

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ
«ШКОЛА СОСНЫ»**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

_____ Нетёсова Н. Ю.

Протокол №1

от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР _____

Демчук Т. А.

от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор АНОО

"Школа Сосны"

_____ Гурьянкина И. П.

Приказ №3

от «31» августа 2023 г.

**Рабочая программа дополнительного образования
«Дэнс Микс»
1-4 классы
начальное общее образование**

**Составитель:
Сорокина М.Д.
руководитель кружка**

Одинцовский городской округ 2023

Пояснительная записка

Программа Дэнс микс включает в себя знакомство с базовыми движениями различных стилей и направлений прошлого и современности (диско, поп-латина, поп-восток, рок-н-ролл, твист, поп-дэнс), позволяющих создавать оригинальные и необычные танцевальные комбинации. Дэнс микс – превосходное начало обучения танцам особенно для новичков. Занятия по программе «Дэнс-микс» развивают музыкальность, чувство ритма, координацию движения и умение владеть своим телом.

Этот современный танцевальный пласт не просто содержит в себе стремление создать новую хореографию, отвечающую запросам социального общества XX-XXI века: он позволяет учащимся искать ответы на вопросы современной истории, вопросы социальных проблем общества, обращать внимание на важные детали современной культуры. Благодаря современному искусству танца и практике танцевального движения, учащиеся работают над контролем собственного тела, над своими физическими возможностями. Развивая сигнальную систему, они укрепляют нейронные связи, способствуют улучшению физического здоровья, а также наполняют мировоззрение, приобретают широту взгляда, терпимость и толерантность по отношению к другим людям, уважение к своей культуре и культуре других народов.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

В программу включены упражнения и движения обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Цель программы – научить учащихся новому способу самовыражения через танцевальное движение на основе доступных и актуальных материалов, помочь ребенку в достижении гармонии со своим телом и внутренним миром.

Задачи курса:

1. дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки; дать представление о танцевальном образе. Зная общее, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;
2. использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;
3. использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, колLECTИVизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
4. обеспечить творческое развитие, эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
5. обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами классического, народного и бального танцев, воспитать культуру движения;
6. увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

Организация образовательного процесса.

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. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Категория обучающихся

Программа ориентирована на детей школьного возраста от 7 до 9 лет.

Сроки реализации, продолжительность образовательного процесса

Программа предназначена для обучения детей от 7 до 11 лет рассчитана на два учебных года.

1-2 кл. 1 занятие в неделю (33 часа в год)-35 мин./1 занятие; 3-4 классы 1 занятие в неделю-40мин (34 часа в год)

Формы подведения итогов по реализации образовательной программы

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в этнокультурных праздниках;
- открытые занятия для родителей;
- итоговое занятие.

Требования к уровню подготовки обучающихся

Обучающиеся научатся:

- принимать и выполнять учебные (творческие) задачи;
- учитывать данные педагогом рекомендации в новом учебном материале в сотрудничестве с педагогом и сверстниками;
- адекватно воспринимать оценку педагога;
- различать способ и результат действия;
- проявлять познавательную инициативу в учебном и творческом сотрудничестве; самостоятельно учитывать выделенные педагогом ориентиры деятельности в новом учебном материале.
- воспринимать и понимать художественное творчество,
- проявлять интерес к хореографии как к виду искусства,
- следовать правилам здорового образа жизни, сочетать занятия с отдыхом, участвовать в коллективных и командных видах спорта;

Обучающиеся получат возможность научиться:

- наблюдать, контролировать свое физическое и психологическое состояние, развивать основные физические качества, волю, настойчивость, противостоять и преодолевать ситуации, представляющие опасность для жизни.
- воспринимать основы общечеловеческих и национальных культур, принимать духовные традиции и культуры многонационального народа России;
- обладать опытом в бытовой и культурно-досуговой сфере.

Так же обучающиеся узнают: о традициях и народных праздниках.

Будут участвовать: в организации и проведении праздников, которые проводятся в школе .

Содержание программ 1-й год обучения(1-2 классы)

В возрасте 7-9 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнительстве, эмоционально осознанное восприятие. Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения.

Вводное занятие

Теория.

Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия .

2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.

3. Разговор о технике безопасности на занятиях.

4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

Сценический шаг

Теория. Мелодия, ритм, темп. Музыкальные размеры 4\4, 2\4. Такт и затакт. Правила и логика перестроений. Понятие - танцевальный шаг. Прослушивание музыки – тактирование- выделение сильной доли.

Практика. Поклон. Марш под музыку на месте, по кругу, вокруг себя, вправо, влево. Рисунки танца: круг, диагональ, линия, строй, шахматный порядок, звездочка. Шаги: танцевальный шаг, пружинистый шаг, приставные шаги, шаги на носках, на пятках, шаги накрест, шаги с остановкой (носок у колена), боковые шаги с носка и каблука. Бег: бег на носках, бег с захлестом голени назад, бег ножницами, подскоки, галоп.

Современный танец

Теория: Особенности исполнения движений современного танца. Основы ритмических движений.

Практика: упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног и стоп.

Элементы разминки.

Виды движений для развития подвижности позвоночника:

Народный танец

Теория: Особенности русских народных движений. Позиции ног: открытые, закрытые, прямые. Позиции рук. Положения рук и кисти, головы, корпуса. Лирический и быстрый танец.

Практика: *Русский народно-сценический танец.* Положения рук. Удары стопами Танцевальные движения: «Ковырялочка».*«Моталочка».**«Молоточки».* Комбинации. Рисунки танца.

Постановочная работа

Теория: Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.

Практика: Разучивание комбинаций, отработка их. Постановка.

Примерный репертуар: «Мама», «Марш снеговиков», «Гномики», танец снежинок...

Репетиционная работа.

Теория: беседы об особенностях и отличиях при исполнении классических, народных и спортивных танцевальных номеров. Поведение на сцене: выход и уход. Эмоциональность исполнения и передача образа.

Танцевальные этюды

Теория: педагог корректирует исполнение отдельных элементов, фигур, рисунка. Занятия групповые и индивидуальные (по востребованию).

Практика: танцевальные этюды педагог ставит сам: они служат ступенью, подготовкой к дальнейшим номерам.

Публичные выступления

Практика: Итогом деятельности детей становятся выступления на концертах, родительских собраниях. Радость детей, желание показать свои умения, смешивается со страхом: выход на сцену — очень ответственный шаг. И преодоление этого страха послужит детям в преодолении жизненных трудностей.

Итоговое занятие

К концу первого года обучения обучающийся будет знать:

- основы хореографических упражнений этого года обучения;
- уметь:**
- хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр;
 - выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой,
 - исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения;

владеть :

- навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

Тематический план

Тема	Количество часов	Теория	Практика	Программа воспитания
Вводное занятие	1	1		
Эмоционально-творческое развитие	4	1	3	
Танцевально-ритмическая гимнастика	4	1	3	
Классический танец	7	1	5	Модуль «Ключевые общешкольные дела» Праздничный концерт «День учителя» Праздничная ёлка «Встречаем год!»
Народный танец	7	1	5	Праздник «Широкая масленица»
Репетиционная работа Публичные выступления	4	1		Выступление «Подари улыбку маме»
Итоговое занятие	1			
	33	6	27	

Содержание программы 2-го года обучения(3-4 классы)

Вводное занятие. Введение в программу. Входящая диагностика. Проведение инструктажа по охране труда, правила поведения на занятиях в танцевальном коллективе

.Эмоционально-творческое развитие.

Теория: Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, обще развивающие игры.

Практика: Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, обще развивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук настанет и удары ладош». «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Музыкальный теремок». «Игры на развитие актёрского мастерства».

Танцевально-ритмическая гимнастика.

Цели: развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие танцевальных данных, изучение танцевальных элементов, развитие ритмичности, музыкальности, эмоциональной выразительности, фантазии ребенка.

Классический танец:

Цели: добиться целенаправленности физических усилий, прокладывая и осуществляя на каждом занятии глубокие внутренние связи между словом педагога и мышечным ощущением воспитанника, добиться наиболее точного пластического выражения, услышанного в музыке.

Народно-сценический танец.

Цели: овладение знаниями в области танцев народов мира их характером и манерой исполнения, в том числе самобытными особенностями народного танца своей области, развитие музыкальности, координации, сценической выразительности, творческой активности, воспитание чувства патриотизма, любовь к своей родине через любовь к танцу.

Репетиционная работа

Постановочно-репетиционная деятельность:

- а) подборка музыкального материала;
- б) предварительный отбор выразительных средств;
- в) сочинение композиционного построения – рисунок танца.

Публичные выступления.

Цели: приобщение к концертной деятельности, развитие мотивации и личностной успешности, внимания и выносливости, самостоятельности и творческой активности, навыков коллективного взаимодействия, воспитание культуры поведения на сцене и во время репетиций.

Бальный танец

Теория: Разучиваются элементы и фигуры фигурного вальса.

Практика: Изучение основ танца «Вальс»: «лодочка» с поворотом, «окошко», вальс крестом, «елочка», «ручеек», шеен.

Итоговое занятие.

Цели: развитие мотивации, личностной успешности; развитие навыков группового взаимодействия; отслеживание результата приобретения воспитанниками знаний, умений, творческих, личностных и социально значимых достижений.

К концу второго года обучения обучающийся будет

знать:

- правила поведения на занятии ;
- позиции рук и ног;
- программный материал подготовительного этапа;

уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- различать характер музыки, темп, размер, части, фразу;
- выполнять движения согласно характеру музыки;
- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;
- выполнять пластические, гимнастические и образные этюды.

Тематическое планирование

Тема	Количество часов	Теория	Практика	Программа воспитания
Вводное занятие	1	1		Модуль «Ключевые общешкольные дела» Праздничный концерт «День учителя» Праздничная ёлка «Встречаем год!»
Эмоционально-творческое развитие	4	1	3	
Танцевально-ритмическая гимнастика	4	1	3	
Классический танец	6	1	5	
Народный танец	7	1	6	Праздник «Широкая масленица»

Тема	Количество часов	Теория	Практика	Программа воспитания
Бальный танец	6	1	5	Прощание с начальной школой «Самый лучший класс»
Репетиционная работа Публичные выступления	5	1	4	Выступление «Подари улыбку маме» «Здравствуй, лето!»
Итоговое занятие	1		1	
	34	7	27	

. СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания
методического объединения учителей
от 28.08.2023 г. № 01

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
Т.А. Демчук
30.08.2023 г.