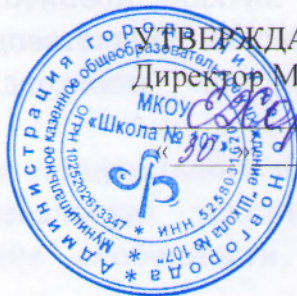




АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Школа № 107»

Рассмотрена на педсовете
Протокол № 6
«30» 08 2018 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ «Школа №107»
Е.А.Хорошева
«30» 08 2018 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Танцевальный калейдоскоп»

Возраст обучающихся: с 7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор программы:
Еремеева Елена Сергеевна
педагог дополнительного образования
высшей категории

Нижний Новгород
2018

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Направленность дополнительной образовательной программы.

Программа кружка «Танцевальный калейдоскоп» МКОУ «Школа № 107» представляет дополнительный образовательный курс художественно-эстетической направленности.

Программа «Танцевальный калейдоскоп» предназначена для преподавания основ хореографического искусства и элементов танцетерапии в режиме внеурочных занятий. Программа является основой занятий кружка. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, руководитель кружка, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий.

Педагог должен научить учащихся основам танцевального искусства, дать им необходимые знания, навыки, танцевальную технику, учитывая возрастные, физические и психологические особенности учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

Программа разработана на основе программы образцового хореографического коллектива «Щелкунчик» государственного образовательного учреждения дополнительного образования детей Центр эстетического воспитания детей Нижегородской области. ООО «Педагогические технологии», 2006 г. Авторы: Сомова Е.А., Лукинская Н.Ю. для детей с 7 лет.

Новизна дополнительной образовательной программы заключается в использовании на занятиях элементов танцетерапии.

Танцевальная арт-терапия — это использование танца и движения как процесса, способствующего интеграции эмоционального и физического состояния личности. Любой вид танца способствует правильному физическому и психологическому развитию человека.

Новые педагогические технологии в проведении занятий.

На занятиях используются новые формы работы такие как:

- ритмопластика и ритмическая гимнастика,
- психогимнастика под музыку,
- коммуникативные танцы,
- хореографические этюды с предметами и без предметов,
- импровизация,
- эвритмия.

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корригируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль,

самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

Новые направления работы дают детям возможность накопления впечатлений и двигательных навыков.

На занятиях применяются здоровьесберегающие технологии такие как:

- Системность
- Поэтапность
- Релаксация
- Рациональное дыхание
- Самомассаж
- Доступные для выполнения задачи
- Соответствие плотности урока рекомендуемым нормам
- Соотношение статического и динамического компонента урока
- Распределение психической и физической нагрузки
- Облегченная одежда
- Проветривание
- Влажная уборка

Актуальность программы.

У детей с ограниченными возможностями здоровья двигательная активность существенно зависит от вида заболевания и не находит выхода в естественных играх, которыми с раннего детства занимаются обыкновенные дети. Это влечет за собой гиподинамию, а также недостаток знаний о своём организме и его возможностях.

Надо отметить положительное влияние занятий танцами на развитие личности, что особенно ярко проявляется у детей с ограниченными возможностями здоровья. Систематическое занятие танцами способствует развитию статической выносливости, координации движений, повышению адаптивных возможностей сердечнососудистой и дыхательной систем, развития волевых качеств, работоспособности, что в целом создает для них благоприятный психологический климат.

Результат работы – концертные номера, являются украшением всех школьных праздников.

Цель: коррекционно-развивающее обучение, улучшение состояния здоровья, повышение функциональных возможностей организма.

Учебно – музыкальные задачи:

- научить взаимосвязи музыки и движения;
- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально- двигательные, художественно – творческие).

Развивающие задачи:

- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;

- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

Воспитательные задачи:

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству разных народов;
- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- принимать участие в концертной жизни школы.

Отличительные особенности программы.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа рассчитана на три года обучения. Занятия проводятся по расписанию в младшей, средней и старшей группе 3 раза в неделю по 60 минут.

В кружке занимаются ребята 7 - 15 лет, наполняемость групп 6-7 человек.

Основные виды занятий – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

Основой программы является репертуар, который разучивается и исполняется на школьных праздниках. В репертуар входят народные и детские танцы, построенные на национальном материале. Танцевальный материал даётся в упражнениях, движениях, включающих элементы классического, историко-бытового, народного и современного танца.

Основой хореографической подготовки учащихся изучение упражнений классического танца, необходимо для выработки правильного положения ног, рук, головы и корпуса, для развития и укрепления мышц, тела, что позволяет быть подготовленным к исполнению любых танцев, приобрести лёгкость и красоту в движениях.

Подготовка к исполнению народных танцев осуществляется в процессе изучения упражнений народно-сценического танца, элементов и композиций народных танцев. Он широко образовывает детей, знакомя их с национальной культурой разных народов.

Ритмические упражнения и игры способствуют активному восприятию музыки, развивают координацию движений, памяти.

На занятиях важное место отводится музыке, которая положительно влияет на детей, помогает развивать их способности, раскрыть содержание танца. Она должна быть доступной и понятной детям по содержанию и форме. Музыка способствует развитию у детей музыкального слуха, чувства ритма.

Ожидаемые результаты за обучения.

Учащиеся должны уметь:

- Начинать и заканчивать движение одновременно с музыкой;
- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его в движении;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;

В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят на концертах, школьных мероприятиях, где они могут показать свои умения.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

Эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

II. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название разделов и тем	Кол-во часов	
		Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Требования к одежде, обуви.	1	1
2.	Азбука музыкального движения.	3	3
3.	Эстрадно-танцевальный экзерсис		6
4.	Ритмические упражнения		6
5.	Знакомство с танцами народов России	4	4
6.	Репетиционно-постановочная работа		42
7.	Индивидуальная работа		1
8.	Повторение		1
ИТОГО		8	64
ВСЕГО			72

Содержание программы

1. *Вводное занятие:*

Беседа с ребятами о целях и задачах хореографии. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Беседа о правилах поведения на занятиях, о форме одежды и обуви, правилах личной гигиены, о правилах поведения в обществе, отношения друг с другом.

2. *Азбука музыкального движения:*

Основные музыкальные понятия:

- музыкальный размер
- темп
- затакт
- акцент
- характер музыки

Ритмические упражнения:

- выделения хлопками акцента и ритма
- отсчёт такта и определения затактового построения
- прослушивание и простейший анализ музыки
- что такое интервал
- что такое бытовой шаг
- что такое танцевальный шаг

- марш на месте, вокруг себя влево, вправо, в темпе и ритме музыки
- фигурная маршировка с перестроением: из круга в колонны, в шеренги, в круг и т. д.

Ритмопластические упражнения на координацию:

- для рук
- для ног
- для корпуса
- для головы

Акцентировать на сильную долю такта в шагах и дирижёрском жесте. Практические упражнения на развитие музыкальности осуществляются непосредственно на уроках классического и народного танца. Использование музыки с ярко выраженным ритмическим рисунком.

Основы классического танца:

- Позиции ног
- Позиции рук
- Батман
- Плие

Знакомство с основами классического танца, хореографической терминологией.

3. Эстрадно-танцевальный экзерсис.

Благодаря слиянию динамики движений с характером музыкального сопровождения, движения получают различную эмоциональную окраску и приобретают танцевальность.

- Упражнения на координацию движений

Согласование движения с размерами и темпом музыкального сопровождения.

Умение правильно понимать музыку и выполнять движения в соответствии с ее содержанием и формой.

- Упражнения на расслабление мышц

Напряжение и расслабление отдельных групп мышц. Умение владеть своим телом.

- Упражнения на развитие гибкости

- Танцевальные упражнения

4. Знакомство с танцами народов России.

Знакомство с национальной музыкой некоторых народов, изучение простейших движений.

- Русские народные танцы, особенности русского костюма;
- Татарский народный танец, основные элементы, костюм;
- танцы народов Кавказа;
- танцы народов Севера, особенности народного костюма.

5. Репетиционно-постановочная работа:

- Разучивание отдельных движений танца.
- Разучивание танца по частям.
- Работа над синхронностью движений
- Согласование движений рук и ног
- Постановка корпуса, головы.

6. Индивидуальная работа:

Предполагает индивидуальную работу с учащимися, отработку сложных движений и частей танца.

III. Литература

1. Тарасов Н. И. Классический танец. М., 1971.
2. Захаров Р. Сочинение танца. М., «Искусство», 1989.
3. Васильева-Рождественская М. В. Историка – бытовой танец. М., «Искусство», 1963.
4. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2001.
5. Ивановский Н. П. Бальный танец 16 – 18 вв. М.-Л., 1948.
6. Бажонкин А. В. Народные танцы Горьковской области. Волго-Вятское книжное издательство Горький. 1971
7. Бахто С.Е. Программа «Ритмика и танец» для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств. Москва, 1984г
8. Пуртонова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В.. Учите детей танцевать. Москва, 2003г.
9. Ионова И.И. Программа для уроков ритмики в начальных классах всей типов школ. Казань,

Календарно-тематическое планирование 1 группа

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов		Дата проведения
		Теор	Практ	
Вводное занятие (1 час)				
1	Вводное занятие, инструктаж по Т/Б. Требования к одежде и обуви.	1		03.09.18
Азбука музыкального движения (2 часа)				
1	Что такое классическая хореография	1		05.09.18
2	Основные музыкальные понятия: характер музыки, темп, размер.	1		10.09.18
Репетиционно-постановочная работа (9 часов)				
1	Анализ музыки. Разучивание отдельных движений танца «Солнышко».		1	12.09.18
2	Выделение акцента. Разучивание I части танца «Солнышко».		1	17.09.18
3	Разучивание II части танца «Солнышко».		1	19.09.18
4	Разучивание III части танца «Солнышко».		1	24.09.18
5	Постановка корпуса, головы, рук в танце «Солнышко».		1	26.09.18
6	Согласование движений рук и ног в танце «Солнышко».		1	01.10.18
7	Работа над синхронностью движений.		1	03.10.18
8-9	Работа над концертным номером.		2	08.10.18 10.10.18
Репетиционно-постановочная работа (11 часов)				
1-2	Разучивание I части танца «Дождливый денёк».		2	15.10.18 17.10.18
3-4	Разучивание II части танца «Дождливый денёк».		2	22.10.18 24.10.18
5-6	Постановка корпуса, головы, рук в танце «Дождливый денёк».		2	29.10.18 31.10.18
7-8	Работа над синхронностью движений.		2	07.11.18 12.11.18

9	Работа над концертным номером.		1	14.11.18
10	Подготовка костюмов к танцу «Дождливый денёк».		1	19.11.18
11	Работа над концертным номером.		1	21.11.18
Ритмические упражнения (3 часа)				
1	Интервал. Бытовой, танцевальный шаг.		1	26.11.18
2	Фигурная маршировка с перестроением.		1	28.11.18
3	Ритмопластические упражнения на координацию движений.		1	03.12.18
Репетиционно-постановочная работа (7 часов)				
1	Разучивание I части танца «Вьюга».		1	05.12.18
2	Разучивание II части танца «Вьюга».		1	10.12.18
3	Разучивание III части танца «Вьюга».		1	12.12.18
4-5	Постановка корпуса, головы, рук в танце «Вьюга».		2	17.12.18 19.12.18
6	Работа над синхронностью движений.		1	24.12.18
7	Подготовка костюмов к танцу «Вьюга».		1	26.12.18
Вводное занятие (1 час)				
1	Вводное занятие, инструктаж по Т/Б.		1	09.01.19
Эстрадно-танцевальный экзерсис (2 часа)				
1-2	Эстрадно-танцевальный экзерсис.		2	14.01.19 16.01.19
Азбука музыкального движения (4 часа)				
1-2	Хореографическая терминология.	1	1	21.01.19 23.01.19
3	Позиции ног.		1	28.01.19
4	Позиции рук.		1	30.01.19
Репетиционно-постановочная работа (8 часов)				
1	Работа над синхронностью движений изученных танцев.		1	04.02.19
2	Разучивание I части танца «Моя Россия».		1	06.02.19
3	Разучивание II части танца «Моя Россия».		1	11.02.19
4	Разучивание III части танца «Моя Россия».		1	13.02.19
5	Разучивание IV части танца «Моя Россия».		1	18.02.19
6	Постановка корпуса, головы, рук в танце		1	20.02.19

	«Моя Россия».			
7	Работа над синхронностью движений.		1	25.02.19
8	Подготовка костюмов к танцу «Моя Россия».		1	27.02.19
Танцы народов России (8 часов)				
1-4	Русские народные танцы.	1	3	04.03.19 06.03.19 11.03.19 13.03.19
5	Татарский танец.	1		18.03.19
6-7	Танцы народов Кавказа	1	1	20.03.19 25.03.19
8	Танцы народов Севера	1		27.03.19
Репетиционно-постановочная работа (7 часов)				
1	Разучивание I части танца «Веснянка».	1		01.04.19
2	Разучивание II части танца «Веснянка».	1		03.04.19
3-4	Постановка корпуса, головы, рук в танце «Веснянка».	2		08.04.19 10.04.19
5-7	Работа над синхронностью движений.	3		15.04.19 17.04.19 24.04.19
Индивидуальное занятие (1 час)				
1	Индивидуальное занятие. Отработка сложных движений танца.		1	29.04.19
Ритмические упражнения (3 часа)				
1-3	Ритмопластические упражнения на координацию движений.		3	06.05.19 08.05.19 13.05.19
Эстрадно-танцевальный экзерсис (4 часа)				
1-4	Эстрадно- танцевальный экзерсис.		4	15.05.19 20.05.19 22.05.19 27.05.19
Повторение (1 час)				
1	Повторение пройденных танцев. Танцевально-игровая программа «Шире круг»		1	29.05.19
	ИТОГО		72 часа	

Календарно-тематическое планирование 2 группа

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов		Дата проведения
		Теор	Практ	
Вводное занятие (1 час)				
1	Вводное занятие, инструктаж по Т/Б. Требования к одежде и обуви.	1		04.09.18
Азбука музыкального движения (2 часа)				
1	Что такое классическая хореография	1		06.09.18
2	Основные музыкальные понятия: характер музыки, темп, размер.	1		11.09.18
Репетиционно-постановочная работа (9 часов)				
1	Анализ музыки. Разучивание отдельных движений танца «Солнышко».		1	13.09.18
2	Выделение акцента. Разучивание I части танца «Солнышко».		1	18.09.18
3	Разучивание II части танца «Солнышко».		1	20.09.18
4	Разучивание III части танца «Солнышко».		1	25.09.18
5	Постановка корпуса, головы, рук в танце «Солнышко».		1	27.09.18
6	Согласование движений рук и ног в танце «Солнышко».		1	02.10.18
7	Работа над синхронностью движений.		1	04.10.18
8-9	Работа над концертным номером.		2	09.10.18 11.10.18
Репетиционно-постановочная работа (11 часов)				
1-2	Разучивание I части танца «Дождливый денёк».		2	16.10.18 18.10.18
3-4	Разучивание II части танца «Дождливый денёк».		2	23.10.18 25.10.18
5-6	Постановка корпуса, головы, рук в танце «Дождливый денёк».		2	30.10.18 01.11.18
7-8	Работа над синхронностью движений.		2	06.11.18 08.11.18

9	Работа над концертным номером.		1	13.11.18
10	Подготовка костюмов к танцу «Дождливый денёк».		1	15.11.18
11	Работа над концертным номером.		1	20.11.18
Ритмические упражнения (3 часа)				
1	Интервал. Бытовой, танцевальный шаг.		1	22.11.18
2	Фигурная маршировка с перестроением.		1	27.11.18
3	Ритмопластические упражнения на координацию движений.		1	29.11.18
Репетиционно-постановочная работа (7 часов)				
1	Разучивание I части танца «Вьюга».		1	04.12.18
2	Разучивание II части танца «Вьюга».		1	06.12.18
3	Разучивание III части танца «Вьюга».		1	11.12.18
4-5	Постановка корпуса, головы, рук в танце «Вьюга».		2	13.12.18 18.12.18
6	Работа над синхронностью движений.		1	20.12.18
7	Подготовка костюмов к танцу «Вьюга».		1	25.12.18
Вводное занятие (1 час)				
1	Вводное занятие, инструктаж по Т/Б.		1	27.12.18
Эстрадно-танцевальный экзерсис (2 часа)				
1-2	Эстрадно-танцевальный экзерсис.		2	10.01.19 15.01.19
Азбука музыкального движения (4 часа)				
1-2	Хореографическая терминология.	1	1	17.01.19 22.01.19
3	Позиции ног.		1	24.01.19
4	Позиции рук.		1	29.01.19
Репетиционно-постановочная работа (8 часов)				
1	Работа над синхронностью движений изученных танцев.		1	31.01.19
2	Разучивание I части танца «Моя Россия».		1	05.02.19
3	Разучивание II части танца «Моя Россия».		1	07.02.19
4	Разучивание III части танца «Моя Россия».		1	12.02.19
5	Разучивание IV части танца «Моя Россия».		1	14.02.19
6	Постановка корпуса, головы, рук в танце		1	19.02.19

	«Моя Россия».			
7	Работа над синхронностью движений.		1	21.02.19
8	Подготовка костюмов к танцу «Моя Россия».		1	26.02.19
Танцы народов России (8 часов)				
1-4	Русские народные танцы.	1	3	05.03.19 07.03.19 12.03.19 14.03.19
5	Татарский танец.	1		19.03.19
6-7	Танцы народов Кавказа	1	1	21.03.19 26.03.19
8	Танцы народов Севера	1		28.03.19
Репетиционно-постановочная работа (7 часов)				
1	Разучивание I части танца «Веснянка».	1		02.04.19
2	Разучивание II части танца «Веснянка».	1		04.04.19
3-4	Постановка корпуса, головы, рук в танце «Веснянка».	2		09.04.19 11.04.19
5-7	Работа над синхронностью движений.	3		16.04.19 18.04.19 23.04.19
Индивидуальное занятие (1 час)				
1	Индивидуальное занятие. Отработка сложных движений танца.		1	25.04.19
Ритмические упражнения (3 часа)				
1-3	Ритмопластические упражнения на координацию движений.		3	30.04.19 07.05.19 14.05.19
Эстрадно-танцевальный экзерсис (4 часа)				
1-4	Эстрадно- танцевальный экзерсис.		4	16.05.19 21.05.19 23.05.19 28.05.19
Повторение (1 час)				
1	Повторение пройденных танцев. Танцевально-игровая программа «Шире круг»		1	30.05.19
	ИТОГО		72 часа	