

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛИЦЕЙ №230» Г.ЗАРЕЧНОГО**

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
МОУ «ЛИЦЕЙ № 230» Г.ЗАРЕЧНОГО
протокол № 1 от 30.08.2018 г.



**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
МИР ТАНЦА**

направленность – художественная
возраст детей – 15-17 лет
срок реализации – 1 год

Козловская Е.П.,
педагог
дополнительного
образования

**г. Заречный
2018**

1. Пояснительная записка

Программа «Мир танца» имеет **художественную направленность**.

По степени авторского вклада - модифицированная, т. к. составлена на основе авторской программы Лифшиц И., Франио Г. «Методическое пособие по ритмике», опыта ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления.

Известно, что хореография, являясь одним из синтетических видов творчества, включает в себя основы различных видов искусств: музыкального и театрального, декоративно-прикладного и художественного творчества. Занятия танцами способствуют как развитию внешних данных подростка, так и формированию его внутреннего мира. Чтобы внутренний мир, духовный склад молодежи был богатым, глубоким, а это по-настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело” находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития. Такие как занятия танцевальным искусством.

Цель программы: Создание условий для культурно-эстетического образования и развития художественной активности обучающихся.

Задачи:

- выявление способностей и ценностных ориентаций;
- формирование художественного, образного восприятия и мышления;
- развитие эмоциональной сферы и артистизма;
- становление таких качеств личности, как трудолюбие, дисциплинированность, стремление к совершенству, чувство ответственности и взаимопомощи
- овладение языком и техникой танца

При разработке программы учитывались способности обучающихся, их индивидуальные и возрастные особенности.

Используются групповые формы занятий.

Программа «Мир танца» рассчитана на обучающихся старшего школьного возраста (15-17 лет) в общеобразовательной школе. 2 группы 1 года обучения.

Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 1 час.

Наполняемость группы – не менее 10 чел.

Заниматься могут все физически здоровые дети.

Срок реализации программы - 1 год.

Планируемые результаты.

В конце обучения учащиеся должны знать и уметь:

- элементы классического экзерсиса;
- элементы эстрадного, народного и бального танца;
- освоить исполнение танцев «Мамбо», «Фигурный вальс»

2. Учебно - тематический план

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Танцевальная азбука	8	1	7	Концерты, конкурсы и праздники
2.	Танцевальные движения	10	1	9	
3.	Танцевальный репертуар	18	1	17	
Итого		36	3	33	

4. Содержание учебного плана

Программа состоит из следующих разделов

1. Танцевальная азбука (элементы классического экзерсиса, элементы эстрадного, народного и бального танца);
2. Танцевальные движения;
3. Танцевальный репертуар.

Раздел 1. *Танцевальная азбука* содержит элементы эстрадного, народного и бального танца. Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, коррекции физических недостатков, вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

Задачей педагога при работе с учащимися является правильная постановка корпуса, ног, рук, головы, развитие физических данных, отработка координации движений.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку учеников, не допуская перенапряжения, а также учить их правильно дышать при исполнении упражнений и танцев.

Раздел 2. *Танцевальные движения* используются не только в танцах, но и во многих упражнениях. Очень важно обогатить подростков запасом движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, учащиеся сами смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.

Раздел 3. *Танцевальный репертуар* включает эстрадные, народные и балльные танцы. При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие танцевальной выразительности и техники исполнения.

Все разделы чередуются не механически, а соединяются осмысленно, пронизанные единым педагогическим замыслом урока.

Педагог должен проявлять определенную гибкость в подходе к каждому ученику, творчески решать вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности учащихся. Педагог может исключить из программы те движения, прохождение которых окажется, недоступным для воспитанников в связи с ограниченностью их возможностей. С другой стороны, в зависимости от необходимости, педагог может расширить тот или иной раздел программы. Возможно также некоторое изменение в порядке прохождения материала. В конце каждого полугодия проводится контрольный, обобщающий или открытый урок, концерт, урок-концерт, праздник и т.д. Форма контроля определяется на усмотрение учителя.

3. ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (15-17 лет)

Организационная работа

Беседа с детьми о целях и задачах обучения, о правилах поведения на занятиях, о форме одежды для занятий.

Танцевальная азбука:

Элементы эстрадного, народного и бального танца

- Повороты головы “упражнения на развитие мышц шеи”.
- Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.
- Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.
- Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.
- Упражнения на улучшения гибкости коленных суставов.

- Упражнения на исправление осанки:

Танцевальные движения

- Поклон реверанс,
- Движения плеч и корпуса: подъем плеч в различном темпе и характере, поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.
- Движение головы; повороты направо - налево, в различном характере, вверх- вниз с различной амплитудой, наклоны вправо - влево (с различной амплитудой).
- Balance
- Вальсовая дорожка

Положения рук в танцах

- Руки убраны за спину.
- Перевод рук из подготовительного положения в 1-ю. 2-ю, позицию и обратно. Раскрывание рук из положения “ на поясе” в 1-ю позицию, 2-ю поз, возвращение рук на пояс через 1-ю позицию.

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- Построение в колонну по одному, по два в пары, по четыре;
- Круг, сужение и расширение круга;
- перестроение из одного круга в два ряда;
- перестроение из троек и четверок в кружочки и звездочки;

2. Танцевальный репертуар:

a) Фигурный вальс.

b) Мамбо

4. Календарный учебный график 9-е , 11-е классы

Учебный период	Дата		Продолжительность	
	Начало	Окончание	Количество учебных недель	Количество рабочих дней
I четверть	01.09.2018	28.10.2018	8 нед. 1 день	49 дней
II четверть	06.11.2018	27.12.2018	7 нед. 3 дня	45 дней
III четверть	09.01.2019	24.03.2019	10 нед. 2 дня	62 дня
IV четверть	01.04.2019	25.05.2019	7 нед. 1 день	43 дня
ГИА*	27.05.18	27.06.2018	4 нед.	24 дня
Итого в учебном году			34	198

Каникулярный период	Дата		Продолжительность (календарные дни)
	Начало	Окончание	
Осенние каникулы	29.10.2018	05.11.2018	8
Зимние каникулы	28.12.2017	08.01.2018	12
Весенние каникулы	25.03.2019	31.03.2019	7
Дополнительные каникулярные дни	02.05.2019	09.03.2019	3
	04.05.2019	02.05.2019	
		04.05.2019	
			30

5. Список литературы

1. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1989
2. Бекина С.И. Ломова Т.П. Музыка и движение.
3. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике, издательство Москва 1987 год.
4. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Москва 1989 год.

Принято, пропущено и скреплено печатью
6 (шести) листах
Директор МОУ «Лицей № 230» г. Заречного
И.Н. Литвинова