

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Старовичугская средняя общеобразовательная школа им.Г.В.Писарева»
155310, Ивановская область, Вичугский район, г.п. Старая Вичуга, ул. Советская, д.6
Телефон/факс(49354) 9-11-35, e-mail: stvdir@ru

РАССМОТРЕНА
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от « 30 » 08 2024 г

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора по УВР

« 30 » 08 2024 . г
Проф. Вероника М. П.
ФИО



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«В мире спортивного танца»

(Спортивно – оздоровительное направление)
/ срок реализации – 1 год, возраст детей: 11 - 15 лет /

Автор-составитель:
Учитель Смирнова Л.А.

г.п. Старая Вичуга
2024 уч. год

Пояснительная записка

Одна из важнейших задач нашей школы – охрана здоровья детей. Забота о здоровье детей – важнейшая обязанность всех государственных учебных учреждений. Данная программа направлена на обеспечение наиболее благоприятных условий роста и развития детей, на укрепление их здоровья, что обеспечивает значительные успехи в борьбе с заболеваниями. Состояние здоровья ребенка, его сопротивляемость заболеваниям связаны с резервными возможностями организма. Эти возможности при целенаправленном воздействии способны значительно увеличить функциональные способности растущего организма и стать основой его здоровой жизни. Дети обладают поразительно высоким двигательным потенциалом, они способны осваивать сложные и требующие большого функционального напряжения виды движений. Растущий организм особенно нуждается в мышечной деятельности, поэтому недостаточная двигательная активность, некомпенсируемая необходимыми по объему и интенсивности физическими нагрузками, приводит к развитию ряда заболеваний.

На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Каждое занятие «В мире танца» включает 4 этапа: общие теоретические понятия, разминка, общеразвивающие упражнения, диско-танцы.

Цель: привить ребенку необходимые двигательные навыки и умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм, культуру общения между собой и окружающими.

Задачи:

1. Укрепление психического и физического здоровья средствами ритмики в условиях школьного обучения (формирование правильной осанки, походки; содействие профилактике плоскостопия; снижение психического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения и т.д.).

2. Совершенствование психомоторных способностей (развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей; развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой).

3. Развитие творческих и созидательных способностей детей (развитие мышления, воображения, познавательной активности, расширение кругозора).

4. Поддерживать увлечение занятиями музыкой и пластикой.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета:

Содержание кружка «В мире танца» направлено на творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Результаты изучения:

Личностными результатами является формирование следующих умений:

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявление положительных качеств личности и управления своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий:

- Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий ритмикой;
- Организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- Оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

Предметными результатами является сформированность следующих умений.

- Планирование занятий ритмики в режиме дня;
- Представления ритмики как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение техники безопасности к местам проведения;
- Объяснение в доступной форме правил выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправления их;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами. В различных условиях.

Формы и методы проведения занятий: игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Программа "В мире танца" – танцевальной направленности. Она разработана на основе программы "Ритмика" под редакцией Е.И. Мошковой.

Объём курса с 1 по 4 класс составляет 132 часа.

Программа кружка "В мире танца" предполагает обучение в начальной школе.

Для занятия танцевального кружка желательно иметь просторное помещение.

Занятия в группе, как правило, проводится один раз в неделю. Продолжительность занятия 1 час.

Отчеты танцевального кружка планируются в виде концертных выступлений.

Для занятий необходим ПК.

Организация занятий

Процесс обучения складывается из определенной, организованной деятельности педагога и ребенка, направленной на достижение поставленной цели. Для этого данная программа использует различные **методы и формы обучения:**

- ✓ Словесный метод на различных этапах занятия (рассказ, беседа, объяснение).
- ✓ Демонстрационный (показ)
- ✓ Совместное пробивание отдельных элементов.
- ✓ Индивидуальное объяснение каждому ребенку, если есть необходимость.
- ✓ Показывают те дети, у которых данное движение или фигура получилась.
- ✓ Метод разбора и ошибок и выделение Положительных сторон у одного исполнителя.
- ✓ Сравнение 2-х, 3-х человек.
- ✓ Конкурс на уроке (кто лучше, выразительнее сделает то или другое движение).
- ✓ Метод: объясни товарищу, научи его, помоги ему.

Вся система обучения построена по принципу от простого к сложному. Каждый последующий год обучения опирается на ранее полученные знания и активизирует познавательный интерес учащихся.

Наиболее качественно танцевальные занятия могут быть освоены в процессе бесед об истории танцев, рассказах о мастерах этого вида искусства (показ видеокассет, походы на конкурсы и концерты). Это позволяет формировать навыки наблюдения.

На занятиях присутствует форма свободного общения детей, что способствует более быстрому обучению, чем в контакте только с педагогом.

В программе учтены следующие особенности организации учебно-воспитательного процесса:

- занятия проходят согласно расписанию во внеурочное время;
- обучение организуется на добровольных началах;
- дети приходят для общения друг с другом и педагогом;
- занятия ведутся с учетом выполнения санитарных норм.

Условия реализации программы

Форма занятий: групповые с количеством 10-15 детей.

Для выполнения программы необходима единая форма на занятиях: шорты или спортивные штаны и свободные майки.

Для концертов и конкурсов нужны костюмы, юбки одинаковой длины.

Начинать занятия со знакомства уч-ся правилами по технике безопасности.

Оборудование и материалы:

1. Персональный компьютер с выходом в Интернет
2. Спортивный инвентарь: мячи, скакалки, обручи, ленты.

Управление программой, контроль и результативность

Для определения результативности образовательной деятельности учащихся используется проведение конкурса для начинающих танцоров, которые можно проводить один раз в полугодие. На конкурсе выявляются, как правило, группа лидеров, за которыми стремятся остальные учащиеся.

Результатом работы по этой программе – является воспитание хороших начинающих танцоров. Эту категорию присваивает сам педагог каждому танцору после конкурса, если вся программа освоена в полной мере.

Следует иметь в виду принцип постепенного продвижения в развитии личности, то есть возможность для самореализации ребенка в условиях свободного выбора различных видов деятельности. При этом успехи, достижения ребенка сравниваются не со стандартом (как в основном образовании), а с исходными возможностями.

Для определения возможностей и умений ребенка при наборе в объединение проводится первичное анкетирование и тестирование, используется методика выявления исходного уровня владения умениями и навыками. Дальнейшее отслеживание результатов обучения проводится по итоговым занятиям в течение года после изучения разделов программы, и итоговому тестированию в конце учебного года.

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

1. Авторские методики/разработки:

- разработка тем программы;
- описание отдельных занятий;

2. Учебно-иллюстративный материал:

- слайды, презентации по темам;
- видеоматериалы по темам;
- аудиоматериалы по темам;

3. Методические материалы:

- методическая литература для учителя;
- литература для обучающихся;

4. Материалы по результатам освоения программы:

- перечень творческих достижений;
- видеозаписи танцев;
- фотографии и аудиозаписи мероприятий

5. Материально-техническое обеспечение:

- персональный компьютер, оснащенный звуковыми колонками, для обработки сценарного и музыкального материала, экран, кинопроектор.

Предполагаемые результаты реализации программы и критерии их оценки:

Результат	Критерии
1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты: уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка; чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения; уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4; отмечать в движении сильную долю такта; уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений.	Стремления и попытки использования элементов музыкальной грамотности в основном учебно-воспитательном процессе и повседневной практике взаимодействия с миром.
2. Танцевальная азбука: знать позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца; усвоить правила постановки корпуса; уметь исполнять основные упражнения на середине зала; знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений.	Понимание танцевальных терминов, усвоение танцевальной азбуки.
3. Танец: (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно). В конце 1 года обучения дети должны уметь исполнить: веселую польку на подскоках, вальс в три па, танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях.	Исполнение разных видов танцев.
4. Творческая деятельность: раскрытие творческих способностей; развитие организованности и самостоятельности; иметь представления о народных танцах.	Положительная динамика детского отношения к творческой деятельности и росту успешности. Изменение характера познавательно-творческой деятельности в сторону повышения степени самостоятельности.

Уровни воспитательных результатов

Проектная деятельность	Воспитательные результаты		
	Приобретение школьником социальных знаний (1 уровень)	Формирование ценностного отношения к социальной реальности (2 уровень)	Получение опыта самостоятельного общественного действия (3 уровень)

<p>Воспитание художественно-творческого потенциала личности ребенка путем совершенствования его танцевальных и музыкальных способностей в процессе саморазвития.</p>	<p>-первоначальные знания, умения и навыки, необходимые в художественно-творческой деятельности; - первоначальные навыки творческого сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p>	<p>- первоначальный опыт организации самостоятельной творческой деятельности; - первоначальный опыт участия в коллективных мероприятиях (умения выражать себя в различных доступных для ребёнка видах творческой деятельности)</p>	<p>- мотивация к самореализации в самостоятельном творческом поиске; - личный опыт участия в художественных, оздоровительных и социально-образовательных проектах школьников в окружающем школу социуме.</p>
--	--	--	--

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Константинова А.И. Игровой стретчинг.- С-Петербург,2013.
2. Сюжетно-ролевые игры.: Приложение к методичке/сост. Л.Э.Константинова.-С.-Петербург,2012.
3. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду.:Книга для воспитателя и музыкального руководителя детского сада.-3-е изд., дораб..-М.:Просвещение,2011
4. Мориц В.Э,Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа.-М-Л:Искусство,2013.
5. Бырченко Т. Франио Г. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике для подготовительных групп ДМШ и школ искусств./Общ. Ред. Т.Сергеевой.- переизд. Испр. И доп..- М.:Композитор, 2012.

Список литературы для учащихся

6. <http://www.missfit.ru>
7. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.: Первые три года обучения.- 2-е изд..-Л.:Искусство,2011
8. Ткаченко Т.А. Мыслим творчески.-М.:Эксмо,2011.
9. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски./Общ. Ред. Дормидонтовой Т..- М.:Советский композитор,2012.
10. Ротес Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика.- М.:Просвещение,2011.
11. <http://ballett.ru/cont/first>.