

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 574
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
от «30»----08---- 2019 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом №74 от 30.08.2019 г.
Директор ГБОУ школы №574
Невского района Санкт-Петербурга



М.А.Волкова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Ритмический и спортивный танец»

возраст учащихся: 7-14 лет
срок реализации: 3 года

Разработчик:
Орлова Марина Алексеевна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмический и спортивный танец» является программой *художественной направленности* с базовым уровнем освоения.

Миссия образовательной программы художественной направленности состоит в приобщении подрастающего поколения ценностям культурного достояния человечества. Концептуальным подходом в разработке программы является формирование духовной культуры ребёнка, его личности.

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 ноября 2019г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 №09-3242. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Программа «Ритмический и спортивный танец» способствует приобщению детей к танцевальной культуре, расширению эстетического кругозора, развитию эмоциональной выразительности. В программу включён танцевальный материал различных жанров и стилей. Большое внимание уделяется теоретическому материалу: истории танца, его происхождению и особенностям. Содержание программы даёт возможность детям на собственной практике, сопоставляя, сравнивая и осмысленно исполняя движения, получить тот запас знаний, умений и навыков, которые помогут им в дальнейшем развиваться в искусстве хореографии и танца.

Программа обучения детей ритмическому и бальному танцу продолжает и развивает танцевально-эстетические традиции Петербурга (Петровские танцевальные ассамблеи и т.п.). Данная программа удачно стыкуется с рассказами об истории города, как носителя европейских традиций. Ребята, изучающие в этом возрасте английский язык, имеют возможность расширить «языковой кругозор», поскольку базовая терминология балльных танцев - на английском языке (так же как балетная терминология - на французском). В целом расширяются представления детей о культуре: многообразие танцевальных форм представлено на занятиях: спортивные, характерные, фольклорные, хореографические, балльные; широкий спектр мировых культурных традиций: знакомство с танцами европейской и латиноамериканской программ сопровождается рассказами о «родине» того или иного танца. Занятия помогают сориентироваться детям в собственных пристрастиях, в некоторых случаях дает возможность выбрать дальнейший путь; присутствуют элементы профессиональной ориентации.

Таким образом, ритмический, современный и балльный танец является универсальным средством культурного и физического воспитания личности. Неотъемлемой частью занятий является формирование чувства меры, вкуса, а также представлений о моде, стиле.

Занятия танцами требуют от детей значительных физических сил, умения сосредоточить внимание на определённом движении, настойчивости в работе.

Начинающие танцоры – дети 7-14 лет, при освоении программы быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, быстро забывают пройденное. Также для детей этого возраста характерно слабое развитие мышц спины, они не способны долго удерживать корпус в подтянутом состоянии. Укрепление и развитие мышц, формирование устойчивых навыков правильной осанки и совершенствование основных естественных движений - процесс довольно длительный. Слабость дыхательных мышц, недостаточно развитая сердечнососудистая система также требуют от педагога очень осторожного увеличения физической нагрузки. Материал программы подобран с учётом возрастных физиологических и психологических особенностей учащихся. Поэтому классический тренаж даётся в небольшом количестве. Танцевальный материал даётся в упражнениях, движениях, включающих элементы ритмики, аэробики, шейпинга и современных танцев. Такое построение программы способствует повышению функциональных возможностей подрастающего организма.

Музыкальное сопровождение всех танцевальных упражнений и показательных выступлений положительно воздействует на эмоциональное развитие детей. Позитивное настроение, благоприятный психологический климат на занятиях, атмосфера уважительного отношения к другим детям, элегантность выполняемых движений в танцах способствуют воспитанию общей культуры поведения и развитию уверенности в собственных возможностях.

Актуальность программы определяется наличием потребности учащихся в танцевальной деятельности, как средстве общения, самовыражения и эстетического развития.

Новизна данной программы состоит в том, что при обучении совмещены различные танцевальные стили и направления с учетом интересов учащихся и для формирования универсальных танцевальных навыков. Сочетание данных направлений составляют специфику и новизну данной программы. Программа охватывает большое количество разнообразных танцевальных стилей, использует разные формы и методы обучения и контроля достигнутых результатов, чтобы увлечь детей идеей соревновательности в танце, а также развить интерес у детей различного возраста к танцевальному мастерству.

Отличительная особенность данной образовательной программы заключается в том, что специфика обучения танцам по данной программе связана с постоянными физическими нагрузками. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет значения, она обязательно должна быть связана с творчеством и эмоциональным выражением. Задача педагога – воспитать в детях стремление к творческому самовыражению посредством обучения танцам. Благодаря занятиям учащиеся научатся импровизировать под музыку, раскрывая свой творческий потенциал. Элементы художественно-эстетической направленности заложены в процесс обучения и наиболее ярко проявляются в блоках «сценический» и «именной» танец.

Педагогическая целесообразность заключается в совместной деятельности учащихся и педагога по организации танцевального коллектива единомышленников, в росте мастерства учащихся, их музыкальности и выразительности исполнения путем постепенного перехода от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях, к более сложным, требующим передачи ритма, стиля, манеры и характера танца.

Адресат программы

Данная программа составлена для учащихся 7-14 лет общеобразовательной школы, занимающихся в системе дополнительного образования. Ее основным направлением является комплексный подход к получению обучающимися знаний, навыков и умений (в процессе занятий в творческом объединении) на базе теоретического материала, рассмотренного на уроках в школе.

Срок реализации программы – 3 года.

Цель – развитие творческих способностей и физической активности учащихся через занятия ритмическими и спортивными танцами.

Задачи.

Обучающие:

- углубить и расширить знания об истории и развитии различных видов танцевального творчества;
- познакомить с различными направлениями танцевального творчества;
- дать основы хореографии (позиции стоп, рук), разучить базовые танцевальные элементы (виды поворотов, шагов, принципы переноса веса). На этой базе разучить простые танцевальные связки.
- разучить базовые элементы 5 бальных танцев (самба, ча-ча-ча, джайв, медленный вальс, квикстеп).
- дать основные представления о стиле «Диско» и танцевальном направлении «Стрит». Выучить простые композиции в этих направлениях.

Развивающие:

- развить познавательные процессы: память, внимание, мышление, воображение, восприятие;
- способствовать развитию уверенности в себе и развитию самостоятельности;
- развить художественно-эстетический вкус, творческие способности, аккуратность;
- способствовать развитию координации учащихся и ориентации в пространстве.

Воспитательные:

- формировать гуманистическое мировоззрение, национальное самосознание, чувство патриотизма, любви и уважения к ценностям отечественной и мировой культуры;
- активизировать умственную и развивающую творческую деятельность;
- формировать коммуникативные навыки при работе в группах.

Условия реализации программы.

Условия набора детей: в группу первого года обучения принимаются все желающие заниматься в данном объединении, на основании письменного заявления родителей и наличия справки об отсутствии медицинских противопоказаний. Главный критерий при приеме – желание приобщиться к танцевальному искусству, желание быть активным участником школьного коллектива и представлять его в творческих конкурсах различного уровня. Дети, поступающие в объединение, в начале каждого учебного года проходят собеседование. Цель собеседования не конкурсный отбор, а в создании атмосферы значимости происходящего для ребенка.

Набор детей в группы 1 года обучения проводится в августе. Комплектование групп 1 года обучения проводится до 10 сентября, групп 2 и 3 годов проводится в конце мая и конце августа. Группы 2 года обучения комплектуются из детей, освоивших программу 1 года обучения, группы 3 года обучения комплектуются из детей, освоивших программу 2 года обучения. В группу второго и третьего годов обучения могут поступать вновь прибывающие учащиеся, имеющие необходимые знания и умения, либо опыт занятий в объединениях художественной направленности. Программа может осваиваться учащимися с любого уровня.

Наполняемость учебной группы:

1 год — 15 человек; 2 год – 12 человек; 3 год – 10 человек.

Срок освоения программы – 3 года.

Режим занятий:

- 1 год – 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год);
- 2 год – 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов в год);
- 3 год – 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов в год).

Материально-техническое оснащение занятий.

Для занятий требуется актовый зал площадью не менее 120 кв.м. с паркетным полом, аудиовоспроизводящая аппаратура (основной носитель – компакт диск). Некоторые занятия проходят в кабинете, который полностью оснащен необходимой мебелью, доской. Условия для занятий соответствуют санитарно-гигиеническим нормам. Кабинет оснащён компьютером, проектором, интерактивной доской, что позволяет использовать для занятий видеофильмы, презентации.

Форма одежды – связана с тематикой занятия:

Бальные тренировки, сценический танец: девочки – чешки, юбки, футболки, мальчики – чешки, брюки, футболки.

Диско, стрит, ОФП – спортивная обувь и одежда.

В качестве методического материала используются DVD-Video:

- «Фестиваль супер звезд бального танца. Стандарт, Латина 2006, 2007, 2008»;
- «Международный семинар по современным танцам 2006»,
- «Чемпионаты мира по Диско, Хип-хопу, Электрик-Буги 2006,2007,2008»,
- «Blackpool Dance Festival 2005,2006,2007,2008»,
- «Московский международный конгресс по танцевальному спорту 2004,2008»,
- «Burn The Floor».

Фонотека

- Подборка музыки для европейских танцев
- Подборка музыки для разминки
- Подборка музыки для латиноамериканских танцев
- Подборка музыки для детских развивающих танцев

Кадровое обеспечение: педагог с соответствующим профилем объединения образованием и опытом работы.

Методическое обеспечение образовательной программы

Педагогические принципы

1. Сотрудничество педагога, учащихся и их родителей. Понимание, что результат зависит от вклада каждого.
2. Вера в ребенка, в его силы и способности, демонстрация уверенности в будущем успехе.
3. Учет индивидуальных способностей детей.
4. Ориентация на достижения, на успех ребенка, как движущую силу позитивного развития.
5. Опора на интересы учащихся, включение мотивации ребенка через способность педагога увлечь.
6. Постепенность, последовательность в обучении, переход от простого к сложному.
7. Гармонизация педагогического взаимодействия, т.е. развитие познавательно мировоззренческой эмоционально чувственной и действенно практической сфер личности ребенка.
8. Создание условий для реализации творческой активности учащихся через творческие задания, танцевально-игровое творчество, танцевальную импровизацию, подготовку номеров для концертных выступлений.

Программа дана по годам обучения. На каждый год предлагается определенный минимум умений, навыков и сведений. Образовательный процесс имеет целью эстетическое и физическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей, углубление понимания и содержательности танцевального образа.

Каждое занятие сочетает в себе словесный, наглядный и демонстрационный методы: педагог лично объясняет, демонстрирует изучаемый материал, а также использует аудио-визуальные источники информации.

Формы проведения занятий:

Занятие: основная форма, состоящая из разминочной части, информационной части и отработки полученной информации.

Репетиция: форма, связанная с возможностью детей демонстрировать полученные навыки на сцене в общешкольных концертах. Основана на многократном повторении определенного танцевального материала, а также рассматривает пространственную ориентацию (выход на сцену, построение, организацию синхронных движений, уход).

Занятие-конкурс: форма проведения, связанная с подготовкой к турниру моделирует соревновательную ситуацию и связана с подготовкой к районным и городским первенствам.

Открытое занятие: форма проведения, связанная с демонстрацией промежуточных результатов педагогической работы или результатов обучения за конкретный период-полугодие, учебный год.

Формы организации деятельности учащихся:

- Групповая: ознакомление с теорией, общие репетиции, двигательный тренинг, подготовка праздников, мероприятия и т.д.
- По звеньям: группа разбивается на «заходы» (звенья) для демонстрации отработываемого материала и получения тренерской оценки
- Индивидуальная: возможна на групповых занятиях в качестве персональных заданий каждому занимающемуся в группе или при подготовке к соревнованиям и выступлениям.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

1. Словесный (рассказ и объяснение педагога)
2. Наглядный (показ видеоматериалов, иллюстраций, показ педагогом того или иного движения).
3. Практический (Тренинг, упражнения).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Планируемые результаты

Предметные

учащиеся научатся:

- красиво и правильно держаться, свободно двигаться и ориентироваться в пространстве;
- первоначальным танцевальным навыкам и умениям;
- использовать танцевальную терминологию при обучении;
- *учащиеся получают возможность научиться:*
- переходить от одного движения к другому, запоминать изменение рисунка.
- развивать способность согласовывать движения с музыкой.
- развивать мягкость, эластичность и координацию движений, общую выносливость.

учащиеся будут:

- знать основы хореографии, базовые танцевальные элементы, простые танцевальные связки;
- иметь знания об основных стилях и композициях в ритмических и спортивных танцах;

- иметь исполнительское мастерство в указанных стилях;
- иметь понятие о здоровом образе жизни, устойчивый интерес к занятиям танцами;
- развиты с точки зрения силы, гибкости, пластичности, выносливости и координационных способностей.

Метапредметные

интеллектуальные:

учащиеся научатся:

- выбирать способы деятельности в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;
- эстетически правильно относиться к действительности, используя трудолюбие, аккуратность, усидчивость, терпение, умение довести начатое дело до конца, взаимопомощь при выполнении работы, экономичное отношение к используемым материалам.

учащиеся получают возможность научиться:

- определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учётом конечного результата;
- осуществлять констатирующий и прогнозирующий контроль по результату и по способу действия;
- выделять и формулировать то, что усвоено и что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения;
- проводить наблюдения, планировать и выполнять задания.

коммуникативные:

учащиеся научатся:

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;
- работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.

учащиеся получают возможность научиться:

- координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

учебно-организационные:

учащиеся научатся:

- применять правила и пользоваться инструкциями и освоенными закономерностями;
- понимать сущность алгоритмических предписаний и уметь действовать в соответствии с предложенным алгоритмом;
- использовать технологические модели, знаки, символы, схемы;
- формулировать полно и точно свои мысли в соответствии с задачей и способами коммуникации.

учащиеся получают возможность научиться:

- устанавливать причинно-следственные связи;
- планировать, корректировать, оценивать свои действия;
- планировать и осуществлять деятельность, направленную на решение творческих задач.

Личностные

у учащихся будут сформированы:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- формирование способности активно побуждать себя к практическим действиям
- способность адекватно оценивать себя реальным достижениям.

у учащихся могут быть сформированы:

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в образовательной, творческой и других видах деятельности;
- критичность мышления, умение воспринять общественные дела как свои собственные.

Учебно - тематический план 1 года обучения

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Комплектование групп. Вводное занятие	4	4	-	фронтальный
2.	ОФП, координационно-ритмические упражнения	20	4	16	индивидуально-групповой
3.	Именные танцы	48	8	40	индивидуально-групповой
4.	Современные танцы	20	6	14	индивидуально-групповой
5.	Бальные танцы	30	10	20	индивидуально-групповой
6.	Сценические танцы	10	4	6	индивидуально-групповой
7.	Концерты и праздники	10	-	10	фронтальный
8.	Итоговое занятие	2	-	2	фронтальный
	Итого:	144	36	108	

Учебно - тематический план 2 года обучения

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	фронтальный
2.	ОФП, координационно-ритмические упражнения	30	6	24	индивидуально-групповой
3.	Именные танцы	30	6	24	индивидуально-групповой
4.	Современные танцы	60	14	46	индивидуально-групповой
5.	Бальные танцы	46	14	32	индивидуально-групповой
6.	Сценические танцы	30	14	16	индивидуально-групповой
7.	Концерты и праздники	14	-	14	фронтальный
8.	Итоговое занятие	4	-	4	фронтальный
	Итого:	216	56	160	

Учебно - тематический план 3 года обучения

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	фронтальный
2.	ОФП, координационно-ритмические упражнения	24	4	20	индивидуально-групповой
3.	Именные танцы	33	4	29	индивидуально-групповой
4.	Современные танцы	61	5	56	индивидуально-групповой
5.	Бальные танцы	48	6	42	индивидуально-групповой
6.	Сценические танцы	34	6	28	индивидуально-групповой
7.	Концерты и праздники	10	-	10	фронтальный
8.	Итоговое занятие	4	-	4	фронтальный
	Итого:	216	27	189	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	11.09	25.05	36	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	01.09	25.05	36	216	3 раза в неделю по 2 часа
3 год	01.09	25.05	36	216	3 раза в неделю по 2 часа