

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Иванинская средняя общеобразовательная школа»**

<p align="center">«ПРИНЯТО» на заседании педагогического совета протокол № 1 от «28» августа 2023г.</p>	<p align="center">«УТВЕРЖДЕНО» приказом МКОУ «Иванинская СОШ»</p> <p align="center">Директор школы _____ Куликова Н.Н. приказ № 382 от « 31 » августа 2023г.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности**

«Танцевальный Ритм»

Направленность: физкультурно-оздоровительная

Уровень сложности: базовый

Возраст учащихся: 7-17 лет

Срок реализации программы: 2023-2024 г.

Составила: Гаврилова А.А
(учитель ритмики)

Пояснительная записка

Чечётка. Что же это такое? Если сказать просто - это разновидность танца. Другое название - степ (выводится от английского "step" - "шаг"). Тем не менее в западной хореографии этот термин неизвестен. Употребляется он так: "теп" (от английского "tap" - "стучать", "лёгкий стук"). Характерной особенностью этого танца является ритмическая ударная работа ног. Как правило чечётка выполняется в специальной обуви, подбитой металлическими пластинами. Впрочем, эти металлические пластины - завоевание нового времени. Основатели жанра (Билл Робинсон, Сэмми Дэвис младший, братья Николас и др.) ими не пользовались, полагаясь на твёрдые подошвы туфель и дубовый пол.

Степ (tap dance) является одним из видов перкуссионного танца (percussion - от латинского - выстукивание). Любопытно, то, что история возникновения степа связана до этого всего с музыкальной, а не с танцевальной традицией. Может быть, потому некие теоретики время от времени относят степ не к танцевальному, а музыкальному искусству.

Шаг. Стук. Степ, чечетка, теп-танец, степ-танец, стучащий танец. Можно развивать многообразие названий ещё долго, поэтому в дальнейшем мы будем называть его по-разному, но подразумевать одно и то же.

Об этом виде танца слагаются легенды... Это достаточно богатый, насыщенный, яркий, четкий и, естественно, своеобразный вид хореографии.

Появившийся еще давно, с тех самых древних времён, степ, в своём роде, уникален. Он вмещает в себя все виды танца, однако имеет свою общую школу и, конечно, методику. У чечетки есть свои рекорды, свои кумиры, свой колоссальный многолетний опыт на сцене, свои недостатки, споры, соревнования, многонациональность, иначе говоря, весь арсенал мировой истории, с настоящим и, конечно, перспективным будущим.

Направленность

Направленность образовательной программы – спортивно-оздоровительная.

Программа направлена на приобщение обучающихся к усвоению ценностей культурного наследия в степ- танце, а также раскрытие творческих способностей детей с учетом индивидуальных особенностей.

Танец - один из самых древних и массовых видов искусства. В нем находят отражение социальные и эстетические идеалы народа, его история, трудовая

деятельность на протяжении веков, жизненный уклад, нравы, обычаи, характер. Народ создает в танце идеальный образ, к которому он стремится и который утверждает в эмоциональной художественной форме.

В танце отражается современное понимание действительности средствами издавна сложившегося танцевального языка, доступного, понятного народу.

Содержание и выразительные средства степ-танца развиваются в соответствии с изменениями, происходящими в жизни. В ходе развития общества искусство танца приобрело большое самостоятельное значение, став одной из форм эстетического воспитания.

В студии степ-танца «Блиц» дети начинают заниматься с 7 - летнего возраста. Программа занятий включает в себя учебный процесс по разучиванию, усвоению и закреплению степ-танца, а также музыкального ритмического материала. Дети, пройдя двухлетний курс обучения, имеют возможность продолжить занятия в концертной группе. Реализация дополнительной образовательной программы «Танцевальный Ритм» осуществляется на базовом уровне, т.к. рассчитана на 2 часа в неделю, всего 68 часов в год.

Предлагаемая программа спортивно-оздоровительной направленности «Танцевальный Ритм», для учащихся в возрасте 7-17 лет, направлена на развитие гармоничной, социально адаптированной творческой личности в современных условиях.

«Танцевальный Ритм» направлен на реализацию двигательной активности, способствующей оздоровлению школьников. Данная программа знакомит школьников с достижениями мировой танцевальной культуры, и предоставляет возможность для реализации творческой индивидуальности ребенка.

Актуальность

В наше время частых стрессов, не совсем хорошей экологии значительно увеличилась заболеваемость детей и подростков. Снижение двигательной активности, гиподинамия, ограничение мышечных усилий, особенно среди обучающихся средней и старшей школы, приводят ко многим нарушениям здоровья. Длительное нахождение за партой, компьютером и у телевизора, большая учебная нагрузка и минимум уроков физкультуры в школе приводят к недостатку движения, и как следствие, возникают нарушения осанки, ожирение, проблемы со зрением, быстрая утомляемость. Среднесуточный

объём двигательной активности у большинства школьников составляет лишь половину гигиенической нормы. Одним из важнейших моментов учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей. Из выше сказанного следует, что занятия танцами, могут содействовать снижению этих негативных факторов. Музыка повышает настроение, приносит заряд бодрости, а сочетание танцевальных движений с положительными эмоциями оказывают выраженный оздоравливающий эффект. В процессе занятий и конкретных выступлений дети овладевают навыками общения и коллективного творчества, у них укрепляется общефизическое состояние, вырабатывается характер и волевые качества.

Благодаря комплексному подходу формируется творческая, всесторонне развитая личность, способная адаптироваться в различных жизненных ситуациях, а это и есть актуальная сторона данного вопроса.

Из вышесказанного следует, что занятия танцами, музыка повышают настроение, приносят заряд бодрости, а сочетание танцевальных движений с положительными эмоциями оказывают выраженный оздоравливающий эффект. В процессе занятий и конкретных выступлений дети овладевают навыками общения и коллективного творчества, у них укрепляется общефизическое состояние, вырабатывается характер и волевые качества. Благодаря комплексному подходу формируется творческая, всесторонне развитая личность, способная адаптироваться в различных жизненных ситуациях, а это и есть актуальная сторона данного вопроса.

Педагогическая целесообразность

Искусство - это кладёшь эстетических и нравственных норм. В наше сложное время искусство способно защитить от «отравления» безнравственностью и невоспитанностью. Психологи говорят о том, что подростковый возраст, период взросления, один из самых сложных и противоречивых. Меняется и характер, и физиология, что у одних детей порождает массу комплексов, а у других чрезмерное раскрепощение. Появляется необходимость направить нереализованную активность подростка в нужное русло. В системе эстетического воспитания решению актуальных психологических и физиологических проблем подросткового возраста большая роль принадлежит именно танцу. Хочется верить, что красота спасёт мир, а через искусство танца ребёнок обретёт гармонию с внешним и внутренним миром и почувствует себя полноценной личностью. В процессе занятий дети учатся

хорошим манерам. Чёткое взаимодействие всех участников повышает дисциплину, чувство ответственности и товарищества. Постепенно появляется уверенность, находчивость, воспитывается активность и инициатива, взаимовыручка и дисциплина, порядочность и пунктуальность, уважение к окружающим, ответственность, самостоятельность. Педагогом созданы необходимые условия для укрепления здоровья, для формирования творческого труда обучающихся, воспитания общей культуры детей и подростков, адаптации личности ребёнка к жизни в обществе, организации содержательного досуга. Созданные условия и требования программы удовлетворяют запросам детей и их родителей по данному виду деятельности в танцевальной студии «Блиц». Всё это говорит о педагогической целесообразности образовательной программы «Танцевальный Ритм».

Цель:

- Содействовать развитию духовно-нравственных основ личности, его творческих способностей.
- Научить детей 7-17 лет основам танца "чететка", который имеет огромную популярность во всем мире;
- сформировать умение посредством танца передавать свои чувства, эмоции; создать условия для раскрытия творческих способностей личности.

Задачи:

• Образовательные:

научить детей 7-17 лет движениям степ-танца и основам танцевального и сценического мастерства;

сформировать умение владеть своим телом.

• Воспитательные:

воспитать стрессоустойчивость,

трудолюбие, целеустремленность,

привить нравственно-эстетические качества;

сформировать коммуникативные навыки общения у детей 7-17

лет.

• **Развивающие:**

развить музыкальность, чувство ритма.

Данная программа дает возможность

использовать свои знания, умения и навыки

в исполнительской

деятельности в других профессиональных творческих коллективах.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы от 7 до 17 лет.

Срок реализации

Программа рассчитана на 1 год обучения детей танцу «степ-чечетка» в возрасте от 7 до 17 лет. В учебных группах занимаются разновозрастные школьники. Наполняемость групп соответствует требованиям.

Форма и режим занятий:

Форма занятий - групповая.

Учебное занятие включает здоровье сберегающие

компоненты:

- организационные моменты,
- дыхательные упражнения,
- короткие перерывы, проветривание помещения.

Нагрузка на каждый год обучения может варьироваться по усмотрению педагога.

Воспитанники студии являются активными участниками выступлений на школьных праздниках, окружных фестивалях, в международных фестивалях искусств и других городских и областных мероприятиях.

Критерии оценки первого года обучения:

- отбивать ногами основные ритмические рисунки и элементы степа;
- выполнять технические элементы: вращения, с первой по четвертую проходки из степ- станка и 7 комбинаций.

Критерии оценки второго года обучения:

- выполнять различные комбинации танца ;
- знать и выполнять 14 комбинаций ;
- выполнять проходки с пятой по десятую степ- станка:
- сложные ритмические зарисовки.

Для эффективного усвоения материала используются беседы о данном виде танца, просмотр видео- и аудио-материалов, участие в массовых мероприятиях.

Первое, что должен уметь ребенок, занимающийся степ-танцем - это уметь отделить удар подушечкой стопы от удара пяткой. Поэтому, первое движение, которому надо научить, это ритмично ходить на подушечках ног, на полупальцах.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:

Период начальной подготовки

В конце первого обучения дети будут знать:

- музыкальные размеры, жанры, основы музыкальной формы;
- соответствие упражнений определенным группам мышц;
- позиции рук, ног.

Будут уметь:

- определять на слух музыкальные размеры;
- темп, динамику, музыкальные жанры;
- исполнять базовые связки;
- последовательно разогревать и растягивать мышцы;
- держать правильное положение корпуса, головы, рук, координировать движения;

В конце второго года обучения дети будут знать:

- основные положения рук, ног, названия элементов степ-танца;
- происхождение, последовательность движений и рисунок танцев.

Будут уметь:

- грамотно исполнять классические элементы;
- определять и исполнять упражнения в различных характерах; придать исполнению выразительность, манеру и стиль;
- ориентироваться в хореографическом зале и на сцене.

Критерии отслеживания результатов

- Гибкость, растяжка, постановка ног.
- Знание позиций рук и ног.
- Основные понятия музыкальной грамоты.
- Четкое исполнение элементов классического, народносценического, степ танцев.
- Владение степ- терминологией терминологией.
- Артистизм, пластичность, музыкальность, техничность и выразительность.
- Умение создать образ на сцене.

Формы подведения итогов

Подведение итогов может проходить в виде открытых занятий, концертов, фестивалей, конкурсов и смотров, просмотров видео, определяют уровень овладения знаниями, умениями и навыками, творческой деятельности.

Содержание программы :

Вводное занятие.

Техника безопасности.

Знакомство с группой.

Режим работы.

Правила поведения в
хореографическом зале.

Виды степа.

Показ элементов степа.

Степ – станок.

Отработка базовых элементов степ – станка.

Отработка технических элементов.

Отработка силы удара (полупалец,
каблук, ребро носка).

Отработка ударов с увеличением темпа.

Работа над танцевальными комбинациями. Соединение отдельных
элементов «степ-чечетки» в единую связку (комбинацию).

Отработка связки с увеличением темпа. Работа над ритмическим
рисунком. Проговаривание и прохлопывание ритмического рисунка.

Работа над постановкой корпуса. Упражнения для спины.

Работа над постановкой корпуса в танце.

Репетиционная работа. Отработка техники движений в медленном
темпе с руками с увеличением темпа.

Подготовка конкурсных выступлений.

Подведение итогов за курс обучения. Показательные выступления.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Теория (часы)	Практика (часы)	Всего часов
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	1	0	1
2	Степ - станок	1	3	4
3	Отработка технических элементов. Ударная техника проходки.	1	3	4
4	Отработка ударов с увеличением темпа.	1	5	6
5	Работа над танцевальными связками.	0	3	3
6	Отработка связки с увеличением темпа. Работа над ритмическим рисунком. Проговаривание и прохлопывание ритмического рисунка.	0	4	4
7	Работа над постановкой корпуса. Упражнения для спины, рук, ног.	0	6	6
8	Работа над постановкой корпуса в танце.	0	4	4
9	Репетиционная работа. Отработка техники движений в медленном темпе с руками с увеличением темпа.	1	6	7
10	Работа с предметом (трость, шляпа,	1	7	8

	котелок)			
11	Работа над постановкой корпуса в танцевальной комбинации.	0	8	8
12	Репетиционная работа. Отработка техники движений в танце с участием нескольких пар.	0	5	5
13	Подготовка конкурсных выступлений.	1	3	4
14	Подведение итогов года обучения. Показательные выступления.	0	4	4
	Итого:	7	61	68

Всего: 68 часов