Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

« Средняя общеобразовательная школа № 22»

**Рабочая общеразвивающая программа**

**по танцевальному кружку**

**для детей 7-14 лет**

Срок реализации программы: период самоизоляции.

Составитель:

педагог дополнительного образования

1 кв.категории

Сумина Юлия Витальевна.

Северодвинск 2020

Программа по хореографии в режиме онлайн.

В период пандемии мы, а именно наши дети стали «заложниками», они стали меньше двигаться, перестали посещать кружи, – все это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Известно, что эффективность образования и развития детей во многом зависит от состояния их здоровья, поэтому возникла необходимость в создании онлайн программы «Хореография» («Ритмика»).

*Программа разработана в соответствии с*:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Данная программа способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности. Занятия по данной программе помогают снять психологические и мышечные зажимы, сформировать правильную осанку выработать уверенность в себе, развить выразительность. Хореография учит двигаться в соответствии с музыкальными образами, а также пластичности и точности движений, воспитывает артистичность и эмоциональность.

*Программа рассчитана* на детей от 7 до 14 лет (1-8 классы).

*Направленность.*

Программа имеет художественно-эстетическую направленность. Тип программы – модифицированная, составлена с учетом возрастных особенностей учащихся и сегодняшней ситуации (самоизоляции).

*Новизна и актуальность.*

Танцевально-эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса. Программа предусматривает обучение с учетом индивидуальных особенностей учащихся, определяет перспективы развития, что дает возможность большему количеству детей включиться в образовательный процесс в столь сложный период обучения.

*Оригинальность данной программы.*

Уроки проходят в онлайн режиме. Вся информация находится в общей доступности в группе « В мире музыки и танца» ( адрес в контакте: https://vk.com/club195296416), где учащиеся могут зайти в любое удобное для них время и просмотреть материал. В каждом занятии отведено время на то чтобы учащиеся не только учились определенным движениям и танцам, но и могли на основе проученных движений придумать свои; в процессе обучения используются нетрадиционные виды упражнений – пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж.

*Цель программы:*

Приобщение учащихся к танцевальному искусству, развитие художественного вкуса и физического совершенствования, развитие творческих способностей в период самоизоляции.

*Задачи программы:*

- развитие чувства ритма;

- развитие координации;

- развитие ориентации в пространстве;

- развитие гибкости, пластики, растяжки;

- укрепление различных групп мышц, развитие всех систем организма: дыхательной, сердечно - сосудистой, и др.):

- профилактика нарушения осанки и искривления позвоночника, формирование правильной осанки;

- формирование правильного свода стопы, профилактика плоскостопия;

- развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности;

- формирования навыков самостоятельного выражения движений под музыку;

- развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

*Педагогические технологии и методы обучения.*

Для успешного овладения содержанием данной образовательной программы используются различные педагогические технологии и методы обучения.

*Технологии:*

- развивающие;

- игровые;

- личностно-ориентированные;

- педагогика сотрудничества;

- здоровьесберегающие.

*Методы обучения:*

-словесный;

- наглядный;

- ступенчатый;

- практический;

- игровой.

*Формы организации занятий:*

- групповые учебные занятия (онлайн урок);

- групповые и индивидуальные теоретические занятия;

*К окончанию обучения учащиеся должны знать:*

- правила постановки корпуса

- позиции ног и рук классического танца

- названия основных танцевальных движений и элементов;

- терминологию партерной гимнастики;

- терминологию классического 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, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать в ладоши, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с атрибутами;

- выполнять элементы партерной гимнастики;

- исполнять основные упражнения на середине.

*Формы подведения итогов:*

- творческие отчеты

*Методическое обеспечение.*

Для успешного овладения содержанием данной образовательной программы используются различные виды методической продукции.

1. Музыкальное сопровождение для занятий в формате mp3(аудиозаписи):

- записи народной музыки;

- записи классической музыки;

- записи с современной музыкой.

2. Видео - материалы:

- видео с танцевальными номерами: народными, классическими, бальными танцами, для проведения самоанализа, и ознакомления.

3. Подбор дидактического материала и наглядных пособий для бесед и обсуждений по темам хореографической деятельности:

- методические разработки бесед: элементы музыкальной грамотности; танцевальная азбука; позиции рук и ног; дыхательная гимнастика; правильное питание; беседа о правильной осанке; беседа о общих правилах танцора; зритель и сцена; коллекция классических балетов для прекрасного вечера; растягиваемся дома правильно; как правильно тренировать пресс.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

|  |  |
| --- | --- |
| № | Название тем |
| 1-2 | Утренняя гимнастика. Элементы музыкальной грамотности. |
| 3-5 | Утренняя гимнастика. Танцевальная азбука. Позиции рук и ног. |
| 6-7 | Утренняя гимнастика. Дыхательная гимнастика. |
| 8-9 | Утренняя гимнастика. Правильное питание. |
| 10-11 | Утренняя гимнастика. Беседа о правильной осанке. |
| 12-13 | Утренняя гимнастика. Беседа о общих правилах танцора. |
| 14-16 | Утренняя гимнастика. Музыкально игровое творчество. Зритель и сцена |
| 17-18 | Утренняя гимнастика. Коллекция классических балетов для прекрасного вечера. |
| 19-21 | Утренняя гимнастика. Танцевальные движения, игры. Растягиваемся дома правильно. |
| 22-24 | Утренняя гимнастика. Постановка, изучение онлайн комбинаций. |
| 25-26 | Утренняя гимнастика. Импровизация, игры. Как правильно тренировать пресс. |
| 27-29 | Утренняя гимнастика. Творческая мастерская ( делимся результатами, посылаем видео).  Промежуточная аттестация. |

Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: 2000

2. Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960.

3. Коренева Т. Ф. Музыкально - ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: В 2 частях. - Учебно-методическое пособие. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001. -112 с

4. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение,1972.

5. Чибрикова-Луговская А.Е. Методическое пособие «Ритмика» Изд. дом «Дрофа».