

**Программа внеурочной деятельности студии эстрадного танца  
для 5-9 классов**

**Пояснительная записка.**

На протяжении веков одним из универсальных средств воспитания было и остаётся искусство, которое включает в себя хореографию. Искусство хореографии имеет многовековую историю развития. В основе его происхождения лежит непреодолимое стремление человека к ритмичному движению, потребность выражения своих эмоций, средствами пластики, гармонично связывая движение и музыку. Роль хореографии в формировании личности чрезвычайно велика. Хореография – искусство любимое детьми. Занятия хореографией, благодаря своей универсальности, очень важны для воспитания подрастающего поколения. Дети совершенствуются духовно, физически и интеллектуально. Становясь пластичнее, вырабатывают эстетику движений, благодаря дисциплине во время занятий развивают самоконтроль и ответственность.

Музыка и движение – трудно назвать более универсальное средство эстетического и нравственного воспитания ребёнка. Движение облегчает восприятие и запоминание музыки, а музыка в свою очередь помогает ребёнку эмоционально раскрыться и запомнить движение. Всё это постепенно воспитывает у детей любовь к музыке, чувство ритма, музыкальную память, развивает эстетический вкус, помогает познать и более целостно воспринимать окружающий мир, выражать свои впечатления и эмоции.

Нравственно – эстетическое воспитание учащихся средствами хореографии позволяет заложить основы норм и правил поведения в различных жизненных ситуациях. В процессе обучения танцу, в общении со сверстниками происходит формирование навыков культуры поведения и усвоение этики взаимоотношений. Поза и движение, жесты и мимика человека являются довольно точными внешними показателями благовоспитанности, сдержанности, подтянутости человека.

Танец также даёт возможность физического развития, что очень важно в настоящее время, т.к. имеются проблемы в здоровье подрастающего поколения. Танцевальные движения, как и физические упражнения, являются одними из основных средств сохранения и укрепления здоровья. Они важны для развития всех систем организма: нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной, скелетно-мышечной. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных комплексов. Здоровый и духовно развитый человек счастлив: он отлично себя чувствует, получает удовольствие от жизни, стремится к самосовершенствованию, достигая поставленных перед собой целей. Такого человека необходимо воспитывать, начиная с самого раннего детства, а для этого нужно создавать благоприятные условия и возможности.

Студия эстрадного танца объединяет детей от 12 до 16 лет. При составлении программы я опиралась на следующие программы и методики по хореографии: «Программа по ритмике и хореографии» (автор Бочкарёва Н.И.), методиками преподавания хореографии (авторы Гусева Г.П., Барышникова Т., Базарова Н.) и методами оздоровления детей школьного возраста (авторы Нестерюк Т.В., Гаревских Е.Н., Джалалова И.А.), которые дополняю и адаптирую к условиям преподавания хореографии в своём творческом коллективе.

**Вид деятельности** - художественное творчество с целью организации комплекса кружковой деятельности, позволяющей создать оптимальные условия для гармоничного развития обучающихся.

**Основной формой организации занятий: групповая.**

Партерная гимнастика, упражнения разминки, исполнения этюда, танца. Открытые занятия; Концертные выступления на мероприятиях школы, города.

**Основная цель программы** - развитие музыкальных и танцевальных способностей гимназистов средствами музыки и движения, формирования активной, творческой личности.

Поэтому **основными задачами** являются:

- приобщение ребёнка к миру прекрасного, осознание своего места в этом мире;
- обеспечение эмоциональной разгрузки учащихся;
- развитие воображения, ассоциативной памяти, творческих способностей;
- формирование мотивации к творческой деятельности и создание

«ситуации успеха» у ребёнка;

- развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни;
- приобщение детей к самостоятельной деятельности, самоорганизации.

Для достижения поставленной цели и задач в своей работе использую следующие **педагогические принципы:**

*Принцип целостности.* Целостная и последовательная система по достижению поставленной цели, взаимосвязь всех её организационных, содержательных и процессуальных компонентов.

*Принцип гуманистической направленности.* Отношение к человеку как к высшей ценности, утверждающей его право на свободу, творчество, самоопределяемое развитие и проявление собственных духовных, творческих и физических сил. Этот принцип ориентирован на доверие к ученику, веру в его творческие способности.

*Принцип культуросообразности.* Ориентация на культурные общечеловеческие ценности, осуществление воспитания в соответствии с культурным наследием, сложившимся в обществе.

*Принцип природосообразности.* Учёт половозрастных особенностей, наследственных факторов, физиологических и биологических особенностей детей, уровня подготовленности к определённому виду деятельности.

*Принцип новизны.* Необычность и оригинальность творческих заданий, постановок.

*Принцип системности.* Определённый порядок расположения связей частей целого. Взаимосвязь процессов воспитания и самовоспитания, формирование и развитие личности в творческом коллективе.

*Принцип информированности.* Поиск, использование и передача информации с целью развития личности, коллектива.

#### **Основные методические принципы:**

- контрастность в подборе упражнений,
- комплексность задач на занятиях,
- последовательный переход от лёгких упражнений к более трудным.

#### **В своей работе использую следующие методы:**

- наблюдения и сравнения,
- игры, театрализации,
- творческих заданий,
- художественного моделирования,
- обмена способностями.

Различны и **формы работы на занятиях:** индивидуальная, работа в малых группах, групповая. Наиболее интересной и продуктивной считаю групповую работу. Работая в группе, обучающиеся сотрудничают, общаются, поддерживают друг друга, учатся видеть себя неотъемлемой частью коллектива.

Любые способности, склонности и другие качества личности выявляются, развиваются и формируются только в деятельности, а именно в самостоятельной и творческой деятельности. На своих занятиях стараюсь выстраивать для учащихся увлекательное пространство, передавая им волнующее ощущение от узнавания нового, приобщая к творчеству, подмечая достоинства каждого ученика и развивая их. Занятия строю по принципу «От простого к более сложному». Наибольший интерес у детей вызывают движения, требующие высокого уровня развития координации.

Я считаю: чем раньше ребёнок начнёт заниматься хореографией, тем больше у него появится возможностей приобрести определённые навыки, с помощью которых он сможет выразить своё настроение. Главное на занятиях - создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей ученика. Моя педагогическая задача - разглядеть в каждом

ребёнке его природные данные, подобрать к нему свой «ключик». С первых же шагов приучаю детей относиться к занятиям танцами серьёзно, сознательно воспринимать весь материал.

Для того чтобы успешно развивалось детское творчество, на занятиях использую соответствующий музыкальный материал. В нём присутствует контрастность темпа и динамики, определённые ритмические рисунки. Если ребёнок будет чувствовать разнообразие музыки, то он сможет точнее передать движением своё отношение к ней, то есть у него будет развиваться творческое воображение. Для развития пластичности регулярно работаю над качеством движения. Если ребёнок хорошо владеет своим телом, то он работает интенсивней, у него появляется уверенность в своих возможностях, и он получает радость от движения.

Занятия оказывают значительное влияние на развитие таких видов памяти, как моторная, слуховая и образная. Эти виды памяти, получая порой недостаточное развитие в урочной деятельности, имеют, между тем, огромное влияние на успешность ребёнка практически в любом виде деятельности. Дополнительное развитие получает и зрительная память.

Работа с детьми строится на доверии, уважении, взаимной симпатии и взаимном интересе. Каждое произнесённое слово, каждый взгляд, каждая интонация и даже внешний облик – всё имеет огромное значение. Ведь ребёнка легко ранить окриком, бестактностью. Помимо требовательности к детям необходима предельная требовательность к себе. Я стараюсь понять внутренний мир ребёнка, его детское мировосприятие. Проникнуть в этот мир, зажечь его идеями и темпами, учитывая психологические особенности каждого человека. Стараюсь стать для них человеком, открывающим просторы музыки и танца, «окно» в мир прекрасного.

В создании хореографических постановок для меня очень важно, чтобы танец имел развитие, непременно завершаемое результатом. Каждый свой номер стараюсь сочинить с «изюминкой», придумываю оригинальные костюмы, всё это способствует развитию мотивации у детей.

**Занятия строятся по определённой структуре, которая развивается по законам искусства и состоит из вводной части, основной части и заключительной части.**

*Вводная часть* (включение в занятие и подготовка к основной части) состоит из вступления и экспозиции. К этой части относится: поклон, знакомство учащихся с конкретным содержанием предстоящего занятия, с целью и задачей предстоящей деятельности.

*Основная часть* (центральный и самый важный этап занятия, в его основе лежат несколько видов деятельности: творческая, эмоциональная, интеллектуальная) состоит:

- **завязка**, создание толчка, импульса к деятельности. Она ставит перед учениками неожиданную и непростую задачу, которой и будет посвящено занятие.
- **развитие действия**, ведущее к кульминации. Это ряд сменяющих друг друга заданий, движений, в процессе выполнения которых происходит проникновение в мир танца.
- **кульминация**, предполагаемый наивысший момент развития действия. Это смысловой и эмоциональный центр занятия, момент наивысшего духовного и творческого подъёма, который стремятся достигнуть все обучающиеся творческого коллектива.
- **развязка**, выполнение технических элементов под музыку и совершенствование композиций в танце, постановочная деятельность.

*Заключительная часть* (осмысление всего занятия) В этой части занятия проводится рефлексия всех участников творческой деятельности. Подводится итог творческой деятельности, анализ личностного продвижения каждого, выявление причин успешности или не успешности выполнений заданий, планируется, над чем нужно поработать и на что обратить внимание. Рефлексия может проходить в два этапа: непосредственно на самом занятии, а также индивидуально после окончания занятия. В процессе рефлексии происходит самопознание, саморазвитие и саморегулирование личности, что помогает выработать самокритичность, восприимчивость к другому ученику, способность увидеть себя с разных точек зрения.

**Для успешного формирования творческого потенциала гимназистов мною созданы следующие условия:**

- разновозрастный состав коллектива, в котором занимаются дети младшего, среднего и старшего возраста;
- чёткая система работы, в которой для каждого ученика ясна перспектива творческого роста;

- ясная, глубоко продуманная работа над репертуаром, где органично сочетаются все возрастные группы;
- планирование работы, в которой каждый член коллектива принимает активное участие.

#### **Сильными сторонами своей педагогической деятельности считаю**

- умение создать условия для успешного развития личности с учётом индивидуальных способностей и потребностей;
- умение установить с обучающимися и родителями партнёрские отношения, основанные на взаимопонимании и взаимоуважении;
- присутствие таких качеств как трудолюбие, усидчивость, стремление к достижению поставленной цели, которые помогают организовать мою деятельность и оказывают положительное влияние на выработку таких же качеств у ребят.
- **В результате обучения студийцы знают**, что любое танцевальное движение выполняется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки, могут определить размер незнакомого музыкального произведения и передать хлопками его ритмический рисунок, умеют распознать и передать движением характер музыки (грустный, весёлый, торжественный и т.д.), получают удовольствие от занятий.
- Обучающиеся за период освоения программы должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов.

### **Планируемые результаты**

#### **Личностные результаты**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями,
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

#### **Метапредметные результаты**

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

#### **Перспективы деятельности:**

- увеличение количества детей, занимающихся в коллективе,
- усиление практической направленности преподаваемой области искусства,
- повышение качества техники исполнения хореографических номеров участниками коллектива,
- участие коллектива в конкурсах различного уровня,
- повышение профессиональной компетенции самообразованием.

### **Содержание курса внеурочной деятельности**

1. Вводное занятие - 1 ч.
2. Музыкально – двигательные упражнения - 5ч.
3. Ориентировка в пространстве -1 ч.
4. Современные танцевальные направления - 3 ч
5. Становление внутренних контактов, через пластику и игру - 2 ч.
6. Оздоровительный комплекс - 5 ч.
7. Элементы аэробики - 2 ч.
8. Элементы акробатики - 9 ч.
9. Комплекс танцевальных упражнений - 2 ч.

10. Работа у станка - 4 ч.

11. Постановочная деятельность - 34 ч.

**5-9 класс**

№ п /п	Тема занятий	Содержание занятий	Часы
1.	Вводное занятие	Правила техники безопасности. Введение в предмет, знакомство с новыми детьми. Организационные вопросы	1
2.	Музыкально – двигательные упражнения	Разминка по кругу, на середине зала Партерная гимнастика Упражнение на развитие гибкости, растяжка	2
3.	Элементы акробатики	Прыжки Колесо Кувырки Перевороты	2
4.	Современные танцевальные направления	Contemp Vogue	3
5.	Постановочная деятельность «Дэнсхолл»	Разучивание движений, работа в парах, группе Соединение частей танца	8
6.	Постановочная деятельность «Дэнсхолл»	Разучивание движений работка движений Соединение частей танца	8
7.	Музыкально – двигательные упражнения	Разминка по кругу, на середине, по диагонали Партерная гимнастика Упражнение на развитие координации, внимания Словесные упражнения Прыжки	3
		Постановка корпуса	

8.	Работа у танцевального станка	Движения на развитие выворотности, растяжки, силу ног, рук. Элементы классического экзерсиса.	2
9.	Ориентация в пространстве	Распределение класса по точкам Перестроения в колону, в две колоны, в шахматном порядке, круг, диагональ.  Перевороты, поддержки, кувырки	1
10.	Элементы Акробатики	Упражнения для укрепления спины, шеи. Упражнения на развитие гибкости, выворотности Игры на развитие пластичности	3
11.	Оздоровительный комплекс	Музыкально – двигательные игры на подражание и перевоплощение	3
12.	Становление внутренних контактов, через пластику и игру	Практическое знакомство с танцевальными жанрами Индивидуальная работа	2
13.	Комплекс танцевальных упражнений	Разучивание движений бота в группе работка движений	2
14.	Постановочная деятельность «Испания»	Классический экзерсис Растяжка Упражнения на выворотность, гибкость	8
15.	Работа у танцевального станка	Перевороты в парах в двух направлениях Прыжки	2
16.	Трюки	Разучивание движений Отработка движений становка номера	2
17.	Постановочная деятельность	Комплекс танцевальных движений элементы йоги прыжки	2
18.	Элементы аэробики	лесо кувырки перевороты	8

19.	Элементы акробатики	Упражнения для укрепления спины, шеи Упражнения на развитие гибкости, выворотности Игры на развитие пластичности	2
20.	Оздоровительный комплекс	Повторение пройденного материала Работа на сцене	2
21.	Подготовка к отчётному концерту		2
			<b>Всего: 68 часов</b>

#### Список использованной литературы

1. Шамова Т.И. Управление развитием здоровьесберегающей среды в школе-М.:МПГУ,2007.-280 с.
2. Неменский Б.М. Культура-Искусство-Образование.: Цикл бесед.-М.,1993
3. Бочкарёва Н.И. Программа по ритмике и хореографии: КГИК
4. <http://www.nauka-shop/>