

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Тульской области
Комитет по образованию администрации муниципального образования г. Ефремов
МКОУ «ГИМНАЗИЯ»

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО
классных руководителей

Масева Е.Н.
Протокол ШМО № 1
«29» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по УВР

Артамонова И.А.
Протокол педсовета № 1
«31» 08 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор

Борщевцева Г.А.
Приказ № 73
от «31» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Искусство движения»
(10-11 классы)

г. Ефремов, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка.

Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем. Обучение подростков танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи.

Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела».

Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер.

В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Еще раз следует упомянуть, что танцу присущи образность, сюжетность. Это придает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Выготского, является «корнем» любого детского творчества.

Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у подростков способностей. Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у подростков творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца — музыки, движения и игры.

Цель программы: создать условия для развития творческих способностей подростков через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Задачи программы:

1. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.
2. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.

3. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.
4. Привить любовь к танцевальному искусству.
5. Развивать воображение и фантазию в танце.
6. Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
7. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.
8. Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).
9. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях школы. Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры.

Организационные условия реализации программы.

Основные формы проведения занятий: танцевальные репетиции, беседа, праздник.

Основные виды занятий – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

Методы:

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

Приоритетные направления работы:

- Знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;
- изучение элементов акробатики, аэробики, гимнастики, классического и народного танцев;
- знакомство с направлениями современного танца;
- постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с подростками, необходимо учитывать некоторые особенности:

- возрастные особенности воспитанников;
- личные интересы и приоритеты воспитанников;
- потенциал группы в целом и каждого воспитанника отдельно;
- качество подготовки к моменту начала изучения предмета;
- происходящие в мире перемены.

Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;

- информационно-коммуникативная технология, позволяющая воспитанникам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;
- деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснения с последующим повторением;
- проектная технология заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;
- игровая технология, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;
- технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

Регулярность занятий 1 часа в неделю, 34 часа в год.

Результаты освоения курса

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:

Учащиеся 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.

Содержание программы

Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков

Проведение инструктажа по технике безопасности.

Постановка задач на новый учебный год.

Знакомство с основными элементами различных танцев

Пантомима

Импровизация

Ритмические комбинации

Постановка корпуса, поклон

Отработка движений.

Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

Разминка. Упражнение классического дренажа.

Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.

Современный танец

Изучение основных элементов вальса

Отработка основных движений.

Акробатика в современном танце

Отработка связок.

Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

Отработка всего танца

Составляющие характера танца

Танцевальная импровизация.

Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.

Движения в соответствии с характером музыки

Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.

Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки

Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу».

Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.

Портретная гимнастика. Повторение танцев.

Синхронность движений.

Отработка четкости и ритмичности движений.

Понятие пространственных перестроений

Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат.

Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре).

Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава.

Соединение выученных движений воедино.

Чтобы танец был красивым

Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений.

Отработка элементов танца

Отработка движений в паре

Подготовка выпускного флешмоба к последнему звонку.

Тематическое планирование занятия «Ритмы»

№ п. п	Тема, раздел	Количество уроков		
		Общее	Теория	Практика
1	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков	11	4	7
2	Современный танец	6	2	4
3	Составляющие характера танца	2	1	1
4	Движения в соответствии с характером музыки	7	1	6
5	Понятие пространственных перестроений	4	1	3
6	Чтобы танец был красивым	4	1	3
	ИТОГО:	34	10	24

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Используемая литература

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000
2. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс»

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п. п.	Дата		Тема занятия	Количество часов	Примечание
	По плану	Факт			
Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков					
1.			Проведение инструктажа по технике безопасности.	1	
2.			Постановка задач на новый учебный год.	1	
3.			Знакомство с основными элементами различных танцев	1	
4.			Пантомима	1	
5.			Импровизация	1	
6.			Ритмические комбинации	1	
7.			Постановка корпуса, поклон	1	
8.			Отработка движений.	1	
9.			Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.	1	
10.			Разминка. Упражнение классического дренажа.	1	
11.			Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.	1	
Современный танец					
12.			Изучение основных элементов вальса	1	
13.			Отработка основных движений.	1	
14.			Акробатика в современном танце	1	
15.			Отработка связок.	1	
16.			Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.	1	
17.			Отработка всего танца	1	
Составляющие характера танца					
18.			Танцевальная импровизация.	1	
19.			Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и	1	

			т.д.		
Движения в соответствии с характером музыки					
20.			Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	1	
21.			Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки	1	
22.			Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу».	1	
23.			Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.	1	
24.			Портретная гимнастика. Повторение танцев.	1	
25.			Синхронность движений.	1	
26.			Отработка четкости и ритмичности движений.	1	
Понятие пространственных перестроений					
27.			Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат.	1	
28.			Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре).	1	
29.			Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава.	1	
30.			Соединение выученных движений воедино.	1	
Чтобы танец был красивым					
31.			Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений.	1	
32.			Отработка элементов танца	1	
33.			Отработка движений в паре	1	
34.			Подготовка выпускного флэшмоба к последнему звонку.	1	