательных выступлений с целью определения особо одаренных обучающихся.

Учебно-методическое оснащение.

Психологические процедуры личностного развития и меж предметных отношений в группах

Методика В.М. Русалова количественной оценки свойств темперамента человека.
Методика Е.П. Ильина изучение волевых качеств «Групповая психотерапия» Автор К.С. Рудестам
Тесты «Определите свои возможности» (описанные в книге Т.Барышниковой «Азбука хореографии»)
Тесты на определение танцевальных возможностей

Материально –техническое оснащение.

Помещение удовлетворяющее санитарно-гигиеническим нормам, оснащение учебного класса зеркалами и станками.
Аудио-магнитофон и комплект аудиозаписей для проведения занятий.
Индивидуальные коврики для занятий.

План учебных занятий

№	Основные компоненты (блоки)	Всего часов	Информационные	Практические	Организация творческой самореализации	Контрольно-Оценочная деятельность
1	<u>Культурологический блок:</u> 1. История хореографического искусства 2. Посещение хореографических выступлений	1	0,5		0,3	0,2
		3	0,5	2,5		
2	<u>Обучающий блок:</u> 1. Развитие тела 2. Партерный экзерсис 3. Современные танцы 4. релаксация	10	0,5	9	1	0,5
		5	0,5	4		0,5
		10	0,5	8		0,5
		3	0,5	2		0,5
3	<u>Воспитательный блок</u>	2	0,5	2,5		
	Итого	36				
	:					

2. Программа (основная часть)

Блок 1: «Культурологический» (4 часа)

1.1 «История хореографического искусства» (1 час)

Теоретико-методологические (информационные основы).

- Понятие хореографии.
- Виды и жанры хореографии.
- Основы развития современного танца
- Жизнь и деятельность известных балетмейстеров 30-60х годов.: Дж. Баланчин, Айседоры Дункан, Лои Фуллер, Рут Сен-Дэни, Тед Шоун.
- Хореографическое пространство города Тольятти.

Организация творческой самореализации.

- Выпуск коллективной стенной газеты «Мир танца»

Контрольно-оценочная деятельность.

- Анализ творческого вклада в коллективную работу.
- Контрольный опрос

1.2 Посещение хореографических выступлений (3 часа)

Теоретико-методологические (информационные основы).

- Правила поведения на дороге и во время посещения культурных мероприятий.

- Традиция конкурсных хореографических акций, анонс выступлений (предварительное ознакомление)

Практические занятия

- Просмотр и анализ выступлений

Блок 2: «обучающий» (28 часов)

2.1 Развитие тела (10 часов)

Теоретико-методологические (информационные) основы.

- Понятие о двигательных способностях человека
- Средства и способы активизации тела
- требования по выполнению упражнений

Практические занятия

- Этапы развития тела:

- Разогрев:
 - улучшение гибкости шеи
 - улучшение эластичности плечевого пояса, плечевых суставов;
 - улучшение подвижности тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра;
 - улучшение эластичности мышц коленного сустава;
 - увеличение эластичности мышц голеностопного сустава
 - прыжки
- Изоляция:
 - улучшение координационной работы мышц шеи
 - увеличение координационной работы плеч
 - развитие умений работы грудной клетки при безучастности других частей тела
 - увеличение подвижности тазобедренного сустава (бедра)
 - практическое закрепление знаний основных позиций рук и развития эластичности мышц плечевого, локтевого, лучезапястных суставов и кисти
 - закрепление знаний на практике основных позиций ног и развитие координационного передвижения тела в пространстве
- Упражнения для позвоночника:
 - исправление осанки
 - снятие напряжения от полученной нагрузки
 - для разогрева и возврата в рабочее состояние позвоночника и его отделов
 - для развития гибкости корпуса в поясничном отделе позвоночника

Оценочная деятельность

- Наблюдение, беседы, тестирование, основанное на определении двигательных способностей, контрольный Опрос

2.2 Партерный экзерсис (5 часов)

Теоретико-методологические (информационные) основы.

- Средства и способы развития гибкости, эластичности мышц и устойчивости.
- Требования по выполнению упражнений
- Беседы на тему «Воля-путь к успеху»

Практические задания

- По ориентации в пространстве класса при непоследовательной смене уровней
- По развитию силы мышц живота и эластичности мышц паховой области
- По развитию выворотности ног и танцевального шага

Оценочная деятельность

- Наблюдение, тестирование, основанное на определении двигательных способностей и собеседование

2.3 Современные танцы (10 часов)

Теоретико-методологические (информационные) основы.

- Характеристика современного танца
- Роль его развития в мировом хореографическом искусстве и эстетическом развитии личности
- Особенности выполнения упражнений различных видов современного танца
- Особенности композиционной постановки танца
- Характеристика музыкального сопровождения

Практические задания

- Разучивание движений различных стилей (без и с музыкальным сопровождением различного темпа)
- Соединение движений в связке, их отработка и закрепление
- Соединение связок в танец
- Отработка танцев

Оценочная деятельность

- Наблюдение, индивидуальные показательные выступления

Организация саморегуляции

- Выступления всех учащихся на мероприятиях различных уровней в зависимости от достигнутых результатов

2.4 Релаксация (3 часа)

Теоретико-методологические (информационные) основы.

- Требования по выполнению движений
- Средства и способы расслабления мышц тела

Практические задания

- Расслабление мышц тела
- Способы концентрации внимания на работе мышц во время исполнения движений

Оценочная деятельность

- Наблюдение. Собеседование.

Блок 3: «воспитательный» (4 часа)

Теоретико-методологические (информационные) основы.

- Цель и задачи объединения
- Знакомство с обучающимися
- Решение организационных вопросов: режим занятий, медицинский доступ, санитарно-гигиенические нормы.
оказание первой медицинской помощи.
- Диагностика потребностей обучающихся в предмете

Практические задания

- Водные занятия – демонстрация различных танцевальных движений, Проведение игр на знакомство.
- Текущие занятия – организация праздничных выступлений на уровне своего образовательного учреждения.
- Заключительные занятия – подведение итогов работы за год. Обсуждение выступлений на мероприятиях.
Рекомендации по дальнейшему совершенствованию способностей обучающихся в спортивных, танцевальных, хореографических ансамблях, секциях, студиях.