

**Министерство образования и науки Республики
Ингушетия Государственное бюджетное
образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 г.Сунжа»**

Принята на заседании
методического совета от
«28__» августа _____
Протокол №1__от 30.08.2022

Утверждаю
Директор ГБОУ

«СОШ№2г.Сунжа
»
Парижева М.А.

_____ 2022г.
«__»_____

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

«Спортивные танцы»
направленность:

Спортивно-оздоровительное
Возраст обучающихся: 8 - 17лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Даурбекова А.М.

Сунжа, 2022

Спортивно-оздоровительное направление

Количество часов по учебному плану – 648

Составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 N 1897 "Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования"

«Спортивные танцы»

Пояснительная записка

Цель программы: Развитие танцевальных навыков и основ сценического поведения обучающихся.

Задачи:

1. Образовательные.

Углубить знания учеников в танцевальной области – народной, бальной эстрадной.

2. Воспитательные.

Привить интерес к танцевальным жанрам (народным, бальным, современным танцам), истокам возникновения народных танцев.

Формировать чувство прекрасного.

3. Развивающие.

Развить танцевальные способности, чувство ритма и музыкальности .

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты

- Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений;
- Способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы;
- Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности;
- Эстетического вкуса, высоких нравственных качеств;
- Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку;
- Позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели;

Познавательные УУД

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка.

Коммуникативные УУД

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

Предметные результаты:

- Грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;
- Знать классические термины;

- Определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- Знать жанры музыкальных произведений;
- Четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения;
- Выполнять простые и сложные элементы в стиле хип-хоп; -исполнять основные движения и танцевальные этюды бального танца;
- Знать новые направления и виды хореографии и музыки.

Место занятия внеурочной деятельности:

Формы занятий:

- индивидуальный подход к каждому ребенку.
- обучение и воспитание в коллективе.
- групповые.

Методы:

- беседа;
- объяснение;
- лекция;
- игра;
- конкурсы;
- выставки;
- праздники;
- выставки;
- презентации.

Содержание

1. Вводные занятия.

Педагог знакомит в игровой форме с одним из видов искусства -хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

2. Танцы народов мира.

Цикл бесед знакомит с разнообразными видами и жанрами хореографии: Бальные танцы - джайв, самба, танго Современные танцы XX века - чарльстон, свободные танцы, джазовые танцы, твист, танец модерн., хип-хоп.

3. Танец сегодня.

Беседы знакомят с популярными танцевальными группами, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве, рассказывают о выдающихся танцорах нашего времени. Самая титулованная пара России Тимохин Дмитрий и Анна Безикова. Вечернее танго в Буэнос-Айресе. Стремление быть не как все (Московская академия хореографии) Анастасия Волочкова. Музыкальная таблетка (о лечебной силе музыки). Жизненная энергия, шоу - балет «Тодес» (энергия танца, составляющая часть здоровья). Две грани искусства. На всё нужна сноровка (о курьёзах во время выступления на сцене). Учитель танцев. Танец живота - красота и здоровье. Если болезнь нельзя вылечить, её можно затанцевать, (психотерапевтическая роль танца).

4. Репетиционно - постановочная работа.

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими учащимися. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественнотворческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Учащиеся помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед для раздела «Танец сегодня». Учащиеся очень интересуются жизнью в других странах, поэтому в репертуаре есть любимые бальные танцы в разных стилях и ритмах исполнения. Современная жизнь также предоставляет разнообразный интересный материал. Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков сильно. Поэтому в нашем репертуаре есть и современные танцы. Выполняя движение в современных жанров, учащиеся приобретают aplomb , выразительность и четкость в движениях, что важно для любого танцовщика. Оздоровительный момент - это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

5. Творческая импровизация.

Каждый новый танец становится для учащегося «открытием ума, сердца и души». Душа учащегося, самобытна, индивидуальна. Для каждого учащегося необходим индивидуальный подход творческие импровизация на занятиях 2-го этапа обучения направлены на: развитие изобретательности; - формирование устойчивого интереса к поисковой творческой деятельности. развитие логического мышления; творческой индивидуальности; коммуникативного воображения. Индивидуально-дифференцированная форма организации образовательного процесса наиболее сложная, так как требует уровня высокой профессиональной культуры и педагога. Она ориентирована на создание условий для творческой самореализации, как обучающегося, так и педагога.

6. Итоговые занятия и мероприятия.

В роли итоговых занятий выступают конкурсно - игровые программы, урок-концерт, танцевальные фестивали, новогодние праздники «Путешествие в мир танца». Программы итоговых и досуговых мероприятий придуманы и составлены самим педагогом или заместителем директора курирующую воспитательную работу учреждения.

Тематическое планирование

№	Раздел, тема	Количество часов			
		Теория	Практика	Творческая импровизация	Всего
1.	Организационный урок Общеразвивающие упражнения.	1			1
2.	Бальный танец: «Джайв»		6	1	7
3.	Элементы бального танца «Самба»		6	1	7
4.	Элементы бального танца «Танго»		4	1	5
5.	Танцевальная композиция в стили «Твист»		3	1	4
6.	Современный танцевальный этюд. Постановочная и репетиционная работа		6	2	8
7.	Итоговые занятия, школьные и досуговые мероприятия		2		2
	Итого:	1	27	6	34

Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Дата
1.	Техника безопасности на уроке хореографии, проведение инструктажа в при проведении занятий.	
2.	Развивающие элементы народного танца, позиции рук и ног.	
3.	Развивающие элементы народного танца, позиции рук и ног.	
4.	Развивающие элементы народного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.	
5.	Элементы народного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.	
6.	Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног	
7.	Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног.	
8.	Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.	
9.	Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног, изучение комбинаций.	
10.	Упражнения для растяжки и умение выполнять упр-ия у хореографического станка: наклоны, приседы, шпагаты.	
11.	Упражнения для растяжки и умение выполнять упр-ия у хореографического станка: наклоны, приседы, шпагаты.	
12.	Основы современного танца: позиции рук и ног.	
13.	Основы современного танца: позиции рук и ног.	
14.	Основы современного танца: станок. Спортивный танец.	
15.	Основы современного танца: станок, середина.	
16.	Основы современного танца: середина. Спортивный танец	
17.	Основы современного танца: элементарные комбинации. Спортивный танец.	
18.	Основы современного танца: элементарные комбинации.	
19.	Основы современного танца: элементарные комбинации.	
20.	Упражнения на растяжку. Современный станок. Спортивный танец – середина.	
21.	Упражнения на растяжку. Современный станок. Спортивный танец – середина.	
22.	Упражнения на растяжку. Современный станок. Спортивный танец – комбинации на кросс.	
23.	Упражнения на растяжку. Современный станок. Спортивный танец - диагональ	
24.	Упражнение для станка для растяжки	
25.	Умение выполнять упражнения у хореографического станка. Наклоны. Приседы. Шпагат.	
26.	Формирование танцевального шага	
27.	Повторение и отработка классического танца.	

28	Повторение и отработка современного танца.	
29	Повторение и отработка спортивного танца.	
30	Повторение и отработка народного танца.	
31	Коррекционные работы над современным танцем.	
32	Отработка и коррекционная работа над спортивным танцем.	
33	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	
34	Итоговое занятие	

Перечень учебной литературы и электронных образовательных ресурсов

- Захаров В. М. Танцы народов мира. – М., 2008.
- Ткаченко Т. Народный танец. М. 2011.
- Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. М. 2009
- Захаров Р. Сочинение танца. М. Искусство, Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2006г.
- Бондаренко А.А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев : Муз. Украина, 2008– 220с.
- Климов А.А. Основы русского народного танца. – М.: Изд-во МГИК, 2013 г.
- Ткаченко Т.С. Народный танец. – М.: 2010 г.
- www.dance-city.narod.ru
- www.danceon.ru

