**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Овгортская ШИСОО»**

Рассмотрено «Утверждаю»

Педсовет от 2019 г. Директор МБОУ «Овгортская ШИСОО»

Протокол № 1 2019 г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(Е.Ю.Рочева)

Приказ № .2019 г.

Рабочая программа

по внеурочной деятельности

«Бальный танец.Первые шаги»

2019-2020 уч.год

Программа рассчитана на обучающихся 6-8 лет

Срок реализации программы- 1 год

Вид детского объединения -дети младшего звена.

Автор программы: Элембаева Л.Н.

Педагог дополнительного образования

Овгорт

**Пояснительная записка**

Рабочая программа «Бальный танец.Первые шаги.» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования , на основе программы РИТМИКА И ТАНЕЦ 1-8 классы ,утвержденная Министерством образования 06.03.2001 г.

Известно,что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живем во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребенок волей-неволей становится заложником быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь)-все это приводит к недостатку двигательной активности ребенка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Бальный танец - специальный предмет, музыкально-педагогическая дисциплина, которая имеет целью активизировать движение детей, привить им навык осознанного отношения к музыке, помочь выявить музыкальные и творческие способности.

Занимаясь бальными танцами, дети активно участвуют в передаче характера музыки, ее темпа, динамики, ритма, формы. Они подвижны, эмоциональны, восприимчивы к музыке и осваивают ее через движение. Дети младшего школьного возраста испытывают потребность в движении, им свойственна двигательная активность. Не случайно они ярче и эмоциональнее воспринимаю музыку через движение.

Музыка побуждает светлые и радостные чувства. Они получают огромное удовольствие от свободных и легких движений, от сочетания музыки с пластикой своего тела и жестов.

Занятия бальными танцами поднимают настроение и повышают жизненный тонус, развивают физические возможности детей.

**Цель программы**

- приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования - развивать музыкальность, способность эстетически переживать музыку в движении, воспитывать музыкальный вкус

- способствовать формированию музыкально-культурного кругозора личности.

-развивать и совершенствовать художественно-творческие способности, развивать пластику движений их ритмичность, выразительность в тесной взаимосвязи с музыкой.

-воспитывать и развивать творческие способности их инициативность, самостоятельность решений при составлении танцевальных композиций, вариантов музыкальных игр и упражнений, инсценировки песен.

**Задачи**

1.Научить учащихся ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамики (умеренно, тихо, громче, тише), регистрами (высокой, средней, тихой).

2.Переходить от одного темпа к другому (от умеренного к быстрому, от быстрого к медленному).

3.Научить отличать в движении метр (сильную долю такта), метрическую пульсацию и простейший ритмический рисунок.

4. Познакомить с формами музыкального произведения.

5.Исполнять правильно и ритмично танцевальные движения.

6.Уметь передавать различные игровые образы, самостоятельно находить выразительные движения.

7.Развить двигательные качества, силу, выносливость, быстроту ,гибкость, танцевальные навыки.

8.Формирование красивой осанки, выразительность пластики в движениях и жестах, танцах , играх , хороводах, упражнениях.

9.Улучшение психического состояния , повышение работоспособности и двигательной активности.

10.Воспитание творчески работать в коллективе.

**Общая характеристика учебного предмета.**

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей.

Внутренний мир детей будет богатым и глубоким - лишь тогда, когда дух и тело буду находиться в гармонии.

Для этого необходимы меры целостного развития, укрепление и сохранение здоровья учащихся.

Бальный танец-это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивать тело.

Движения способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма , при этом развивается эстетический

вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия ,память,

обогащается кругозор.

Занятия бальными танцами направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

На уроках постоянно чередуются - нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно , что благоприятно сказывается на других занятиях.

Занятия тесно связанны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга.

Кроме того, занятия по бальным танцам, наряду с другими предметами, способствуют общему разностороннему развитию ,корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память.

На уроках дети совершенствуют двигательные навыки ,у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется четкость и точность движений.

Занятия положительно влияют на умственное развитие детей-ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить ,вовремя включится в исполнение движения, в характер музыкального сопровождения.

Постепенно ученики преодолевают скованность, приобретают способность к сценическому действию.

Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев, они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения.

Содержанием работы на занятиях является музыкально - ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под нее разнообразные движения, петь, танцевать.

**ЗАНЯТИЯ ВЛЮЧАЮТ В СЕБЯ 3 РАЗДЕЛА:**

1. Ритмико-гимнастические упражнения.

2. Импровизация движений на музыкальные темы.

3. Изучение основных элементов бального танца и современные танцевальные движения.

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем ,а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения , способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков и координацию движений. Вовремя проведения третьей части урока перед педагогом стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательные образы, то есть изображать повадки животных , птиц, инсценировать песни. Обучению младших школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца.

К каждому упражнения подбирается соответствующая мелодия, отражающая особенности движения. Этот раздел носит не только развивающий характер, но и познавательный. Разучивая танцы учащиеся знакомятся с их названиями (полька, , вальс) а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, и др.)Исполнение приобщает детей к танцевальной культуре, умению находить в движениях характерные особенности.

**Методы обучения**

-словесный (беседы, объяснения, поощрения )

-наглядный (показ, пример )

-практический (упражнения, комбинации, этюд)

-аналитический (сравнения, самоконтроль, самоанализ)

На первоначальном этапе обучения особую трудность представляет формирование хорошего настроя учащихся на овладение ими навыков и умений, необходимых для занятий хореографией, а также происходит формирование коллектива - что важно для успешного обучения.

Создание доброжелательной обстановки на каждом уроке - задача каждого преподавателя.

Урок должен быть построен таким образом, чтобы активные движения чередовались с движениями успокаивающими дыхание.

Задания на воображения - с заданиями на развитие внимания.

В музыкальном оформлении следует придерживаться чередования музыкальных размеров и темпов удобных

для исполнения и способствующих качественному исполнению тренировочных упражнений, она должна быть умеренная, медленная, интересная детям.

**Общее количество часов на данную программу определяется из расчета 2 часа в неделю.**

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.**

- Закрепить, углубить и обобщить знания и умения, полученные на занятиях;

- Хорошо ориентироваться на сценической площадке;

- Уметь работать в паре, в коллективе;

- Освоить простейшие навыки сценического движения;

- Уметь исполнять простейшие танцевальные комбинации.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**.

Теоретический материал дается в ходе занятий и не имеет четкой привязанности к уроку.

Балетная гимнастика дается в качестве разминки перед основным занятием.

После первого года обучения особое внимание уделяется индивидуальной работе. Цель этих занятий - развить, улучшить, закрепить физические способности, необходимые для занятий хореографией.

В качестве концертного номера могут быть приготовлены - ритмический танец или простенькая полька, построенная на подскоках, которые могут быть показаны на концерте в школе. Учебные танцы могут исполняться как в соответствующих костюмах, так и в тренировочной форме.

.

**Учебно – тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Дата по**  **плану** | **Дата по факту** | **Примечание** |
|  |  |  |  |  |
|  | Знакомство  с предметом «Бальный танец».История возникновения. |  |  |  |
|  | Виды сценического танца-классический, народный, бальный.Партерная гимнастика. |  |  |  |
|  | Основные позиции ног, рук. Постановеа корпуса.Подскоки. |  |  |  |
|  | Положение рук в паре .Повтор пройденного.Подскоки в сочетании с хлопками. |  |  |  |
|  | Приставные шаги по одному и в паре-подготовка к «Полечке». |  |  |  |
|  | Понятие интервал.Наработка пройденного.Галоп в сочетании с хлопками.Наработка пройденного. Темп медленный. |  |  |  |
|  | Ориентация в пространстве шеренга, колонна, круг, диагональ, полукруг. Наработка пройденного.Галоп в право и лево-подскоки. |  |  |  |
|  | Точки зала (8 точек). Графический рисунок «Полечки» |  |  |  |
|  | Понятие – авансцена.Подскоки.Комбинация «Полечки» |  |  |  |
|  | Соединение ритмических рисунков с ножками и ручками Повтор и наработка пройденного.Основной ход танца «Вару-вару».Подготовка к вальсу- «Качелька». |  |  |  |
|  | Повтор пройденного.Наработка основного хоа к танцу «Вару-вару». Подготовка к вальсу-качель-отработка.Внимание на ножки.Маленький квадрат в грубой форме. |  |  |  |
|  | Небольшая разминка с элементами развития артистизма и танцевальности.Наработка пройденного. «Вару-вару»-работа в паре.Добавляем хлопки. |  |  |  |
|  | Ритмические упражнения (хлопки). Повтор и отработка пройденного.Качель.Квадрат вальса-подъем на полупальцы. |  |  |  |
|  | Соединение «качели с квадратом» вальса –темп медленный.. |  |  |  |
|  | Небольшая разминка с элементами развития артистизма и танцевальности . Исполнение танцевальных фигур в начале под счет, затем под музыку. |  |  |  |
|  | Отработка пройденного. Подведение итогов. |  |  |  |

**Методическое обеспечение программы**

1. Изучение методической и специальной литературы по хореографии.
2. Просмотр видеоматериалов открытых уроков и концертных номеров в аналогичных образовательных учреждениях и средних хореографических учебных заведений.
3. Просмотр хореографических номеров профессиональных постановщиков и исполнителей.
4. Знакомство с методикой работы аналогичных учреждений дополнительного образования.

**Список литературы**

1О.П. Сергеева «4 урока ритмики»

2.З.Я.Роот «Танцы в начальной школе»

3.В.И.климов « Основы русского танца»

4.МУК ЦКНТ «Золотое наследие предков»

5.А.Я.Ваганова «Основы классического танца»