

Министерство образования и науки Самарской области  
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 14 «Центр образования»  
имени кавалера ордена Ленина Н.Ф. Шутова  
городского округа Сызрань Самарской области  
структурное подразделение, реализующее дополнительные  
общеобразовательные программы «Дворец творчества детей и молодежи»

**СОГЛАСОВАНО**

Руководитель СП ДТДиМ  
ГБОУ СОШ № 14 г.о. Сызрань  
 П.А. Фролов

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор ГБОУ СОШ № 14  
«Центр образования» г.о. Сызрань  
 И.А. Марусина  
Ирина Марусина - Од  
20 20 г.



Программа принята решением  
методического совета  
Протокол № 5 от «03» 04 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Мир танца» (для учащихся с ОВЗ)  
Художественная направленность

Возраст обучающихся: 7-9, 10-14, 15-17 лет.  
Срок реализации: 1 год

Разработчик:  
Артюшенко И.А.,  
педагог дополнительного образования

г. Сызрань  
2020 год

### **Краткая аннотация**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Мир танца» (далее – Программа) включает в себя 4 тематических модуля.

Программа имеет общекультурный характер, и направлена на овладение начальными навыками в области танцев.

Данная программа разработана с учётом интересов конкретной целевой аудитории и предназначена для обучающихся с ОВЗ младшего, среднего, старшего школьного возраста (7 -17 лет).

Занятие хореографией для детей с ОВЗ обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатка психического и физического развития обучающихся средствами музыкально-ритмической деятельности. Развиваются творческие способности – танцевальные данные (ритмичность, музыкальность, артистичность, эмоциональная выразительность). Танцевальные движения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз. В процессе обучения формируется детская фантазия, умение импровизировать под музыку, не бояться отличаться от других, учиться демонстрировать свою индивидуальность.

### **Пояснительная записка**

***Направленность*** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мир танца» **художественная.**

***Актуальность программы*** обусловлена новыми подходами к преподаванию эстетических искусств, что позволяет решать задачи творческого восприятия и развития личности в целом. Занятия хореографией развивают умение видеть и понимать красоту окружающего мира; способствуют воспитанию культуры чувств, развитию эстетического вкуса, трудовой и творческой активности; воспитывают целеустремленность, чувство взаимопомощи; дают возможность творческой и социальной самореализации личности.

В программу включены воспитательные мероприятия, целью которых является формирование навыков и понятий здорового образа жизни, принятие семейных ценностей; уважение к себе и к другому человеку; сплочение коллектива, повышение активности, развитие творческой реализации, способность адаптироваться в социуме.

***Новизна*** программы состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории.

### ***Отличительная особенность программы***

Для детей с ОВЗ высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур

организма детей. Повышение двигательной активности полностью сказывается на физическом состоянии обучающихся.

**Педагогическая целесообразность** данной программы предполагает развивать обучающихся с ОВЗ при помощи танца.

Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года..

При организации работы с обучающимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. В связи с тем, что дети имеют соматические нарушения, общую физическую ослабленность, нарушение моторики и т. п., программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой. Эта программа намечает тот объём знаний и материала, который может быть использован с учётом физических и психических возможностей обучающихся.

Программа так же предполагает разучивание танцевальных номеров, как массовых, так и сольных, и для их отработки предполагается работа, как со всей группой, так и индивидуально с одним обучающимся.

Хореографическое искусство воспитывает трудолюбие, терпение, взаимовыручку. Как правило, дети, которые занимаются в творческих коллективах, легче адаптируются в повседневной жизни.

**Цель программы** - приобщение детей к танцевальному искусству, раскрытие перед ними его многообразия и красоту, воспитание эмоциональной отзывчивости, привитие основных навыков и умений слушать музыку и передавать её образное содержание.

#### **Задачи программы:**

##### **1. Обучающие:**

- научить различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой;
- научить определенным приемам, связкам движений, выработать в ребёнке способность самостоятельно видоизменять, группировать фигуры;

##### **2. Развивающие:**

- развить творческие способности, выдумки, фантазии и образное мышление;
- развивать чувство любви к родной стране, к малой родине, к разнообразию многонациональной культуры Самарской области.

##### **3. Воспитательные:**

- формировать общую культуру личности ребёнка, способной адаптироваться в современном обществе;
- формировать уверенность в своих силах;
- воспитать чувство гордости за культурное наследие страны, Самарской области, города Сызрань;

**Возраст детей, участвующих в реализации программы** - 7-17 лет.

**Сроки реализации:** программа рассчитана на 1 год, объём 108 часов.

#### **Формы обучения:**

- Занятие;
- Лекция;

- Экскурсия;
- Практическая работа
- Выступление на концертах

**Формы организации деятельности:** групповая.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 1 часу. Одно занятие длится 45 минут.

**Наполняемость учебных групп:** 15 человек.

**Планируемые результаты:**

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

*Регулятивные УУД:*

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

*Познавательные УУД:*

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя
- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

*Коммуникативные УУД:*

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

*Обучающиеся должны уметь:*

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;

- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

### Учебный план ДОП «Мир танца»

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Музыкальная азбука»	18	6	12
2.	«Веселая ритмика»	36	13	23
3.	«Музыка и танец»	36	13	23
4.	«Диалог в танце»	18	6	12
<b>ИТОГО</b>		<b>108</b>	<b>38</b>	<b>70</b>

#### **Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы**

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: наблюдение, собеседования, анкетирование, тестирование, выполнение отдельных творческих заданий, участие в конкурсах, выступление на концертах. Оценивание проходит в баллах «высокий», «выше среднего», «средний».

(«**Высокий**») учащийся овладел на 70-100%-технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;

(«**Выше среднего**») учащийся овладел на 50-70%- балл отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);

(«**Средний**») ниже 50% -исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.

#### **Формы контроля качества образовательного процесса**

- Собеседование
- Наблюдение
- Анкетирование
- Выполнение творческих заданий
- Выступления на концертах

#### **1. Модуль «Музыкальная азбука»**

Реализация этого модуля направлена на обучение первоначальным правилам техники безопасности. Обучающиеся ознакомятся с историей музыки и танца. Знакомство с хореографическим классом. Объяснение

значение зеркал, классического станка. Значение музыки на занятиях. Форма одежды. Этические нормы поведения на занятиях, концертах.

Творческие игры на выявление способностей и возможностей обучающихся. Проведение входного контроля.

**Цель модуля:** создание условий для формирования интереса у ребенка творческого потенциала, психологической уверенности в собственной социальной значимости.

**Задачи модуля:**

**Обучающие**

- изучить основные понятия предмета «музыка», «танец»;

**Развивающие**

- научить простейшим правилам организации (самодисциплины);
- научить определять точки расположения танцевального зала, сцены.
- научить выполнять несложные разминочные упражнения

**Воспитательные**

- формировать интерес к хореографическому искусству, раскрыть его многообразие и красоту
- научить овладевать навыками межличностного общения и сотрудничества, продуктивной индивидуальной и коллективной деятельности.

**Предметные ожидаемые результаты**

**Обучающийся должен знать:**

- правила поведения на занятиях, требования, предъявляемые к танцорам;
- виды музыкального сопровождения;
- основы общей и специальной физической подготовки;
- приемы музыкально-двигательной подготовки;
- приемы и способы формирования правильной осанки и танцевального стиля;
- простейшие элементы и фигуры танцев;
- основные принципы танцевальных передвижений;

**Обучающийся должен уметь:**

- исполнять простейшие элементы, упражнения, фигуры, танцы;
- ритмично двигаться в соответствии с характером и темпом музыки.

**Обучающийся должен приобрести навык:** исполнять простейшие базовые фигуры и движения

#### Учебно – тематический план модуля «Музыкальная азбука»

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Роль хореографии в познании культуры Самарской области.	2	1	1	Входящая диагностика-наблюдение, анкетирование

2.	Знакомство с основными понятиями предмета: Линия танца, интервал, дистанция.	3	1	2	Наблюдение, беседа
3.	Знакомство с точками зала, сцены	3	1	2	Познавательная игра
4.	Развитие двигательных навыков	4	1	3	Наблюдение, беседа
5.	Музыкально-двигательный образ	4	1	3	Наблюдение, беседа
9.	Подведение итогов	2	1	1	Тестирование
<b>Итого:</b>		<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	

### Содержание программы модуля

1 тема: Роль хореографии в познании культуры Самарской области.

Растягивания мышц шеи, рук, ног (стопы и колени отдельно), корпуса

Теория: Беседа о роли хореографии в познании культуры Самарской области.

Понятие о пластике тела.

Практика: Выполнение гимнастических упражнений для развития гибкости тела, растягивания мышц шеи, рук, ног (стопы и колени отдельно), корпуса.

2 тема: Знакомство с основными понятиями предмета: Линия танца, интервал, дистанция.

Теория: знакомство с трактовками определений: линия танца, интервал, дистанция.

Практика: определение и передача в движении элементов музыкальной грамоты: линия танца, интервал, дистанция.

3 тема: Знакомство с точками зала, сцены

Теория: Знакомство с основными понятиями предмета: точка зала, сцена

Практика: Определение точки зала. Развитие умения ориентироваться в зале, на сцене.

4 тема: Развитие двигательных навыков

Теория: знакомство с понятием - движение

Практика: овладение простейшими навыками координации движений, ритмические упражнения и музыкальные игры.

5 тема: Музыкально-двигательный образ

Теория: знакомство с основными понятиями предмета: музыкально-двигательный образ

Практика: упражнения на развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой.

6 тема: Подведение итогов

Теория: оценка (тест) знаний учащихся в области хореографии.

Практика: отработка пройденных элементов по модулю

## **2. Модуль «Веселая ритмика»**

Ритмика является начальной ступенью танца.

Ритмика – это разнообразные движения под музыкальное сопровождение.

Занятия ритмикой развивают физические качества, вырабатывают правильную

осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.)

Ритмика развивает в ребенке, в первую очередь, хорошее владение собственным телом, что является одной из приоритетных задач для детей с ОВЗ.

Также на занятиях ритмикой важным является элемент игры. Задания даются с учетом дидактических принципов: от простого к сложному, с учетом естественного интереса и желания обучающихся, их психологических и физиологических особенностей и способностей, а также творческих возможностей детей.

Основные метроритмические рисунки музыки.

Ходьба – маршеобразная, спокойная, быстрая, с поднятием колен вперед.

Танцевальный шаг – на п/п с переходом на пятки, сценический шаг, шаг с притопом, шаг польки, шаг подскок.

Танцевальный бег – бег с отбрасыванием согнутых ног назад, бег с поднятием согнутых ног вперед, галоп.

Прыжки – по 6 позиции ног, с чередованием ног, «поджатки».

Упражнения на исправление осанки.

Упражнения для растяжки и формирование танцевального шага.

**Цель модуля:** развитие у обучающихся ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности.

**Задачи модуля:**

### **Обучающие**

- ознакомить с основами хореографии;
- научить пользоваться своим мышечным аппаратом;

### **Развивающие**

- развить способности ориентироваться в пространстве;
- развить чувства восприятия произведения танцевального искусства;
- развивать память движений.

### **Воспитательные**

- формировать умение работать в группе, в паре с партнером и исполнять движения в комбинации

**Предметные ожидаемые результаты:**

**Обучающийся должен знать:**

- историю развития танцевального костюма;
- виды музыкального сопровождения;
- основы начальной теоретической и тактической подготовки;



- базовые элементы, соответствующие квалификационным требованиям;
- структуру изучаемых танцев;
- основные элементы классического экзерсиса;
- правила соревнований, критерии судейства;

**Обучающийся должен уметь:**

- выразительно и непринужденно двигаться, создавая соответствующий музыкальный образ;
- ускорять и замедлять движение, отмечать в движении метрическую кульминацию, акценты
- составлять композиции танцев.

**Обучающийся должен приобрести навык:** согласовывать свои движения с музыкой

**Учебно – тематический план модуля «Ритмика»**

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмика. Основные метроритмические рисунки музыки.	3	1	2	Входящая диагностика-наблюдение, анкетирование
2.	Основные положения и позиции, рук, ног в танце. Вращение на месте.	5	1	4	Наблюдение, беседа
3.	Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей.	5	2	3	Беседа, наблюдение
4.	Музыкально-танцевальные игры. Импровизация	5	2	3	Познавательная игра
5.	Здравствуй сцена! Линия, диагональ, круг, интервал.	3	1	2	Наблюдение, беседа
6.	Знакомство с простейшими элементами исполнительской техники	5	2	3	Наблюдение, беседа
7.	Эмоциональная сфера танца и развитие актерской выразительности, коммуникативные танцы	5	2	3	Наблюдение, беседа

	– игры.				
8.	«Радостные поклоны» Танец-поклон «Улыбка».	3	1	2	Наблюдение, беседа
9.	Подведение итогов	2	1	1	Тестирование
<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>13</b>	<b>23</b>	

### Содержание программы модуля

1 тема: Ритмика. Основные метроритмические рисунки музыки.

Теория: знакомство с основными понятиями предмета: ритмика, рисунок музыки.

Практика: слушание музыки. Определение характера и строения музыкального произведения, его темпа, ритмического рисунка.

2 тема: Основные положения и позиции, рук, ног в танце. Вращение на месте.

Теория: знакомство с основными понятиями предмета: позиция в танце

Практика: выполнение позиции и упражнения танца с правильным положением рук и ног

3 тема: Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей.

Теория: трактовка понятия: музыкальные части (начало и конец)

Практика: подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемыми движениями, с соблюдением принципа «музыка-движение».

4 тема: Музыкально-танцевальные игры. Импровизация

Теория: трактовка понятия: импровизация

Практика: ритмические упражнения и музыкальные игры.

5 тема: Здравствуй сцена! Линия, диагональ, круг, интервал.

Теория: знакомство с основными понятиями предмета: линия, диагональ, круг, интервал.

Практика: передача в движении элементов музыкальной грамоты: линия, диагональ, круг, интервал.

6 тема: Знакомство с простейшими элементами исполнительской техники

Теория: Знакомство с простейшими элементами исполнительской техники

Практика: Упражнения на развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой.

7 тема: Эмоциональная сфера танца и развитие актерской выразительности, коммуникативные танцы – игры.

Теория: знакомство с понятием актерская выразительность в танце

Практика: развитие творческих способностей, показ эмоций в танце через движения, мимику. Выработка танцевального имиджа.

8 тема: «Радостные поклоны» Танец-поклон «Улыбка».

Теория: знакомство с понятием - поклон

Практика: отработка движений танец-поклон

9 тема: Подведение итогов

Теория: оценка (тест) знаний учащихся в области хореографии.

Практика: отработка пройденных элементов по модулю

### **3. Модуль «Музыка и танец».**

Народное искусство позволяет приобщить детей к духовной культуре своего народа, частью которой он является. В этой связи народный танец, вобравший в себя многовековой опыт человеческой деятельности, выступает как мощное средство воспитания подрастающего поколения, как одно из средств приобщения ребенка к истокам национальной культуры, формирования нравственных и творческих качеств личности.

История народного танца. Знакомство с традициями и культурой народа. Русский народный костюм. Отличительные особенности мужского и женского наряда.

Основные положения и позиции, рук, ног в народном танце.

Позиции ног – открытые, прямые, свободные. 3 основные позиции рук и положения рук в народном танце.

Полуприседания медленные, по свободным и прямым позициям ног, полуприседания с подъемом на п/п, полуприседания с наклонами головы.

Упражнения на развитие подвижности стопы; перевод ноги с носка на пятку и обратно и в сочетании с полуприседанием на опорной ноге.

Вращение на месте. Фиксация точки на месте для последующего продвижения по диагонали. Движения русского народного танца. «Ковырялочка» с тройным притопом, «Моталочка», «Гармошка» Притопы и Хлопки.

Основные ходы: боковой ход, боковые шаги с остановкой, с выпадом на ногу, переменный ход.

**Цель модуля:** приобщение детей к истокам народного танца, его традициям, ознакомление с культурой разного народа.

**Задачи модуля:**

#### **Обучающие**

- приобщить к истокам народного хореографического искусства;
- обучить приемам самоконтроля и взаимоконтроля

#### **Развивающие**

- развить у обучающихся определенные хореографические знания, умения и навыки;
- развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость) и творческую активность
- формировать интерес к русскому народному танцу через игровой, образно-сюжетный метод освоения элементов и движений народного танца;

#### **Воспитательные**

- формировать навыки творческого самовыражения, общей культуры, настоящего эстетического вкуса;

- формировать уважительное отношение к истории и культуре других народов;

### ***Предметные ожидаемые результаты***

#### ***Обучающийся должен знать***

- историю возникновения народного танца. Великих деятелей искусства;
- особенности мужского и женского исполнения народного танца.

#### ***Обучающийся должен уметь***

- исполнять элементы народно-сценического и классического экзерсиса;
- фиксировать точку во время вращения;
- выразительно и координировано исполнять танцевальные движения.

#### ***Обучающийся должен приобрести навык:***

- определять музыкальные жанры по звучанию

### **Учебно – тематический план модуля «Музыка и танец»**

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмика с элементами народного танца. Основные метроритмические рисунки народной музыки.	3	1	2	Входящая диагностика-наблюдение, анкетирование
2.	Основные положения и позиции, рук, ног в народном танце.	3	1	2	Наблюдение, беседа
3.	Движения русского народного танца. Основные ходы. Образная пластика рук.	5	2	3	Наблюдение, беседа
4.	Музыка и танец. Знакомство с многообразием русских мелодий. Музыкально-танцевальные игры.	5	2	3	Познавательная игра
5.	Импровизация на тему русских народных мелодий.	4	1	3	Наблюдение, беседа
6.	Пространство и мы. Основные точки репетиционного зала.	3	1	2	Наблюдение, беседа
7.	Хороводы Руси. Рисуем собой танец узор.	5	2	3	Познавательная игра, беседа

	Знакомство с историей.				
8.	Русский народный костюм. Отличительные особенности мужского и женского наряда.	3	1	2	Наблюдение, беседа
9.	«Радостные поклоны» Танец-поклон «Улыбка».	3	1	2	Наблюдение, беседа
10.	Подведение итогов	2	1	1	Тестирование
<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>13</b>	<b>23</b>	

### Содержание программы модуля

1 тема: Ритмика с элементами народного танца. Основные метроритмические рисунки народной музыки.

Теория: знакомство с историей возникновения народного танца

Практика: ритмика с элементами народного танца.

2 тема: Основные положения и позиции, рук, ног в народном танце.

Теория: русский народный танец: основные положения ног, основные положения рук.

Практика: исполнение движений народного танца

3 тема: Движения русского народного танца. Основные ходы. Образная пластика рук.

Теория: знакомство с понятием –основной ход в русском народном танце

Практика: исполнение движений народного танца, основных ходов, пластики рук.

4 тема: Музыка и танец. Знакомство с многообразием русских мелодий. Музыкально-танцевальные игры.

Теория: расширение представления о танцевальном образе на основе народных танцев. Русские танцы: хоровод, кадрили, перепляс.

Практика: Музыкально-танцевальные игры.

5 тема: Импровизация на тему русских народных мелодий.

Теория: расширение представления о танцевальном образе на основе народных танцев.

Практика: импровизация на тему русских народных мелодий.

6 тема: Пространство и мы. Основные точки репетиционного зала.

Теория: знакомство с понятием- пространство

Практика: определение основных точек репетиционного зала.

7 тема: Хороводы Руси. Рисуем собой танец узор. Знакомство с историей.

Теория: Знакомство с историей. Хороводы Руси. Практика: Простейшие элементы народно-сценического танца.

8 тема: Русский народный костюм. Отличительные особенности мужского и женского наряда.

Теория: русский народный костюм

Практика: выполнение элементов русского народного танца в костюмах

9 тема: «Радостные поклоны» Танец-поклон «Улыбка».

Теория: знакомство с понятием - поклон

Практика: отработка движений танец-поклон

10 тема: Подведение итогов

Теория: оценка (тест) знаний детей в области хореографии.

Практика: отработка пройденных элементов по модулю

#### **4. Модуль «Диалог в танце».**

Основой этого модуля обучения является в первую очередь партерный экзерсис, который формирует основные танцевальные навыки. Во – вторых, вспомогательные физические упражнения, выполняющие двойную функцию. С одной стороны, подобранные в соответствии с возрастными особенностями, эти упражнения способствуют подготовки детского организма к восприятию и лучшему освоению танцевальных движений, с другой стороны, умелое использование специальных физических упражнений корригирующего характера способно помочь в устранении некоторых физических недостатков. Выполняя вспомогательную функцию, они призваны тренировать (растягивать, сжимать, напрягать, сгибать, разгибать и т. д.) мышцы, связки, суставы организма.

История танца. Слушание музыки. Воспитание эстетического вкуса, работа над осанкой, пластикой, общей культурой в поведении, речи, одежде.

Упражнения для разогрева мышц плечевого, шейного и поясничного суставов.

Упражнения для развития выворотности ног, танцевального шага.

Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.

Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. Упражнения на исправление осанки. Упражнения для растяжки и формирование танцевального шага. Гимнастические упражнения – «Мостик», «Колесо», «Шпагат». Закрепление и повторение материала.

**Цель модуля:** раскрытие танцевальных способностей детей через двигательную активность.

**Задачи модуля:**

##### **Обучающие**

- обучить основам построения рисунка танца;
- обучить приемам самоконтроля и взаимоконтроля;
- формировать умения и навыки исполнения танца в паре;

##### **Развивающие**

- формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность телодвижений и поз;
- развивать чувство ритма и музыкальность, моторно-двигательную и логическую память и творческую активность;
- развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость);

##### **Воспитательные**

- воспитывать музыкально-хореографическую и общую культуру;

**Предметные ожидаемые результаты:**

**Обучающийся должен знать**

- основные правила техники безопасности на занятии;
- историю танца в паре;
- хореографические термины, простейшие движения, основные позиции рук и ног;
- точки зала, примеры детских постановок в рамках хореографического искусства;
- танцевальный стили и направления, простые этюды на основе предложенного материала.

**Обучающийся должен уметь**

- планировать, контролировать и оценивать выполнение действий;
- техникой хореографического движения: основные позиции рук и ног, гибкости корпуса, осанки;
- выполнять самостоятельное перестроение в соответствии с заданием;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

**Обучающийся должен приобрести навык:** ориентироваться в пространстве, двигаться согласно характеру музыки, держать темп

**Учебно – тематический план модуля «Диалог в танце»**

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	История парных танцев. Определение и передача в движении характера музыки (веселая, грустная, спокойная и т.д.)	2	1	1	Входящая диагностика-наблюдение, анкетирование
	Основные положения и позиции, рук, ног в парном танце. Шаги.	4	1	3	Объяснение, наблюдение
3.	Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево.	4	1	3	Объяснение, познавательная игра
4.	Диалог в танце. Взаимоотношения танцоров в паре.	3	1	2	Наблюдение, беседа
7.	Артистизм. Эмоциональность исполнения танца.	3	1	2	Наблюдение, импровизация

8.	Подведение итогов	2	1	1	Тестирование
<b>Итого:</b>		<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	

### Содержание программы модуля

1 тема: История парных танцев. Определение и передача в движении характера музыки (веселая, грустная, спокойная и т.д.)

Теория: знакомство с историей парных танцев.

Практика: определение и передача в движении характера музыки (веселая, грустная, спокойная и т.д.)

2 тема: Основные положения и позиции, рук, ног в парном танце. Шаги.

Теория: знакомство с позициями в парном танце

Практика: выполнение позиций рук, ног. Танцевальный шаг вперед, назад, в повороте.

3 тема: Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево.

Теория: позиции и упражнения танца. Постановка корпуса.

Практика: танцевальный шаг вперед, назад, в повороте.

4 тема: Диалог в танце. Взаимоотношения танцоров в паре.

Теория: трактовка понятия: диалог в танце.

Практика: основные танцевальные движения в паре

5 тема: Артистизм. Эмоциональность исполнения танца.

Теория: знакомство с понятием: артистизм

Практика: эмоциональное исполнение танца

6 тема: Подведение итогов

Теория: оценка (тест) знаний учащихся в области хореографии

Практика: отработка пройденных элементов по модулю

### Обеспечение программы

#### Методическое обеспечение

#### Основные принципы, положенные в основу программы

**Принцип** сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

**Принцип** наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

**Принцип** доступности и индивидуальности учит возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику кружка.



**Принцип** систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

**Принцип** гуманности в воспитательной работе выражает: безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

**Принцип** демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

**Принцип** многократного повторения изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

**Игровой принцип.** Игра не только как средства разрядки и отдыха, а необходимость пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

### **Методы работы**

Объяснительно – иллюстративный (*показ элементов, объяснение, использование фольклора*);

Репродуктивный (*разучивание, закрепление материала*);

Метод побуждения к сопереживанию (*эмоциональная отзывчивость на прекрасное*).

### ***Занятие состоит из следующих структурных компонентов***

1. Организационный момент
2. Повторение материала
3. Постановка цели занятия перед учащимися
4. Изложение нового материала
5. Практическая работа
6. Обобщение
7. Подведение итогов

### **Материально-техническое оснащение**

- музыкальная аппаратура: музыкальный центр, диски, флеш-носитель;
- компьютерное оборудование: экран, проектор, ноутбук;
- учебное оборудование: столы, стулья, магнитная доска (для теоретических занятий);

- Зал для занятий хореографией, оборудованный зеркалами и станком
- Индивидуальные коврики для занятия ритмикой

### Список литературы

- 1.Александрова, Н.А. Классический танец для начинающих / Н.А. Александровна, Е.А. Малашевская. – СПб.: Издательство «Лань»; «Издательство Планета музыки», 2009. – 128 с.
2. Бабакин, Б., С. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Уч. Пособие / Б. С. Бабакин, А. Э. Суслов, Ю. А. Фатыхов и др. - СПб: Планета Музыки, 2015. - 128 с.
3. Волкова, В.Н. Педагогика народного художественного творчества: Учебник. / В.Н. Волкова. - СПб: Планета Музыки, 2016. - 160 с.
4. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: учеб. пособие для студ. вузов культуры и искусств / Г.П. Гусев. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 208 с.
5. Дрожжина, Е.Ю. Обучение дошкольников современным танцам, Методическое пособие / Е.Ю. Дрожжина, Е.Б. Снежкова. – М.: Центр педагогического образования, 2012. – 64 с.
6. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д: Феникс, 2003:
7. Лебедев О.Е. /Компетентностный подход в образовании/ - Школьные технологии. - 2004.
8. Лопухов, А.В. Основы характерного танца, 4-е изд., стер / А.В. Лопухов, А.В. Ширяев, А.И. Бочаров. – СПб.: «Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2010. – 344 с.
9. Неменский, Б.М. Педагогика искусства. Видеть, ведать и творить: Книга для учителей общеобразовательных учреждений / Б.М. Неменский. - М.: Просв., 2012. - 240 с.
10. Сухотин А.С. / Ритм и алгоритм/ М.: Знание, 2003г.
11. Шкурко Т.А. /Танец как средство диагностики и коррекции отношений в группе/ - Р.Д.: Университет 2002г.
12. Шкурко Т.А. /Танец на языке вдохновения/ - Р.Д.: Университет, 2000г.

### Электронные ресурсы

Игумнова, М.А. Роль хореографии в творческом развитии детей [электронный ресурс] / М.А. Игумнова. - Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/602763/> /

<http://e.lanbook.com/view/book/3723/page46/>  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?p11\\_id=1934](http://e.lanbook.com/books/element.php?p11_id=1934)