**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение дополнительного образования**

**«Средняя общеобразовательная школа №41» города Чебоксары Чувашской Республики**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **УТВЕРЖДЕНО:**  **директор**  **МБОУ «СОШ №41»**  **г. Чебоксары**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **В. В. Валерианова**  **приказ № \_\_\_\_\_\_\_**  **от \_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_ г.** |

**Программа внеурочной деятельности**

**РИТМИКА " Магия танца"**

**Направленность:** музыкально-эстетическая

**Автор: Емельянова Людмила Артемьевна**

г. Чебоксары, 2020 г.

**Пояснительная записка.**

Занятия хореографией является наиболее массовой общедоступной формой приобщения детей к миру танца.

**Актуальность программы.**

Содержание программы даёт возможность ученикам на собственной практике, сопоставляя, сравнивая и осмысленно исполняя движения, получить тот запас знаний, умений и навыков, которые помогут им в дальнейшем самостоятельно разбираться в искусстве хореографии и критически верно оценивать различные танцы.

Важно в детском возрасте развивать творческие и индивидуальные способности, талант, эстетический вкус, воспитывать духовно-развитую гармоничную личность.

Занимаясь танцами воспитанники познают волшебный мир красоты, грации, любви и дружбы. Как показывает практика, именно на занятиях в общении с музыкой и танцем часто преодолеваются возрастные конфликты и проблемы отношений между мальчиками и девочками.

**Нормативно-правовая база программы.**

* «Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Бальный танец. Пояснительная записка.», Москва «Просвещение»,1986
* «Положение ФТСР о допустимых танцах и фигурах».
* ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ,
* Государственная концепция развития дополнительного образования от 4.09.2014 № 1726-р,
* Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей
* СанПиН 2.4.4.3172-14,
* Постановление Главного гос. санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41,
* Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008 (Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам),

**Цель программы.**

Формирование у детей общих культурных интересов, социально значимых установок, развитие способностей воспитанников к творческому самовыражению и самореализации через теоретическое и практическое знакомство с хореографическим искусством.

**Задачи программы.**

Оздоровительные:

- укрепление здоровья, мышц тела

- удовлетворение биологической потребности в движении

- закладывание азов правильной техники движений

- выработка правильной осанки

Образовательные:

-знакомство с танцами народов мира

- знакомство с основами музыкальной грамоты

- учить выразительно и ритмично двигаться в соответсвии с различными характерами музыки, муз. образами, добиваться хорошего качества исполнения

Развивающие:

-развивать общую музыкальность, муз. слух, чувство ритма

-развивать ориентировку в пространстве, координацию, пластичность, грацию, культуру движений

-развивать самостоятельность, воображение, эмоциональность, выразительность, эстетический вкус…

Воспитательные:

-воспитывать любовь к искусству, хореографии

-воспитывать смелость, силу воли, выносливость, ответственность, самостоятельность, культуру поведения и общения

- воспитывать аккуратное бережное отношение к оборудованию, костюмам,

вырабатывать эстетическое чувство.

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности (ритмика):**

Обучение  танцам в учебной деятельности обеспечивает личностное, социальное, познавательное, коммуникативное развитие учащихся. У школьников обогащается эмоционально – духовная сфера, формируются ценностные ориентации, умение решать художественно – творческие задачи; воспитывается художественный вкус, развивается воображение, образное и ассоциативное мышление, стремление принимать участие в социально  значимой деятельности, в художественных проектах школы, культурных  событиях региона и др.

Основополагающим моментом обучения является органическая связь музыки и движения. Любому ребёнку свойственна естественная двигательная реакция на музыку.

При чутком профессиональном сопровождении, спонтанная активность ребёнка становится творческой, находит русло, где у ребёнка начинает осмысленно развиваться стиль, артистические навыки, красивые манеры.

Во главу угла программы ставится задача формирования высокого эстетического вкуса детей и укрепления их физического состояния.

Ритмическая гимнастика с элементами танцев - прекрасное средство разностороннего физического развития и эстетического воспитания ребенка, которое благоприятно воздействует на все системы организма, снимает напряжение, улучшает самочувствие, снижает вероятность заболеваний.  
 Обучение идет по принципу от простого к сложному. Упражнения по своей структуре необычны, поэтому детям нравится выполнять их с музыкальным сопровождением.   
 Музыкально-ритмические упражнения помогают ребенку научиться владеть своим телом, координировать движения, учат ориентироваться в пространстве, укрепляют основные виды движений, способствуют освоению элементов танца.

В результате освоения содержания программы происходит гармонизация интеллектуального и эмоционального развития личности обучающегося, формируется целостное представление о мире, развивается образное восприятие и через эстетическое переживание и освоение способов творческого самовыражения осуществляется познание и самопознание.

**Личностные результаты:**

**У обучающегося будут сформированы:**

* формирование способности к самооценке на основе критериев успешности творческой деятельности;
* формирование основ гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю.

**Обучающийся получит возможность для формирования:**

* формирование эмоциональное отношение к искусству;
* формирование духовно-нравственных оснований;
* реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального) участия.

**Метапредметные результаты:**

**регулятивные УУД:**

**Обучающийся научится:**

* планировать свои действия с творческой задачей и условиями её реализации;
* самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели урока;

**Обучающийся получит возможность научится:**

* выстраивать самостоятельный творческий маршрут общения с искусством.

**коммуникативные УУД:**

**Обучающийся научится:**

* участвовать в жизни микро - и макросоциума (группы, класса, школы, города, региона и др.);
* уметь слушать и слышать мнение других людей, излагать свои мысли о музыке и танцах;

**Обучающийся получит возможность научится:**

* применять знаково-символические и речевые средства для решения коммуникативных задач;

**познавательные УУД:**

**Обучающийся научится:**

* использовать знаково-символические средства для решения танцевальных задач;

**Обучающийся получит возможность научится:**

* осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников.

**Предметные результаты:**

**Обучающийся научится:**

* элементарные способы  воплощения художественно-образного содержания музыкальных произведений  в различных видах танцевальной и учебно-творческой деятельности;
* правильную танцевальную установку;
* особенности танцевального языка.

**Обучающийся получит возможность научиться:**

* применять полученные знания и приобретённый опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности;
* выражать образное содержание музыки через пластику;
* создавать коллективные музыкально-пластические композиции;
* исполнять танцевальные произведения.

Для оценки уровня развития ребенка и сформированности основных умений и навыков 1 раз в полугодие проводятся контрольные занятия (занятия – концерты).

Отслеживание развития личностных качеств ребенка проводится с помощью методов наблюдения и опроса.

Основной формой подведения итогов работы являются концертные выступления.

**Прогнозируемые результаты реализации программы.**

**основной курс**

К концу года учащиеся будут уметь:

Двигаться в характере, темпе музыки, выделять сильную долю

Строиться и перестраиваться (линии, круг, колонна, сужение и расширение и т.д.)

Правильно ставить корпус (осанка)

Выполнять несложные музыкально-ритмические движения (ходьба, бег, хлопки, притопы и т.д.)

Знать направления (право, лево, боком и т.д.)

Знать позиции ног (1, 2, 6), деми плие, подъёмы, прыжки

Показать элементы русского танца, историко-бытового, современного в соответствии с характером музыки

Выполнять специальные упражнения на ковриках

Узнавать, различать и разбираться в характере, ритме, счёте бальных танцев Медленный вальс, Самба, Ча-ча-ча, а также выполнять под музыку и в паре основные фигуры из этих танцев

Исполнять заданные педагогом движения в детском танце, используя выразительные средства

Участвовать в детской игре, беседах, концертных и других мероприятиях/

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности:**

**Формы организации танцевальной деятельности:**

- танцевальные занятия;

- занятия – концерт;

- репетиции;

- творческие конкурсы;

- интерактивные игры;

- танцевальные импровизации;

- практические занятия

- занятие-постановка

- творческие отчеты.

Основной формой работы является танцевальное занятие, которое предполагает взаимодействие педагога с детьми и строится на основе индивидуального подхода к ребенку.

**Методы и приемы** обучения:

- наглядно – слуховой (аудиозаписи)

- наглядно – зрительный (видеозаписи)

- словесный (рассказ, беседа, художественное слово)

-  практический (показ приемов исполнения, импровизация)

- частично – поисковый (проблемная ситуация – рассуждения – верный ответ)

- методические ошибки

- методические игры.

**Основные формы деятельности.**

Занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

Беседа, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются танцевальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.

Практические занятия, где дети осваивают определенные навыки на уровне их применения, а также в их сознании формируется представление о хореографическом искусстве, разучивают танцы разного стиля.

Занятие-постановка, репетиция - отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.

Заключительное занятие, завершающее тему – занятие-концерт. Проводится для самих детей, педагогов, гостей.

Выездное занятие – посещение выставок, музеев, концертов, праздников, конкурсов, фестивалей.

**Виды деятельности учащихся:**

* Наблюдать за использованием танцев в жизни человека.
* Импровизировать в танцах, игре, пластике.
* Осуществлять первые опыты сочинения танцев.
* Исполнять танцы.
* Участвовать в праздничных концертах.
* Формировать позитивное отношение к танцам.
* Формировать позитивное отношение к другому человеку.

**Воспитательная работа.**

* - беседы
* - посещение концертных площадок
* - просмотр видео-, фотоматериала
* - вечера отдыха и развлечений
* - участие в праздничных концертах
* - участие в мероприятиях школы
* - анкетирование, викторины, игры
* - тестирование
* развлекательные программы
* -фотосессии
* -консультации, практическая подготовка к выступлениям
* -праздничные мероприятия
* -участие в праздничных концертах
* -анкетирование.
* -привлечение к подготовке и пошиву костюмов.
* -помощь в организации и проведении концертов, конкурсов, вечеров отдыха и развлечений

**Содержание программы внеурочной деятельности.**

**Основной курс (учащиеся 12-18 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **тема** | **Количество часов** |
| 1 | Азбука музыкального движения. | 3 |
| 2 | Элементы классического танца. | 4 |
| 3 | Элементы современного танца. | 9 |
| 4 | Специальная гимнастика. | 5 |
| 5 | Бальный танец. | 12 |
| 6 | Элементы историко-бытового танца | 7 |
| 7 | Репетиционная работа. | 12 |
| 8 | Постановочная работа. | 8 |
| 9 | Концертная, конкурсная деятельность. | 10 |
| 10 | Аттестация обучающихся. | 2 |
|  | Всего часов | **72** |

**Азбука музыкального движения.**

*Теория.* Правила и логика перестроений из одного рисунка в другой, логика поворотов вправо и влево.

*Практика.* Вступление в такт и затакт. Перестроения и повороты.

**Элементы классического танца.**

*Теория.* Правила выворотности ног. Движения рук, их чёткий рисунок, красота и выразительность.

*Практика.*Battementtendu с demi-plie по 1,3 поз.ног.

**Элементы историко - бытового танца.**

*Практика.* Фигурный вальс. Вальсовая «дорожка», па вальса. Балансе вперёд и назад, вправо и влево. Связующий поворот.

**Элементы современного танца.**

*Практика.* Элементы и композиции современного танца.

**Специальная гимнастика.**

Упражнения на последовательность мышечных ощущений в различных группах мышц.

**Бальный танец.**

*Практика.* Медленный вальс. Правый поворот с хезитейшн.

Самба. Бота фого с продвижением. Теневые ботофого.

Ча-ча-ча. Плечо к плечу. Рука к руке.

Венский вальс. Правый поворот.

**Литература.**

В.М.Стриганова и В.И.Уральская «Спортивный бальный танец», Москва «Просвещение»,1978

«Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Бальный танец. Пояснительная записка.», Москва «Просвещение»,1986

«Положение ФТСР о допустимых танцах и фигурах».

М.Тобиас, М.Стюарт «Растягивайся и расслабляйся», Москва «Физкультура и спорт»,1994

Т.С.Лисицкая «Аэробика на все вкусы», Москва «Просвещение»,1994

Р.захаров «Сочинение танца», Москва «Искусство»,1989

Е.П.Раевская «Музыкально-двигательные упражнения», Москва «Просвещение»,1991

Т.Барышников «Азбука хореографии», Москва «Айрис пресс»,2000

Г.Смит-Хэмпшир «Венский вальс», «Как воспитывать чемпиона», »Современный бальный танец», Томск,2000

Р.Те «5 минут массажа», «5 минут растяжки», Минск «Попурри»,1999

С.Шемога, О.Горянова «Самоучитель испанских и цыганских танцев. Фламенко», Ростов-на-Дону «Феникс»,2005

А.Мур «Бальные танцы», Москва, АСТ «Астрель»,2004

В.П.Похлёбин «Уроки здоровья», Москва «Искусство»,1992

**Литература для детей и их родителей.**

1. М.Тобиас, М.Стюарт «Растягивайся и расслабляйся», Москва «Физкультура и спорт»,1994

2. Т.С.Лисицкая «Аэробика на все вкусы», Москва «Просвещение»,1994

3. Т.Барышников «Азбука хореографии», Москва «Айрис пресс»,2000

4. Р.Те «5 минут массажа», «5 минут растяжки», Минск «Попурри»,1999

С.Шемога, О.Горянова «Самоучитель испанских и цыганских танцев. Фламенко», Ростов-на-Дону «Феникс»,2005

А.Мур «Бальные танцы», Москва, АСТ «Астрель»,2004

В.П.Похлёбин «Уроки здоровья», Москва «Искусство»,1992

**Тематический план. 72 ч**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **тема** | **Кол-во часов** |
| 1 | Правила и логика перестроений из одного рисунка в другой, логика поворотов вправо и влево. | 1 |
| 2 | Вступление в такт и затакт. Перестроения и повороты. | 1 |
| 3 | Упражнения на последовательность мышечных ощущений в различных группах мышц. | 1 |
| 4 | Медленный вальс. Правый поворот с хезитейшн. | 1 |
| 5 | Самба. Бота фого с продвижением. Теневые ботофого. | 1 |
| 6 | Правила и логика перестроений из одного рисунка в другой, логика поворотов вправо и влево. | 1 |
| 7 | Правила выворотности ног. Движения рук, их чёткий рисунок, красота и выразительность. | 1 |
| 8 | Battementtendu с demi-plie по 1,3 поз.ног. | 1 |
| 9 | Элементы и композиции современного танца. | 1 |
| 10 | Элементы и композиции современного танца. | 1 |
| 11 | Упражнения на последовательность мышечных ощущений в различных группах мышц. | 1 |
| 12 | Самба. Бота фого с продвижением. Теневые ботофого. | 1 |
| 13 | Ча-ча-ча. Плечо к плечу. Рука к руке. | 1 |
| 14 | Фигурный вальс. Вальсовая «дорожка», па вальса. Балансе вперёд и назад, вправо и влево. Связующий поворот. | 1 |
| 15 | Фигурный вальс. Вальсовая «дорожка», па вальса. Балансе вперёд и назад, вправо и влево. Связующий поворот. | 1 |
| 16 | Элементы и композиции современного танца. | 1 |
| 17 | Элементы и композиции современного танца. | 1 |
| 18 | Упражнения на последовательность мышечных ощущений в различных группах мышц. | 1 |
| 19 | Самба. Бота фого с продвижением. Теневые ботофого. | 1 |
| 20 | Battementtendu с demi-plie по 1,3 поз.ног. | 1 |
| 21 | Упражнения на последовательность мышечных ощущений в различных группах мышц. | 1 |
| 22 | Ча-ча-ча. Плечо к плечу. Рука к руке. | 1 |
| 23 | Постановочная работа. | 1 |
| 24 | Элементы и композиции современного танца. | 1 |
| 25 | Фигурный вальс. Вальсовая «дорожка», па вальса. Балансе вперёд и назад, вправо и влево. Связующий поворот. | 1 |
| 26 | Репетиционная работа. | 1 |
| 27 | Репетиционная работа. | 1 |
| 28 | Постановочная работа. | 1 |
| 29 | Постановочная работа. | 1 |
| 30 | Battementtendu с demi-plie по 1,3 поз.ног. | 1 |
| 31 | Элементы и композиции современного танца. | 1 |
| 32 | Ча-ча-ча. | 1 |
| 33 | Фигурный вальс. Вальсовая «дорожка», па вальса. Балансе вперёд и назад, вправо и влево. Связующий поворот. | 1 |
| 34 | Фигурный вальс. Вальсовая «дорожка», па вальса. Балансе вперёд и назад, вправо и влево. Связующий поворот. | 1 |
| 35 | Репетиционная работа. | 1 |
| 36 | Репетиционная работа. | 1 |
| 37 | Постановочная работа. | 1 |
| 38 | Концертная, конкурсная деятельность. | 1 |
| 39 | Постановочная работа. | 1 |
| 40 | Упражнения на последовательность мышечных ощущений в различных группах мышц. | 1 |
| 41 | Самба. Бота фого с продвижением. Теневые ботофого | 1 |
| 42 | Ча-ча-ча. Плечо к плечу. | 1 |
| 43 | Венский вальс. Правый поворот. | 1 |
| 44 | Венский вальс. Правый поворот. | 1 |
| 45 | Элементы и композиции современного танца. | 1 |
| 46 | Элементы и композиции современного танца. | 1 |
| 47 | Фигурный вальс. Вальсовая «дорожка», па вальса. Балансе вперёд и назад, вправо и влево. Связующий поворот. | 1 |
| 48 | Фигурный вальс. Вальсовая «дорожка», па вальса. Балансе вперёд и назад, вправо и влево. Связующий поворот. | 1 |
| 49 | Репетиционная работа. | 1 |
| 50 | Репетиционная работа. | 1 |
| 51 | Постановочная работа. | 1 |
| 52 | Постановочная работа. | 1 |
| 53 | Концертная, конкурсная деятельность. | 1 |
| 54 | Концертная, конкурсная деятельность. | 1 |
| 55 | Репетиционная работа. | 1 |
| 56 | Репетиционная работа. | 1 |
| 57 | Венский вальс. Правый поворот. | 1 |
| 58 | Венский вальс. Правый поворот. | 1 |
| 59 | Постановочная работа. | 1 |
| 60 | Элементы и композиции современного танца. | 1 |
| 61 | Концертная, конкурсная деятельность. | 1 |
| 62 | Концертная, конкурсная деятельность. | 1 |
| 63 | Концертная, конкурсная деятельность. | 1 |
| 64 | Ча-ча-ча. | 1 |
| 65 | Репетиционная работа. | 1 |
| 66 | Репетиционная работа. | 1 |
| 67 | Концертная, конкурсная деятельность. | 1 |
| 68 | Концертная, конкурсная деятельность. | 1 |
| 69 | Репетиционная работа. | 1 |
| 70 | Аттестация воспитанников. | 1 |
| 71 | Аттестация воспитанников. | 1 |
| 72 | Репетиционная работа. | 1 |
|  |  | **72 ч** |