

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ БЛАГОВЕЩЕНСКАЯ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
протокол № 03-01-243
" 31 " августа 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОБУ
Благовещенская сош
Чумакова В.Н.
август 2022 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Танцевальная народная культура»

Направленность программы художественная

Уровень программы базовый

Возраст обучающихся 7-16 лет

Срок реализации программы 1 год

Составитель:
педагог дополнительного образования
Кариева Инна Николаевна

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная программа «Танцевальная народная культура» реализуется в соответствии со следующими нормативными документами:

– Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;

– Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 (Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 10.06.2019 №286 О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1015";

– Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;

– Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые

программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Программа «Танцевальная народная культура» является общеобразовательной программой художественной направленности, предполагает уровень освоения знаний и практических навыков.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

В процессе занятий сочетается коллективная работа и индивидуальная. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастом, психологическими возможностями детей.

Подготовка и участие в концертах и конкурсных выступлениях предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий.

Освоение программы рассчитано на один год и включает в себя занятия по ритмике, классическому, эстраднему танцу.

Основной формой работы в кружке является групповое занятие по расписанию. Расширяя кругозор детей, знания о фольклоре и в целом о культуре народов разных стран использую такие формы:

- демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- демонстрация вариаций;
- отработка движений;
- постановка танца;
- репетиции;
- знакомство с народным костюмом;
- просмотр видеоматериала и прослушивание аудиокассет;

Программа позволяет развивать индивидуальные творческие способности, совершенствовать полученные знания и приобретенные исполнительные навыки.

Направленность.

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа «Танцевальная народная культура» является программой художественной направленности.

Актуальность.

Актуальность и новизна данного образовательного курса заключается в том, что у современных школьников ярко выражен интерес к танцевальному искусству, и мы, взрослые, должны сделать всё, чтобы приобщить детей к творческой деятельности. Вместе с детьми создаём ритмические импровизации,

танцевальные композиции, а также народные костюмы. Коллективные творческие проекты дети демонстрируют на народных праздниках, концертах. Данная программа построена на изучении танцев различных народностей. Потребность в такой программе очень большая. В отличие от существующих программ по хореографии, в которых главное внимание уделяется технике движения, создание образа сопровождается высоко технично исполненной композицией, в данной программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона народного танца.

Данная образовательная программа **педагогически целесообразна**, так как реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей. Развивая мотивацию детей к познанию и творчеству, содействует личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе.

Особенность данной программы. Занятия по разучиванию танца развивают у ребёнка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Доступность. Программа «Танцевальная народная культура» может быть использована при участии в различных конкурсах как школьного так и муниципального уровня.

Адресат программы.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной программе от 7 до 16 лет. Рекомендуемый состав группы от 6 до 12 человек. Срок реализации – 1 год. В первую очередь принимаются дети, обладающие артистическими способностями, физическими данными и стремлением к освоению хореографического творчества, дисциплинированные, ответственные, готовые к взаимному сотрудничеству с педагогом и другими детьми. В зависимости от возрастных и физических особенностей, а также хореографических способностей и желаний ребенка заниматься хореографией, возможен его прием на второй год обучения в объединении. В этом случае, для освоения образовательной программы для него составляется индивидуальный план ее прохождения.

Половая принадлежность детей значения не имеет.

Условия приема, обучающегося: Привлечение учащихся в объединение происходит на добровольной основе. При отборе детей для занятий обращается внимание на внешние сценические данные, а также проверяются профессиональные физические данные, такие как выворотность ног, состояние стоп (в том числе подъема), танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок. Не только правильное телосложение, но и соотношение веса, роста и окружности грудной клетки играют значительную роль при выполнении многих сложных движений.

Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Для нервной координации характерно чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки и т.п. Они могут быть закреплены в памяти. Запоминание движения, профессиональная память – одна из особенностей координации, зависящей от работы зрительного и вестибулярного аппаратов и других органов.

В мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и др. движениях).

Двигательная координация – это процесс согласования движения звеньев тела в пространстве и во времени (временное и последовательное).

Музыкально – ритмическая координация – это умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку.

При обучении детей танцу необходимо знать, к какому типу высшей нервной деятельности относится психика ребенка. Наиболее подходящими для занятий танцем из четырех типов темпераментов принято считать сангвиников и холериков, флегматики требуют особых, индивидуальных, занятий.

Некоторые отклонения от норм поддаются исправлению путем применения специальных тренировочных упражнений. В младшем школьном возрасте (8 – 11 лет) костная система еще окончательно не сформирована. Позвоночник гибок и податлив, при длительном неправильном положении тела возможно его искривление. Поэтому необходимо следить за правильной осанкой и походкой.

В эти годы дети обладают уже достаточным уровнем психического развития, но очень возбудимые. Для этого возраста характерны богатство воображения, эмоциональность и непосредственность реакций. Однако из-за слабые устойчивости внимания дети на занятиях быстро теряют темп и ритм.

Дети в этом возрасте обладают наглядно – образным характером запоминания.

Характер еще только складывается, но дети уже обладают некоторой настойчивостью, способны ставить перед собой определенные цели.

В 12 – 14 лет наступает пубертатный период, период полового созревания.

Происходят резкие эндокринные сдвиги, меняется функциональное состояние всех органов. У детей этого возраста меняются пропорции тела.

Наиболее благоприятный возраст для восприятия движений в хореографии – 10-11 лет, а затем – 15-16 лет. У девочек процесс освоения движений более точный, чем у мальчиков в том же возрасте.

В первую очередь принимаются дети, обладающие артистическими способностями, физическими данными и стремлением к освоению хореографического творчества, дисциплинированные, ответственные, готовые к взаимному сотрудничеству с педагогом и другими детьми. В зависимости от возрастных и физических особенностей, а также хореографических способностей и желания ребенка заниматься хореографией, возможен его прием на второй год обучения в объединении. В этом случае, для освоения образовательной программы для него составляется индивидуальный план ее прохождения.

В начале курса проводится организационная беседа о форме одежды и дополнительных предметах для занятий танцем, о времени проведения занятий и сроках, необходимости тренировок дома, а также обсуждаются культура поведения (дисциплина), нормы здорового образа жизни (гигиена, прическа).

Дети занимаются в спортивной удобной одежде и мягкой обуви (вязаные тапочки).

Оптимальная наполняемость учебной группы - до 12 человек

Основные формы и методы работы с обучающимися – в рамках практики используются очная, очно-заочная форма работы.

Методы обучения:

-Объяснительно – иллюстративный

(показ элементов, объяснение, использование фольклора).

-Репродуктивный

(разучивание, закрепление материала).

-Исследовательский

(самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).

-Метод побуждения к сопереживанию

(эмоциональная отзывчивость на прекрасное).

-Метод поисковых ситуаций

(побуждение детей к творческой и практической деятельности).

-В работе с коллективом использую ТСО (технические средства обучения).

(музыкальный центр, видеоманитфон)

Форма организации учебно-воспитательного процесса – групповая, индивидуальная.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 учебный год (109 часов).

Режим занятий: 3 раза в неделю (3 занятия в неделю по 45 минут)

Пространство реализации – Очная часть программы проходит в учебном классе МОБУ Благовещенская сош.

Описание предметного продукта – участник на момент завершения программы презентует свою деятельность через итоговый концерт. Участие в муниципальном конкурсе «Таланты без границ»

Правила действий:

1. Занятия всегда начинаются со звонком (в 14:00)

2. Обсуждение темы не заканчивается пока есть вопросы

В процессе обучения используются различные формы занятий:

Учебный материал, предусмотренный программой, распределён в определённой последовательности с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Постепенно, от занятия к занятию, усложняется учебный материал: движения, ритмика, пластика и т.д. Поначалу необходимо заинтересовать ребёнка, развить желание заниматься в коллективе и только потом переходить к целенаправленному формированию исполнительских умений и навыков. Для выработки ритмичных танцевальных упражнений, в овладении основами техники танца на занятиях используются:

- коллективные танцевальные игры «Я хочу с тобой танцевать»;
- массовые танцы «Танец утят»;
- ритмические упражнения;
- народный фольклор (потешки, попевки, прибаутки, песенки, частушки);
- создание собственных танцевальных элементов.

Занятия по разучиванию танца развивают у ребёнка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- ознакомление с основами классического танца, позициями рук и ног;
- ознакомление с основными движениями танца;
- ознакомление с историей развития русского народного танца.
- дать представление о танцевальном образе;
- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка; - развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- развитие творческих способностей;
- гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение;
- развитие мышечного чувства, правильной осанки, умения управлять своим телом.
- воспитание этнической компетентности, доброжелательного отношения к людям других наций.
- воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание умений работать в коллективе;
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам;

**Тематическое планирование.
На 1 год обучения (109 ч)**

№п/п	Название блока, темы	Кол-во часов	Теория	Практика
Народно - сценический танец (108 ч.)				
1	Вводное занятие	2	2	
2	Историческая справка	2	2	
3	Позиции и положения ног	3	2	1
4	Прослушивание различных русских композиций	2	2	
5	Каблучные упражнения	6		6
6	«веревочка»	3		3
7	Дробные выстукивания	5		5
8	Разучивание танцевальных композиций: «Хоровод»	12	3	9
9	«Кадриль»	14		14
10	«Плясовая»	13		13
11	«Варенька»	12		12
12	«Вдоль по Питерской»	12		12
13	«Валенки»	8		8
14	«Каилка»	13		13
	Творческий отчет	2		2
	Итого	109	11	98

Содержание

Тема 1. Вводное занятие (1ч.).

Теория (1ч.)

Беседа – диалог о танце. Терминология. Изучение правил поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

Тема 2.Историческая справка (1 ч.).

Теория (1ч.)

Беседа о зарождении танца в древности у разных культур и народов. Первые исполнители. Бытовые танцы. Пантомимная игра.

Тема 3. Позииии и положения ног (3ч.).

Практика (1ч.)

Разминка. Работа у станка по отработке позиций ног (1-6). Отработка позиций ног на середине. Карточки с позициями ног. Дети зарисовывают позиции ног в тетради. Упражнения на расслабление мышц.

Тема 4. Прослушивание различных русских композиций (1ч.). Теория (2ч.)

Разминка. Положения рук (подготовительная, первая, вторая, третья) у станка и на середине. Позиции ног и рук у станка и на середине. Упражнение на расслабление мышц ног и рук.

Тема 5. Каблучные упражнения (6 ч.)

Разминка. Положение ног. Положение на расслабление мышц ног и рук.

Практика (6.)

Вынесение ноги на каблук крестом с работой пятки опорной ноги.

Тема 6. «Веревочка» (3ч.).

Практика (3 ч.)

Подготовка к веревочке. Поднимание на полупальцы опорной ноги одновременно с подъемом вверх работающей ноги. Перевод согнутой ноги то вперед, то назад в сочетании с двумя пристукиваниями.

Тема 7. Дробные выстукивания (5 ч.).

Практика (5 ч.)

Экзерсис у станка и на середине. Ритм. Хлопки в ладоши. Разучивание дробей (ключи) у станка и на середине. Двойная дробь. Дроби с работой рук.

Тема 8. Разучивание танцевальных композиций (84ч.).

Зачет. Творческий отчет.

Особенности содержания.

Срок реализации программы — 1 год. В соответствии с санитарными нормами, в течении года обучения занятия проводятся 3 раза в неделю продолжительностью 1 час с перерывом. В группе идет ознакомление детей с различными видами хореографического искусства. Дети приобретают навык танцевальных движений русских народных танцев (хоровод, пляска, и др.), учатся импровизировать и составлять собственные танцевальные композиции.

6. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

6.1. Календарный учебный график

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
1	2022-2023	02.09.2022	29.05.2023	34	34	109	С 14.00 до 14.45	26.05.2023

Планируемые результаты

Метапредметные

Регулятивные

- способность обучающихся понимать и принимать учебную цель и задачи;
- умение в сотрудничестве с педагогом ставить новые учебные задачи;
- умение наблюдать и анализировать разнообразные явления жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности.

Познавательные

- наличие умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью педагога.

Обучающиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции педагога.

Коммуникативные

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- умение работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Предметные

По окончанию программы, обучающиеся будут знать:

- основной понятийно-терминологический аппарат по народной хореографии;
- особенности работы суставно-связочного аппарата;
- специфику построения танцевальных комбинаций;
- манеру исполнения упражнения и характер изучаемой национальности;
- выполнять плясовые движения.

Обучающиеся будут уметь:

- правильно и грамотно подбирать музыкальный материал в соответствии с особенностями танцевальной культуры разных народов;

- различать танцевальную лексику разных народностей;
- применять знания и практические навыки в разных видах деятельности;

- составлять комбинации и маленькие этюды.

Личностные результаты освоения образовательной программы «Танцевальная народная культура» отражают:

- уважительное отношение к танцевальной культуре своего народа и других стран, посредством изучения различных танцевальных народных направлений;
- аккуратность, трудолюбие, самоконтроль;
- коммуникативные умения и навыки, обеспечивающие совместную деятельность в коллективе;
- стремление к здоровому образу жизни.

Методическое и ресурсное обеспечение программы.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие.

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия.

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы;

повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия. Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление(экзерсисы); хореографические упражнения; элементы современного, классического, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия. Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится

краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Кадровое обеспечение. Реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования Кариева И.Н., Общий педагогический стаж 9 лет.

Лист достижений

Ф.И.О. обучающегося _____

Возраст _____

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Танцевальная народная культура»

Форма контроля	Теория	Практика	Итог
Хоровод			
Пляска			

Период освоения: 109 часов.

Педагог дополнительного образования _____ /Кариева И.Н./

Список литературы

Для педагога:

1. Бачинская Н. «Русские хороводы и хороводные песни», М.-Л., Музгиз, 1958 – 112 с. : ил., фот., нот.
2. Богаткова Л. Танцы народов СССР. - М., Молодая гвардия, 1954. – 192с.
3. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 224с.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997. – 480с.
5. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М., 1974. – 368с.
6. Иноземцева Г.В. «Народный танец», М., Знание, 1978, - 98 с.
7. Климов А. А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. - М.: Издательство Московского института культуры. 1994. - 320с.
8. Немеровский А.Б. Пластическая выразительность актера. – М: Искусство, 1976. – 256с.
9. Ткаченко Т. «Народный танец», М., Искусство, 1967, - 78 с.
10. Устинова Т. «Русский народный танец», М., Искусство, 1976, - 156 с.

Для обучающихся:

1. Богданов Г.Ф. Урок русского народного танца / Г.Ф. Богданов. - М., 1995. - С.23.
2. Бутенко Э. Сценическое перевоплощение. Теория и практика. - М.: Прикосновение, 2005. - С. 127.
3. Волков И.П. Воспитание творчеством / И.П. Волков. - М.: Знание, 1989. - 84с.
4. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии / К. Голейзовский. - М.: Искусство, 1964. - 326 с.
5. Телегина Л.А. Народно-сценический танец: учеб.-метод. пособие / Л.А. Телегина. - Самара: Изд-во СамГПУ, 2000. - 96 с.