

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Управление образования Администрации Артинского городского округа
МБОУ «Куркинская ООШ»

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от
28.08.2025 г.

Утверждено:
Приказом директора
МБОУ «Куркинская
ООШ» №133-од от 28
августа 2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественно- эстетической направленности
«Радужница»**

Возраст учащихся: 7-10 лет
Срок реализации общеразвивающей программы: 1 год

Автор-составитель:
Николаева Ксения Валентиновна,
учитель начальных классов, 1 к.к.

Пояснительная записка

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

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда «дух» и «тело», находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

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

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить,

правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность.

Направленность: художественно-эстетическая.

Уровень: базовый

Особенностью программы является то, что, программа включает в себя изучение трех направлений танцевального искусства: балльного, историко-бытового, современного и национального, который, в свою очередь, воспитывает в учащихся уважение к национальным традициям.

Адресат программы: программа рассчитана на учащихся начальной школы, имеющих склонность к танцевальной деятельности.

Формы Обучения: очная, групповая, с учетом индивидуальных достижений учащихся, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Для организации деятельности детей, учитывая индивидуальные особенности каждого возрастного периода, наполняемость 1 группы составляет 8-10 человек. Такое количество детей является оптимальным для индивидуального развития каждого ребёнка

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий: Программа разработана на один год, рассчитана на 34 часа (1 раз в неделю). Продолжительность 1 академического часа составляет - 40 минут.

Цель программы состоит в том, чтобы дать возможность детям проявить себя, творчески раскрыться в области хореографии.

Задачи:

- развивать природные задатки и способности, помогающие достижению успеха в хореографическом искусстве;
- формирование танцевальных знаний, умений, навыков;

- развитие художественного вкуса на основе изучения высокохудожественной музыки - классической, современной, народной.

Программа рассчитана на учащихся начальной школы, имеющих склонность к танцевальной деятельности. Занятия проводятся во внеурочное время один раз в неделю.

Программный материал даёт возможность создавать для детей несложные сюжетно - тематические номера, танцевальные этюды. В процессе постановочной работы, репетиций обучающиеся приучаются к сопереживанию, к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности.

В программе усиливается внимание к развитию познавательной деятельности школьника за счёт систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, совместных просмотров фильмов о танце, посещения концертов, целью которых является повышение эстетической культуры обучающихся.

Программа содержит минимум тренировочных упражнений и танцевальных движений - азбуку классического, народного и эстрадного танца, что способствует гармоническому развитию танцевальных способностей обучающихся. Теоретические сведения о танце даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками.

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий кружка границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы разных танцев.

Первый раздел включает в себя коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие детей. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Второй раздел включает элементы классического танца и упражнений, подготавливающие детей к более сложным движениям и физической нагрузке. Они укрепляют мышцы спины, рук, ног, формируют осанку, способствуют развитию координации движений.

В третий раздел входят движения народных танцев, а также упражнения, необходимые для усвоения техники. На этом материале обучающимся даётся представление о характере национальных плясок: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет равномерно развивать координацию ног, корпуса, рук.

Народные танцы можно интерпретировать, приближая их к детской тематике, обогащая выразительность танца темами, заимствованными из популярных сказок и детских игр.

Четвёртый раздел – элементы эстрадного танца. Танцевальный материал этой темы способствует развитию музыкальности, чувства позы, знакомит детей со стилями и манерами разных стран.

Пятый раздел предполагает практическую постановку танцев. Их можно приурочить к школьным и классным праздникам.

Формы организации учебного процесса:

- групповые, коллективные, классные и внеклассные;
- занятия – концерт,
- репетиции,
- творческие отчеты,
- беседы,
- игры,
- конкурсы,
- дискуссии,
- викторины.

Учебно - тематический план

1 год обучения

№ п/п	Название разделов	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1	Введение. Танцы народов мира.	14	4	10	фотоотчет
2	Игровые технологии	5	-	5	фотоотчет
3	Репитиционная- постановочная работа	5	1	4	фотоотчет
4	Азбука классического танца	7	2	5	фотоотчет
5	Итоговые занятия и досуговые мероприятия	2	-	2	фотоотчет
6	Отчётный концерт.	1	-	1	концерт
	Итого	34	7	27	

Содержание учебного плана

1. Введение. Танцы народов мира.

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук, вперёд, в сторону. Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд). Детские танцы (снежинки, хоровод, матрёшки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины, шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.

Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета.

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

2. Игровые технологии.

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Развитие чувства ритма. Сюжетно-ролевые игры. Игры на развитие актерского мастерства.

Практическая работа: освоение поз и движений, актерского мастерства; индивидуальная работа с наиболее одарёнными детьми.

3. Репитиционная – постановочная работа.

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танцах разных видов. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса, польки, ча-ча-ча.

Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

4. Азбука музыкального движения.

Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы, корпуса. Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцоров.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций для головы, туловища, рук, ног.

5. Итоговые занятия и досуговые мероприятия

Прыжки. Танцевальные элементы. Выработка осанки, опоры, эластичности и крепости голеностопного, коленного, тазобедренного

суставов. Игры разного характера. Урок – концерт или конкурс-игровые программы.

6. Отчётный концерт.

Подготовка пригласительных билетов. Отработка ритуала встречи гостей. Оформление зала и сцены. Подготовка видео - и фотосъёмки. Разбор итогов отчётного концерта.

Результаты освоения программы внеурочной деятельности

Занятия внеурочной деятельности «Радужница» обеспечивает личностное, спортивно-оздоровительное, социальное, познавательное, коммуникативное развитие учащихся. У школьников обогащается эмоционально – духовная сфера, формируются ценностные ориентации, умение решать художественно – творческие задачи; воспитывается художественный вкус, развивается воображение, образное и ассоциативное мышление, стремление принимать участие в социально значимой деятельности, в художественных проектах школы, культурных событиях региона и др.

В результате освоения содержания программы происходит гармонизация интеллектуального и эмоционального развития личности обучающегося, формируется целостное представление о мире, развивается образное восприятие и через эстетическое переживание и освоение способов творческого самовыражения осуществляется познание и самопознание.

Метапредметными результатами являются:

- 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.

Личностными результатами занятий внеурочной деятельности являются:

- сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям;
- наличие эмоциональноценностного отношения к искусству, физическим упражнениям;
- развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Планируемый результат.

К концу года обучающиеся должны обрести достаточный запас основных танцевальных движений, устойчивых музыкально - ритмических навыков.

Ожидаемые (прогнозируемые) результаты:

Дети научатся исполнять:

- Характер музыки, темп, ритм.
- Музыкальная выразительность.
- Постановка корпуса и поклон.
- Позиции рук и ног.
- Элементы классического, народного и бального танца.
- Детские танцы.
- Соблюдать правила техники безопасности.
- Отдельные танцевальные движения и танцевальные композиции;
- Выразительность движения в соответствии с характером музыки;
- Изученные танцы;
- Анализировать выступления;
- Историко-бытовые и бальные танцы;
- Современный танец;

- Создавать образы по собственному замыслу;
- Контролировать свои эмоции в процессе выступлений.

Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

Календарно-учебный график.

Учебно-тематический план 1 года обучения.

№	Наименование раздела и тема занятий.	Количество часов Всего	Теория	Практика	Дата по плану	Дата факт.
1	Вводное занятие.	1	1	-		
2	Танцы народов мира.					
2.1	Танец как вид искусства.	1	1	1		
2.2	Хоровод. Рисунки хоровода.	2	1	2		
2.3	Русские народные танцы «Сударушка» «Тополек»	6	1	5		
2.4	Оркестр Вальс! Разучивание вальса.	4	1	3		
3	Игровые технологии.		-			
3.1	Я умею так (координация движения).	1	-	1		
3.2	Подражаем	1	-	1		

	животным (актерское мастерство).					
3.3	Хлопаем в ладоши. Вернуть обратно (развитие чувства ритма).	1	-	1		
3.4	Полька	1	-	1		
3.5	Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами.	1	-	1		
4	Репитиционная-постановочная работа.		-			
4.1	Постановка, изучение танца. «Морячка»	2	-	2		
4.2	Отработка движений танца.	2	-	2		
4.3	Общеразвивающие упражнения.	1	-	1		
5	Азбука классического танца.					
5.1	Позиции рук и ног.	7	2	5		
6	Итоговые занятия и досуговые		-			

	мероприятия.					
7	Отчетный концерт	1	-	1		
	Итого	34	7	27		

Условия реализации программы.

Наглядность (видеофильмы, видеосъемка, диски, картины и фото, интернет-ресурсы); – материально-техническое оснащение (актовый зал с зеркальной стенкой и проектором), колонки и ноутбук.

Материально-техническое обеспечение:

актовый или спортивный зал,
ноутбук,
компакт-диски по темам программы,
костюмы для занятий и выступлений,
мультимедийный проектор.

Информационно-методическое обеспечение: содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео - медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется.

аудио материалы с фонограммами;
DVD материалы с записями выступлений творческого объединения;
DVD и видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов.

Формы аттестации.

На мероприятиях МБОУ «Куркинская ООШ»: выступления на праздниках, открытых занятиях, родительских собраниях, методических днях.

Формы отслеживания и фиксация результатов.

Формы:

- групповая—осуществляется со всей группой обучающихся;

- парная – работа детей в парах или постановка дуэтного номера;
- индивидуальная – оказание помощи воспитаннику по усвоению сложного материала или постановка сольного номера.

Методы:

- наглядный – непосредственный показ педагогом движений под счёт и под музыку, использование наглядных пособий;
- словесный – обращение к сознанию ребёнка, добиваясь осмысленного выполнения и исполнения заданий;
- практический – повторение и отработка движений, танцев;
- видео метод – просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы – выступления на родительских собраниях, районных методических площадках для учителей начальных классов, выступление детей на сцене дома культуры, участие в открытых мероприятиях, организация фоторепортажа с размещением в интернет ресурсах.

Оценочные результаты.

Оценка качества обучения включает в себя предварительный, текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Предварительный контроль проводится для вновь поступивших в объединение учащихся с целью выявления их уровня подготовки и при необходимости дальнейшей коррекционной работы. Такой контроль позволяет правильно распределить учащихся по группам и определить дальнейшую динамику развития - уровня обученности по данной программе.

Текущий вид контроля включают такие методы, как наблюдение и опрос. Включение текущего контроля в каждое занятие позволяет отследить слабые и сильные стороны в знаниях и умениях обучающихся, скорректировать дальнейшее обучение по темам программы.

Промежуточные результаты освоения программы проводятся после прохождения половины курса, не ранее декабря и предусматривают выявление индивидуальной динамики усвоения обучающимся знаний, умений и навыков по каждому модулю.

Для итоговой аттестации обучающихся имеется фонд оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. Итоговая аттестация проводится в основном в конце учебного года.

Методические материалы и литература для педагога, детей, родителей.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва. 2000 год.
2. Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика»» (2000 год),
3. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов-на-Дону. 2003. год.
4. Картавых Н., Карпович О. Школа танцев для детей.- Спб: «Ленинградское
5. Телегин А.А. Танцуем джайв и рок-н-рол. Ростов-на-Дону. 2004г.
- издательство». 2011
6. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика» 1-5 выпуск
7. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2000

Электронное приложение

1. Электронное периодическое издание. «Танцкейс. Танцы для праздника» №1, №3, 2011 г.
2. Видеокурс для детей «Танцуй с нами. Вальс, танго, ча-ча-ча»
3. Видеокурс «Школа танцев для детей 6-12 лет»

Internet-ресурсы: <http://www.horeograf.com> - Все для хореографов и танцоров, «Хореограф Онлайн» Клуб хореографов