Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа д. Мокшино Конаковского района Тверской области

Согласовано
Методический совет школы
Протокол № 1 от 30.08.2021г.
Председатель МСШ
_____В.Ю. Смольянинова

Утверждаю
Приказ №207-ОД от 30.08.2021г.
Директор МБОУ СОШ д. Мокшино
_____О. В. Архипова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа общекультурной (художественной) направленности «М-стиль»

Базовый уровень

Составил: педагог дополнительного образования Фокина М.П.

2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «М - стиль» относится к *базовому уровню* и имеет *художественную направленность*.

Актуальность программы.

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Отличительные особенности (новизна) программы. Программа «М - стиль» разработана на основе дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой материал, которые используются на всех занятиях.

Содержание материала постепенно усложняется. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Программа направлена на обучение детей умению танцевать красиво, двигаться в свободной непринуждённой манере и владеть ритмопластикой танца, а также решение оздоровительных задач.

Цель и задачи программы

Цель программы - укрепление физического и психического здоровья, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

Задачи программы:

Обучающие:

- знакомство с предметом начальная хореография;
- знакомство с правилами здорового образа жизни;
- обучение понятиям: характер музыки, темп, ритм.

Развивающие:

- развитие чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развитие навыков ориентировки в пространстве;
- развитие координации движений и пластики, навыков владения своим телом;
- развитие выворотности ног;
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- развитие танцевального шага.

Воспитательные:

- формирование коммуникативных навыков.
- воспитание трудолюбия;
- воспитание стремления к двигательной активности;
- воспитание ответственности, упорства, силы воли;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- способствовать формированию личности инициативной, целеустремленной;
- воспитание коллективизма.

Категория обучающихся

Программа «Ритмика и танец» ориентирована на детей школьного возраста от 7 до 10 лет.

Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей).

Принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровью. Обучающиеся предоставляют заключение от врача (справка) об отсутствии противопоказаний к занятиям по хореографии (на основании Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14, пункт 8.10.).

Срок реализации программы

Программа рассчитана на1 год. Общая продолжительность образовательного процесса составляет 34 часа:

1-ый год обучения – 34 часа (34недели ×1 час в неделю);

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Форма проведения занятий – групповые занятия. Во время приема и формирования групп проводится первичная диагностика способностей ребенка (знаний, умений, навыков).

Количество обучающихся в группах до 15 человек.

Режим занятий: Режим занятий: 1 раз в неделю по 1 часу.

Каждое занятие включает:

- организационную часть,
- разминку,
- ритмические упражнения,
- подведение итогов занятия.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты освоения программы обучения

К концу 1-го года обучения дети будут знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;

- правила гигиены тела, тренировочной одежды; ***уметь:***
- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики;

К концу 2-го года обучения дети будут знать:

- основные понятия и термины начальной хореографии;
- основные понятия и термины партерной гимнастики;
- начало и конец музыкального вступления;
- названия танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре;
- откликаться на динамические оттенки в музыке;
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- давать характеристику музыкальному произведению.

уметь:

- правильно исполнять основные элементы упражнений;
- выразительно двигаться под музыку;
- реагировать на музыкальное вступление;
- слышать ритмический рисунок мелодии;
- правильно исполнять ритмические комбинации;
- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.
- ориентировка в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнение движения в парах, в группах.

Личностные результаты освоения программы обучения *Результаты развития обучающихся:*

- укрепление и развитие мышечного аппарата;
- чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку, выразительность движений;
- музыкально-ритмические навыки;
- координация движений, пластичность;
- умение ориентироваться в пространстве (в хореографическом зале);
- развитие выворотности ног;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок.

Результаты воспитания обучающихся:

- общение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;
- эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный (тематический) план

1 год обучения

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	1	Первичная диагностика – собеседование
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных	5	20	25	Педагогическое наблюдение

	движений.				
3.	Партерная гимнастика.	5	20	25	Педагогическое наблюдение, Промежуточная аттестация
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	5	15	20	Педагогическое наблюдение
5.	Итоговое занятие	-	1	1	Итоговая
					аттестация
	Всего:	**15,5**	**52,5**	**68**	

Примечание. Расчёт часов учебного (тематического) плана представлен на:

- 34 учебные недели;

Содержание учебного (тематического) плана

1 год обучения

Тема 1. Вводное занятие

Теория: Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

Практика: Первичная диагностика. Беседа.

Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Теория: Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Практика:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

Тема 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Теория: Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

Практика: Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Тема 4. Танцевальные этюды, игры, танцы

Теория: Методика исполнения основных движений.

Практика:

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- ознакомление детей с играми;
- применение игр на занятиях.

Тема 5. Итоговое занятие

Теория: Вопросы и задания по разделам программы.

Практика: Опрос по пройденному материалу. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

3. Формы контроля и оценочные материалы

С момента поступления ребенка в объединение проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования хореографических способностей, определения задач индивидуального развития:

- первичная диагностика;
- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация.

(«Программа педагогического мониторинга» представлена в Приложении № 2 к программе) Результаты педагогического мониторинга фиксируются в журнале и оцениваются по 10-бальной системе:

Минимальный уровень: 0 – 4 балла.

Средний уровень: 5 – 8 баллов.

Максимальный уровень: 9 – 10 баллов.

Вводный контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года для определения уровня подготовки обучающихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.

Текущий контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений осуществляется на каждом занятии: беседа, опрос, наблюдение педагога за практической деятельностью, просмотры и контрольные упражнения, взаимооценка, оценка педагогом, выполненной учащимся работы.

Уровень умений и навыков воспитанников проверяется по результатам практической деятельности в соответствии со степенью их усвоения. Важным видом текущего контроля является контроль техники исполнения движений, который производит педагог совместно с воспитанником в процессе занятий.

Промежуточный контроль (промежуточная аттестация) проводится один раз в год (декабрь) в форме открытого занятия.

Итоговый контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений воспитанников осуществляется в конце каждой темы. Итоговая аттестация проходит в виде итогового занятия с использованием устного опроса с целью выяснения усвоенных теоретических понятий и выполнением разученных комплексов гимнастических упражнений. Формы итоговой аттестации – открытое занятие, участие в концертной программе.

Формы выявления полученных знаний: собеседование, практические задания, творческие задания, открытые занятия, концерты, участие в конкурсах и фестивалях различного уровня, мероприятиях, посвященных знаменательным и памятным датам.

4. Организационно-педагогические условия реализации программы

Программа первого года обучения направлена на обучение детей определенным практическим навыкам в области танцевального искусства и развитие эстетического вкуса.

Программа второго года обучения направлена на обучение детей новым танцевальным движениям, ориентировке в пространстве и развитие умения самостоятельно разводить танцевальный рисунок.

На занятиях используются различные виды деятельности: ритмика и элементы музыкальной грамоты, танцевальная азбука и элементы художественной гимнастики, танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика.

Педагог общается с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству.

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание.

В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Для реализации данной программы имеются методические, наглядные, дидактические пособия, раздаточные материалы.

Методические материалы включают в себя:

- методические пособия и учебные пособия по обучению современному танцу;
- литература по ритмике, пластике, танцу;
- словари терминов;
- описание техники безопасности.

Дидактические материалы:

- иллюстрации;
- фотографии;
- видео – аудиозаписи;
- фонограммы, CD, DVD диски, кассеты.

Педагогический мониторинг по программе

«М - стиль»

С целью определения уровня усвоения общеобразовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточная и итоговая аттестации. Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-ти бальной системе

и фиксируются в сводных таблицах. Итоговая аттестация первого года обучения является участие в конкурсах, общешкольных мероприятиях.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 ─ 4 балла) ─ ребенок не владеет теоретическими знаниями, не развит музыкальный и ритмический слух, не знает основные позиции рук, ног, положение головы, не правильно исполняет упражнения. Не способен к самостоятельности. Быстрая утомляемость, неустойчивое внимание.

Средний уровень (5 ─ 8 баллов) ─ ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, слышит музыку и ритм, согласовывает движения с музыкой, но допускает не точности в исполнении движений. Эмоциональная отзывчивость, интерес, желание включиться в танцевальную деятельность. Средняя утомляемость и снижение двигательной активности.

Максимальный уровень (9 ─ 10 баллов) ─ творческая активность ребенка, его самостоятельность, инициатива; ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями, выполняет движения без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве. Устойчивость внимания, физическая выносливость, двигательная активность.

Календарно - тематический план
(«М - стиль»)

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Тема занятия	Кол-во часов	Форма	Место	Форма контроля
					проведения занятия		
1.			Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	групповая	Хореографический класс	первичная диагностика
2.			Танцевальная азбука.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

3.			Партерная гимнастика.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
4.			Разучивание и выполнение хореографических этюдов.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
5.			Элементы танцевальных движений: ходьба: простой шаг в разном темпе и характере.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
6.			Элементы танцевальных движений: бег и прыжки в сочетании по принципу контраста.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
7.			Притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
8.			Позиция рук и ног классического танца.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
9.			Разучивание основных шагов классического танца – подскоки.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
20			Построение в круг по линиям в диагональ.		овая	фический класс	е наблюдение
11.			Знакомство с танцевальными рисунками.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
12.			Разучивание основных шагов классического танца – танцевальный бег.	1	групп овая		Педагогическо е наблюдение

13.			Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп,	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
14.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
15.			Постановка танцевального номера.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
16			Танцевальные этюды.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
17.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
18			Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
19.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Постановка танцевального номера. Работа над репертуаром.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
20.			Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
21.			Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
22			Работа над репертуаром.				
23.			Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
24.			Работа над репертуаром.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение

25.			Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
26.			Партерная гимнастика. Работа над репертуаром. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
27.			Подготовка к отчетному концерту.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
28			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений				
29			Выполнение изученных элементов танцевальных движений.				
30			Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.				
31			Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.				
32			Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.				
33			Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.				
34.			Концерт для родителей.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение

Литература

- Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
- Ерохина О.В Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на – Дону «Феникс» 2003г.
- Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2007г.

- Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
- Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
- Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.

Интернет-ресурсы

- «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы) http://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs/%D0%A0%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%B8%20%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%204-6%20%D0%BB%D0%B5%D1%82_pdg.pdf
- «Хореография. Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева. Начальная хореография для детей 3 – 6 лет» (Коротеев И.В., педагог дополнительного образования). http://st.educom.ru//eduoffices/gateways/get_file.php?id=%7B1FADE7D2-D6AB-4857BA5F-FE4172E60E1B%7D&name=0100-horeografiya.-ansambly-pesni-i-plyaski-im.v.s.lokteva.-nach.hor.-dlya-det.-3-6-let.-oznakomit.hudog..pdf