

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Балаганская
средняя общеобразовательная школа №1

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ Балаганская СОШ №1

_____И.В.Колесник

_____2024г.

Программа танцевального кружка
на 2024-2026 года

Руководитель кружка:

Куйкунова Александра Игоревна

п.Балаганск

2024 год

Пояснительная записка

Жизнерадостное искусство танца – одна из самых массовых форм самодеятельного творчества. Танцевальная деятельность – это яркий эмоциональный путь передачи музыкально-эстетических переживаний. Танец развивает участников коллектива физически, придаёт движениям чёткость, уверенность, красоту. Занятия в кружке формирует у участников коллектива потребности в бережном отношении к своему здоровью. В процессе занятий в кружке формируются движения органически связанные с музыкой, развитие музыкального слуха, памяти, ритма и совершенствования основных движений. Танцы дают широкие возможности в деле физического, эстетического и этического воспитания детей. Планомерные систематические занятия с постепенно возрастающей нагрузкой развивают мышцы, укрепляют связки, придают гибкость, подвижность суставов, помогают гармоничному росту участников кружка. У них вырабатывается правильная осанка, походка, исправляются физические недостатки. Танцы развивают естественную грацию, музыкальную ритмичность. Занятия в танцевальном коллективе приучают участников кружка к самодисциплине, ответственности, культуре внешнего вида. Занятия в кружке раскрывают индивидуальные возможности участников, их творческие способности.

Стремление к красоте тела, красоте движений, к красоте и выразительности в проявлении чувств должны быть не случайными, а постоянными. Этому способствуют занятия внеурочной деятельности общекультурной, творческой и эстетической направленности – танцевального кружка.

Цель – развитие у участников кружка музыкально-пластических способностей, соединение внутреннего состояния с внешним физическим действием.

Для достижения цели **задачи** делятся на три группы:

1. Эстетические:

- Через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- Развитие музыкального вкуса и кругозора;
- Приобщение к совместному движению с руководителем кружка.

2. Физические (пластические):

- Развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности, точности движения;
- Развитие у участников кружка умение чувствовать характер музыкального сопровождения в своем движении;

3. Воспитательные:

- Воспитание у участников кружка интереса к занятиям хореографией;
- Психологическое раскрепощение ребенка;
- Воспитание умения работать в коллективе, выполнять танцевальные движения.

Программа рассчитана на 2 года с 01.10.2024г. до 31.08.2026г. Заниматься в кружке могут все желающие в возрасте от 12 до 15 лет без хореографической подготовки, которые проявляют интерес к танцевальному искусству или имеют определённые хореографические способности.

Таким образом, данная программа предполагает развитие и воспитание не только одарённых детей, но и всех желающих, так как главный педагогический принцип: воспитание и развитие личности в коллективе.

1. Тема первого года обучения (с 01.10.2024г. по 31.08.2025г.): За первый год занятий, дети, которые раньше никогда не занимались танцами научатся выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами, отмечать в движении музыкальные фразы, несложный ритмический рисунок. Также двигаться поскоками, лёгким бегом, боковым галопом, приставным шагом, пружинящим шагом. В свободных танцах исполнять знакомые движения.

«Разнообразии, красоте танца, выразительности движений».

По окончании первого года обучения участники кружка должны чётко выполнять все изучаемые элементы танца, проявлять слаженность и музыкальность исполнения, выразительность общения между собой в танце.

2. Тема второго года обучения (с 01.09.2025г. по 31.08.2026г.):

«Ритмические фантазии».

За второй год занятий выучим позиции ног, рук в танце, элементы разных танцевальных направлений (бальный, народный, самба, рок-н-ролл), несложные эстрадные танцы, построенные на способностях детей эмоционально воспринимать образы.

Учащиеся, продолжая отрабатывать изученные танцы, знакомятся с хип-хопом, учатся владеть элементами этого танца. В свободных танцах учатся использовать разнообразные движения. Далее совершенствуют исполнительское мастерство: отработку движений, создание выразительных образов.

На проведение танцевального занятия отводится 3 академических часа в неделю.

Обучение в детском коллективе проводится с учетом принципа добровольности и любви к танцу.

- Программа танцевального кружка 2024-2026гг рассчитана на 224 занятия по 45 минут (*1 академических час*)

- возраст детей: от 12 до 15 лет

- количество детей: 20 человек

- дни и время занятий:

Вторник – с 15ч.00мин. до 16ч.30мин.

Четверг – с 15ч.00мин. до 16ч.30мин.

Учебно-тематический план на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Тема	Количество часов в год		
		Всего	Теория	Практика
1	Учебно-тренировочная работа			
1.1	Проведение вводного инструктажа. Техника безопасности.	2	2	
1.2	Разминка, упражнения для развития гибкости.	20		20
1.3	Азбука музыкального движения.	12		12
1.4	Разучивание танцевальных движений. Соединение танцевальных движений	28		28
1.5	Отработка движений, точности, ритма. Работа над синхронностью.	35		35
1.6	Работа над репертуаром.	В течение года		
2.	Сценическое движение.			
2.1	Творческая деятельность.	В течение года		
2.2	Музыкально-танцевальные игры.	8		8
2.3	Участие в мероприятиях МБОУ Балаганская СОШ №1	В течение года		
2.4	Участие в фестивалях, мероприятиях района.	В течение года		
3.	Мероприятия воспитательного характера			
3.1	Беседы об искусстве. Прослушивание музыки.	7	7	
4.	Организационно-методическая работа			
4.1	Подбор костюмов	В течение года		
4.2	Изучение методической литературы	В течение года		
Итого		112		

Перспективный план на 2025-2026 учебный год

№ п/п	Тема	Количество часов в год		
		Всего	Теория	Практика
1	Учебно-тренировочная работа			
1.1	Проведение вводного инструктажа. Техника безопасности.	2	2	
1.2	Разминка, упражнения для развития гибкости.	20		20
1.3	Повторение изученных танцев.	12		12
1.4	Разучивание танцевальных движений. Соединение танцевальных движений	24		24
1.5	Отработка движений, точности, ритма. Работа над синхронностью.	40		40

1.6	Работа над репертуаром.	В течение года		
2.	Сценическое движение.			
2.1	Творческая деятельность.	В течение года		
2.2	Музыкально-танцевальные игры.	7		7
2.3	Участие в мероприятиях МБОУ Балаганская СОШ №1	В течение года		
2.4	Участие в фестивалях, мероприятиях района.	В течение года		
3.	Мероприятия воспитательного характера			
3.1	Беседы об искусстве, Прослушивание музыки.	7	7	
4.	Организационно-методическая работа			
4.1	Подбор, пошив костюмов	В течение года		
4.2	Изучение методической литературы	В течение года		
Итого		112		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2024-2025 учебный год

Раздел 1. Учебно-тренировочная работа

Тема 1.1: Проведение вводного инструктажа. Техника безопасности.

Цель: Познакомить участников коллектива с целями и задачами программы предстоящего года обучения, закрепить правила техники безопасности на занятиях, напомнить о костюме для занятий и личной гигиене.

Содержание материала: Занятие проводится в форме беседы. Инструктаж по технике безопасности.

Методическое обеспечение: текст вводного инструктажа и техники безопасности.

Тема 1.2: Разминка, упражнения для развития гибкости.

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики, колонка, флэшка с музыкой (детские мелодии).

Тема 1.3: Азбука музыкального движения.

Цель: Научить участников кружка двигаться под музыку и перестраиваться. Привить театральные навыки, в виде работы над образными упражнениями. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Содержание материала:

Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения

Тема 1.4: Разучивание танцевальных движений. Соединение танцевальных движений.

Цель: Изучение движений танца «Крыльями ангела».

Содержание материала: Особенность танца. Музыка, стиль, костюмы. Работа корпуса, ног головы в современном танце. Простейшие прыжки, элементы спортивных движений, перестроение.

Практическая работа: танец «Крыльями ангела»

Методическое обеспечение: используются произведения эстрадной музыки.

Тема 1.5: Отработка движений, точности, ритма. Работа над синхронностью.

Цель: Добиться четкого исполнения движений танца, синхронности исполнения.

Содержание материала: исполнение отдельных движений танца, связок и целого танца. Работа в группах, развитие умения подстраиваться под ритм и выполнять движения синхронно.

Методическое обеспечение: используется произведение Алина Штырняева – Крыльями ангела.

Тема 1.6: Работа над репертуаром.

Цель: постановка танца, техника исполнения.

Содержание материала: постановка движений танца - «Крыльями ангела».

Методическое обеспечение: используются произведения эстрадной музыки Алина Штырняева – Крыльями ангела..

Раздел 2. Сценическое движение.

Тема 2.1: Творческая деятельность.

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала: Этюды.

Практическая работа: лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке.

Музыкально-танцевальные игры:

Практическая работа: кот и мыши, кто скорее? карусель.

Методическое обеспечение: спортивная форма, чешки.

Тема 2.2: Музыкально-танцевальные игры.

Цель: Вырабатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения упражнений. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Содержание материала:

- Танцевально-ритмические упражнения – «Нарисуй себя», «Стирка».
- Музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера

Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки.

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: Прослушивание мелодий.

2024-2025 учебный год

Раздел 1. Учебно-тренировочная работа

Тема 1.1: Проведение вводного инструктажа. Техника безопасности.

Цель: Познакомить с основными целями и задачами курса. Провести инструктаж по Т.Б.

Содержание материала: занятие проводится в форме беседы. Руководитель кружка напоминает участникам коллектива упражнения, изучаемые на прошлых занятиях.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), колонка, флэшка с музыкой.

Тема 1.2: Разминка, упражнения для развития гибкости.

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики, колонка, флэшка с музыкой (детские мелодии).

Тема 1.3: Повторение изученных танцев.

Цель: Обобщить и закрепить полученные практические навыки и знания.

Содержание материала: Повторение изученных танцев: «Хулиган», «Небо под тобой», «месяц май».

Методическое обеспечение: колонка, флэшка с репертуаром, используемый для танца.

Тема 1.4: Разучивание танцевальных движений. Соединение танцевальных движений

Цель: Изучение движений танца «Здесь решаю я».

Содержание материала: Сюжет танца. Музыка, стиль, костюмы. Работа по подгруппам. Развитие актерского мастерства, театральных способностей.

Практическая работа: танец «Здесь решаю я»

Методическое обеспечение: используются произведения эстрадных исполнителей.

Тема 1.5: Отработка движений, точности, ритма. Работа над синхронностью.

Цель: Добиться четкого исполнения движений танца, синхронности исполнения.

Содержание материала: исполнение отдельных движений танца, связок и целого танца. Работа в группах, развитие умения подстраиваться под ритм и выполнять движения синхронно.

Методическое обеспечение: используется произведение эстрадных исполнителей.

Тема 1.6: Работа над репертуаром.

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.

Содержание материала: Танец «Здесь решаю я»

Методическое обеспечение: используются произведения эстрадных исполнителей.

Раздел 2. Сценическое движение.

Тема 2.1: Творческая деятельность.

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала: Этюды.

Практическая работа: художник, перелет птиц, шторм на море.

Музыкально-танцевальные игры:

Практическая работа: рыбацек, чей кружок быстрее соберется, сова.

Методическое обеспечение: спортивная форма, чешки.

Тема 2.2: Музыкально-танцевальные игры.

Цель: Освоение ряда частных двигательных навыков – технических приемов выполнения пластических заданий.

Содержание материала:

- Занятия - фантазий
- Ролевые игры (на внимание, на память).
- Развитие творческого воображения.
- Творческие постановки.

Методическое обеспечение: специальная форма, обувь, колонка, флэшка с музыкой.

Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера

Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки.

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление участников коллектива с искусством хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Практическая работа: прослушивание музыкальных фрагментов.

Организация образовательного процесса

Учитывая, что в танцевальный кружок часто принимаются дети без специального отбора, следует обращать внимание на положение всей ноги и стопы, в полной и неполной выворотности, чтобы не было наклона в голеностопном суставе ни снаружи, ни внутри.

Участники коллектива, во время занятий в кружке, должны получать представление о выразительности танцевальных движений, отражающих внутренний мир человека, стремиться к совершенствованию своих движений – выразительности, легкости, стили, грации.

В мероприятиях воспитательного характера входит подготовка выступлений участников кружка на мероприятиях МБОУ Балаганская СОШ №1.

На занятия участники кружка должны приходить в специальной форме, это их дисциплинирует. Девочки надевают купальник, мальчики – шорты и майки. Обувь тапочки на мягкой подошве (балетные тапочки) и для мальчиков, и для девочек.

Наиболее благоприятным для развития многообразных способностей и качеств является период интенсивного развития в возрасте 7 – 12 лет. Именно в этот период развиваются гибкость, подвижность суставов, скоростно-силовые качества, память, внимание, воображение, чувство ритма и другие качества, необходимые для занятий в кружке.

Не все дети, занимающиеся в кружке, имеют одинаковые физические способности, музыкальный слух, память, внимание. Поэтому необходимо предусмотреть индивидуальные занятия для участников кружка с учётом их желания и способностей. Набор в группы проводится добровольно.

При наборе участников кружка учитывается:

1. Желание заниматься в танцевальном коллективе.
2. Способности к овладению техникой танца.

Всё это определяется на первых занятиях. Руководитель отмечает для себя более способных участников, но при этом продолжает поощрять детей, которые пока не проявили себя. Можно разбить группы на подгруппы, но впоследствии соединить их, делая это с психологической точки зрения очень осторожно, чтобы у участника кружка не развился комплекс «я хуже, а ты лучше» и наоборот.

В процессе занятий в кружке используются следующие формы работы:

-теоретические занятия (беседы, викторины, чтение литературы),

Практические занятия: Ежегодно проводятся праздники, праздничные концерты

К мероприятиям воспитательного характера относятся также чаепитие после концертов, участие в постановках детских школьных праздников, а также выступление на конкурсах.

В процессе работы применяются следующие **методы:**

Наглядный метод: усвоение нового материала, познавательная деятельность учащихся зависит от чувственных образов, представлений, которые формируются с помощью наглядных средств.

Показательный метод – это метод показа отдельных элементов танца.

Поисковый метод: обеспечивает самостоятельное решение в выборе элементов танца.

Метод взаимного просвещения; репродуктивный метод используются при закреплении, повторении, обобщении.

Проблемный метод – рождает высокую познавательную активность.

Информационный метод - перед тем, как приступить к занятиям, обучающиеся получают необходимую информацию от руководителя.

Упражнения - все виды упражнений показываются руководителем. Все движения выполняются поочередно.

Знание и использование всех этих методов поможет создать тот танцевальный номер, который хотел руководитель донести до участников кружка.

Требования к методам обучения:

1. Научность метода. Нужно видеть, какие общие конкретные задачи можно разрешить данным методом, какому содержанию он соответствует, каких требует видов деятельности и как их организовать.

2. Направленность метода. Метод должен быть направлен на общее развитие учащихся, на формирование познавательных интересов, мотивов учения, отработку умений и навыков.

3. Доступность метода, его соответствие психолого-педагогическим возможностям участников коллектива.

Формы занятий используются как групповые так и индивидуальные (когда нужно поставить сольный номер или отработать некоторые элементы танца).

Схема занятия.

Занятия строятся по следующей схеме:

1. Вводная часть.

- орг. момент;

- постановка познавательной задачи;
- расстановка участников кружка в зале;
- разминка.

2. Основная часть.

- повторение домашнего материала;
- подведение итогов группового занятия;
- показ новых элементов танца;
- отработка и закрепление;
- подведение итогов.

3. Подведение общих итогов.

- анализ и обсуждение работы в группе;
- закрепление материала;
- задание на дом;
- расстановка участников кружка на поклон.

Диагностика достижений участников кружка.

Критерии оценок.

1. Качество выполнения элементов в танце.
2. Синхронность и техника исполнения.
3. Развитие навыков.
4. Применение изученного материала.
5. Умение чётко выполнять танец.
6. Развитие творческих навыков.

При оценке работы учитывается:

1. Возраст.
2. Техника и качество исполнения танца.
3. Оригинальность.

Условия реализации программы.

Условием реализации программы является её выполнение, обучение с применением новых информационных технологий, методической литературы, где в доступной форме описаны стандарты хореографических умений. Умело

организованный контроль на каждом этапе обучения – это гарант достижений участниками кружка знаний, умений, навыков, обозначенных в программе. Для реализации программы необходимо:

1. На занятиях использовать систему творческих заданий.
2. Совершенствовать технику исполнения танца.
3. Поощрять и поддерживать стремление добиваться успехов.
4. В процессе занятий в кружке использовать различные приёмы для обучения танцам, использовать видео материал, наглядные пособия.

Прогнозирование результатов

Занятия в кружке формируют, развивают и воспитывают различные способности и качества участников кружка:

- музыкально - танцевальные,
- физические,
- коммуникативные,
- эмоционально – волевые,
- организаторские,
- творческие,
- познавательные

Музыкально – танцевальные знания:

- знание основ русского фольклора;
- знание позиций ног и положений рук;
- знание манеры исполнения национальных танцев;

Умения: - умение исполнять основные движения народного танца, классического, эстрадного, спортивного;

- уметь поставить рисунок танца.

Развитие физических способностей:

- силы ног,
- пластичности рук,
- гибкости тела,
- эластичности мышц и подвижности суставов.

Участники кружка, прошедшие обучение по данной программе, должны получить общие сведения об искусстве танца, его особенностях, представление о выразительности танцевальных движений, которые отражают внутренний мир человека.

Используемые источники

1. Ваганова, А. «Основы классического танца» / А. Ваганова, М.: Искусство, 1963 г.
2. Попова, З.Н. Учимся танцевать / Попова З.Н., Якутск, 2010г.
3. Танцы (народные, эстрадные) // ж-л Танцевальный клондайк, 2007, №2
4. Телегин, А.А. Танцуем джайв и рок-н-ролл. Самоучит. Модных танцев / А.А. Телегин, 2010г.
5. Чибрикова А.Е. Ритмика / А.Е. Чибрикова -М.: просвещение, 2000г.
6. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
7. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)