

**Рабочая программа по курсу дополнительного  
образования  
«танцевальный кружок «Радуга»  
для 1- 4 класса**

Программа танцевального кружка для занятий с детьми младшего школьного возраста в системе дополнительного образования детей.

**Возраст детей на которых рассчитана программа: 8-12 лет**

**Срок реализации программы: 1 год.**

### **Пояснительная записка**

В древние времена танец был одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость как исполнителю, так и зрителю – танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Систематические занятия хореографией развивают мышечную структуру тела, позволяют формировать красивую правильную осанку, тренируют координацию движений.

Занятия танцами дают заряд положительными эмоциями, раскрепощают, развивают пластику, обогащают разнообразием ритмов танцевальный опыт учащихся. Изучение русских национальных танцев «Хоровод», «Плясовая» приобщают детей к русской культуре, развивают чувство осознания себя частичкой Родины, заинтересовывают в изучении истории танцев своей страны от старины к современности.

Рабочая программа рассчитана на 1 год систематических занятий для детей от 8 до 12 лет. Начать заниматься в кружке может любой ребенок 1 класса без хореографической подготовки. Таким образом, данная программа предполагает развитие и воспитание не только одарённых танцевальными способностями детей, но и всех желающих, так как главный педагогический принцип: воспитание и развитие личности в коллективе.

**Отличительная черта этой программы** заключается в ее направленности на многие виды танцев: современные, народные, эстрадные. А также на их соединение и группировку друг с другом, что в итоге является очень интересным, запоминающимся, актуальным в современном мире. Программа предусматривает **межпредметные связи** с музыкой, культурой, литературой, фольклором, сценическим искусством, ритмикой.

### **Цели и задачи деятельности**

**Главная цель:** развитие ребёнка и детского коллектива через создание особой среды формирования общих культурных интересов и совместной деятельности детей, формирование национального самосознания и высоких духовных качеств ребёнка как гражданина России, формирование творческих способностей детей.

#### **Задачи:**

1. Раскрывать танцевальные способности детей через двигательную активность.
2. Научить выполнять упражнения для укрепления и развития тела.
3. Научить выполнять элементы народного танца.
3. Развивать чувство ритма через обучение танцам.
4. Воспитывать любовь к русским народным танцам, к музыке, к русским традициям через изучение элементов русского народного танца и развитие умения исполнять русский танец.
5. Формировать детский коллектив через совместную деятельность.

#### **В области формирования личностной культуры:**

- формирование способности к духовному развитию, реализации творческого

потенциала в учебно-игровой, на основе нравственных установок и моральных норм, самовоспитания и универсальной духовно-нравственной компетенции — «становиться лучше»;

➤ развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результата.

#### **В области формирования социальной культуры:**

- воспитание ценностного отношения к своему национальному языку и культуре;
- развитие навыков организации и осуществления сотрудничества со сверстниками, родителями в решении общих проблем;
- развитие доброжелательности к другим людям;
- формирование толерантности и основ культуры межнационального общения, уважения к культурным традициям представителей народов России.

#### **В области формирования семейной культуры:**

- формирование у обучающегося уважительного отношения к родителям.

*Главное в хореографическом коллективе – создание творческой увлечённости искусством,*

впечатления, развитие способностей, а также четкое соблюдение техники безопасности, режима,

труда и отдыха.

В учебном процессе и в организации массовой работы у детей развиваются внимание, память, воображение, воспитываются такие черты характера, как:

- самокритичность,
- самоконтроль,
- трудолюбие,
- целеустремлённость,
- умение преодолевать трудности.

Развиваются физические способности:

- сила ног,
- пластичность рук,
- гибкость тела,
- эластичность мышц и подвижность суставов.

#### **Условия реализации программы**

Наиболее благоприятным для развития многообразных способностей и качеств является период интенсивного развития в возрасте (7 – 11) лет. Именно в этот период развиваются гибкость, подвижность суставов, скоростно-силовые качества, память, внимание, воображение, чувство ритма и другие качества, необходимые для занятий в кружке.

Учитывая индивидуальные особенности детей младшего школьного возраста (быстрая утомляемость), занятия детей в группах определены временными рамками.

*Длительность одного учебного занятия:* для детей от 8 до 12 лет - 30-40 мин.

Для организации деятельности кружковцев, учитывая индивидуальные особенности каждого возрастного периода, *наполняемость группы составляет 10-12 человек.* Такое количество детей является оптимальным для индивидуального развития каждого ребёнка. Занятия будут проходить 2 раза в неделю.

Каждый ребёнок, занимаясь танцами, изучая необходимые движения, развивает в себе трудолюбие, стремление к самосовершенствованию, формирует адекватную самооценку. Изучение истории развития и появления танцев активизирует уважительное отношение к культуре своего русского народа, к толерантному отношению к представителям народов России. При подготовке к выступлениям учащиеся приобретают

навыки сотрудничества и общения со сверстниками и взрослыми. А выступая перед родителями активизируется ценностное отношение к ним и своей семье.

*Распределение учебных часов в неделю - 2 часа в неделю.*

Для успешной реализации программы необходимы следующие средства обучения:

- необходимое количество часов;
- светлый и просторный зал;
- аудиоаппаратура;
- специальная тренировочная одежда и обувь;
- сценические костюмы;

### **Методическое обеспечение**

Данная программа сочетает в себе тренировочные упражнения на полу, упражнения на растяжку, танцевальные движения классического народного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Некоторые простейшие теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками.

Игры долгие годы остаются главным и любимым занятием всех детей. Главные идеи и основы эффективности танцевальной деятельности воспитанников достигаются через игровые технологии. «Игровые технологии» включены в процесс обучения. Ребенок моделирует в игре свои отношения с окружающим миром, проигрывает различные ситуации – в одних он лидирует, в других подчиняется, в-третьих, осуществляет совместную деятельность с другими детьми и взрослыми. В игре происходит рефлексирование, самореализация, обучающийся принимает решение, за которое он в ответе, игра предполагает творческое начало.

Раздел «Постановка корпуса, рук и ног» включает работу над правильной постановкой корпуса: упражнения для развития и укрепления мышц спины, разучивание позиций рук и ног, способствующие формированию первоначальных навыков сценического движения, координации и правильной работы всех групп мышц.

«Постановочная и репетиционная работа». Этот раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр дисков и работу с отстающими детьми. 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. Совместный труд в подготовке концертных программ, репетиции, концерты – это радость творчества. И только через совместную деятельность педагогов и детей осуществляется приобщение к прекрасному.

Подготовка к совместному выступлению имеет большое значение в решении воспитательных и образовательных задач. Общие репетиции сближают детей, между членами коллектива устанавливаются дружелюбные, товарищеские отношения, каждый участник танцевального коллектива несет ответственность за каждого члена своей группы.

### **Используемые методы:**

- Метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды.
- Метод повторения.
- Метод коллективного творчества.
- Метод объяснения.
- Метод заучивания.
- Метод многократного повторения всевозможных движений.

- Игровые технологии.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
ТАНЦЕВАЛЬНОГО КРУЖКА «Радуга» на 2020-2021 учебный год.**

№ п. п.	Дата		Тема занятия	Количество часов	Примечание
	По плану	Факт			
<b>Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков (15 часов)</b>					
1			Проведение инструктажа по технике безопасности.	1	
2			Постановка задач на новый учебный год.	1	
3			Знакомство с основными элементами различных танцев	1	
4			Пантомима	1	
5			Импровизация	1	
6			Ритмические комбинации	1	
7			Постановка корпуса, поклон	1	
8			Отработка движений.	1	
9			Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.	1	
10			Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.	1	
11			Разминка. Упражнение классического дренажа.	1	
12			Подготовка ко Дню учителя.	1	

13			Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.	1	
14			Подготовка ко Дню учителя. Прогон танца	1	
15			Генеральная репетиция ко Дню учителя.	1	
<b>Современный танец (9 часа)</b>					
16			Знакомство с танцем «Первая любовь» ко Дню матери	1	
17			Изучение основных элементов вальса	1	
18			Отработка основных движений.	1	
19			Работа под счет	1	
20			Акробатика в современном танце	1	
21			Отработка связок.	1	
22			Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.	1	
23			Отработка всего танца	1	
24			Генеральная репетиция ко Дню матери	1	
<b>Составляющие характера танца (10 часов)</b>					
25			Танцевальная импровизация.	1	
26			Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.	1	
27			Ритмика. Портретная	1	

			гимнастика.		
28			Разучивание движений к новогоднему танцу	1	
29			Ритмика. Разучивание движений к новогоднему танцу	1	
30			Подготовка к новогодним мероприятиям.	1	
31			Соединение движений к новогоднему танцу воедино.	1	
32			Ритмика. Репетиция новогоднего танца	1	
33			Прогон всех танцев	1	
34			Генеральная репетиция к новогодним мероприятиям.	1	
<b>Движения в соответствии с характером музыки (7 часа)</b>					
35			Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	1	
36			Пружинящий шаг. Бег, галоп, прыжки	1	
37			Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу».	1	
38			Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.	1	

39			Портретная гимнастика. Повторение танцев.	1	
40			Синхронность движений.	1	
41			Отработка четкости и ритмичности движений.	1	
<b>Понятие пространственных перестроений (10 часов)</b>					
42			Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат.	1	
43			Ритмика. Подготовка ко Дню защитников Отечества.	1	
44			Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре).	1	
45			Разучивание движений к танцу. Подготовка ко Дню защитников Отечества.	1	
46			Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава.	1	
47			Разучивание движений к танцу.	1	
48			Работа под счет	1	
49			Соединение	1	



			выученных движений воедино.		
50			Отработка выученных движений.	1	
51			Генеральная репетиция ко Дню защитника Отечества.	1	
<b>Чтобы танец был красивым (17 часов)</b>					
52			Подготовка танца к празднику 8 Марта. Отработка элементов	1	
53			Отработка элементов. Отработка движений, связок	1	
54			Отработка всего танца.	1	
55			Подготовка танца к празднику 9 Мая	1	
56			Работа под счет	1	
57			Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений.	1	
58			Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами».	1	
59			Отработка элементов танца	1	
60			Отработка движений, связок	1	
61			Разучивание танца к последнему звонку	1	
62			Отработка движений в паре	1	
63			Подготовка выпускного флэшмоба к последнему	1	

			звонку.		
64			Отработка выученных движений.	1	
65			Подготовка выпускного вальса	1	
66			Подготовка выпускных танцев	1	
67			Повторение разученных танцев	1	
68			Участие в конкурсе «Минута славы». Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми.	1	

### **Список используемой литературы**

1. Баранова О.Г., Зими́на Т.А. и др. Русский праздник. – Праздники и обряды народного земледельческого календаря. Иллюстрированная энциклопедия. – СПб.: Искусство – СПб, 2001.
3. Пшеницина Н.А. Времена года (песни, пословицы, приметы, загадки на уроках в нач. школе) – М.: Владос, 2001.
4. З.Я. Роот. Танцы в начальной школе-М: Айрис Пресс,2006.
5. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981. \_\_