

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Центр детского творчества «Исток»
городского округа город Уфа Республики Башкортостан

РАССМОТРЕНО на заседании
педагогического (методического) совета
МБОУ ДО «ЦДТ «Исток»
Протокол № 1
от « 30 » 08 20 23 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 265
от « 30 » 08 20 23 г.
Директор МБОУ ДО «ЦДТ «Исток»
И.Ф. Арсланова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
художественной направленности
«Толпар»

Возраст обучающихся 6-12 лет
Срок реализации программы: 3 года

Составитель:
Фаршатова Гульназ Шамилевна,
педагог дополнительного образования

Уфа - 2023

Пояснительная записка.

1. Направленность программы.

Народно сценический танец является одним из наиболее распространённых древних видов. Точно установить появление плясок очень трудно. Танец возник

на основе трудовой деятельности человека. В танце народ передаёт свои мысли, чувства, настроения, отношение к жизненным явлениям.

Хореография – искусство, любимое детьми и работать с ними значит ежедневно отдавать ребёнку жизненный и духовный опыт, приобщать маленького человека к миру прекрасного, раскрыть потенциальные возможности подрастающего человека, формировать его физические и духовные качества. Эффективной представляется «собственная» хореографическая деятельность детей, где каждый ребёнок становится на время актёром, творчески осмысляющий происходящий процесс.

Программа «Основы народно-сценического танца» даёт возможность реализоваться в данной области всем детям.

2. Актуальность, новизна образовательной программы, педагогическая целесообразность.

Актуальность – заключается в сохранение и укрепление здоровья детей через занятия хореографией. И интересе детей и их родителей к занятием хореографией, особенно к народному танцу. Эти занятия позволяют раскрыть их индивидуальные творческие способности, привить навыки концертных выступлений, способствуют положительной самооценке. Развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

Новизной образовательной программы - является целостный, комплексный подход в определении целей и задач обучения и воспитания, способствующих успешному личностному самовыражению ребёнка. Образовательная программа «Народно-сценический танец» направлена на создание целостной культурно-эстетической среды для успешного развития ребенка. Под культурно-эстетической средой понимается совокупность следующих условий организации жизнедеятельности обучающихся:

- предложение различных видов деятельности: танца, игры, познания, общения для творческого самовыражения;
- создание дружного разновозрастного хореографического коллектива;
- приоритет духовно-нравственных ценностей в организации образовательного процесса и творческой жизни детского коллектива.

Вхождение в мир хореографического искусства при опоре на личностные структуры сознания: критичность, рефлексивность, автономность, субъектность, самоактуализацию, самореализацию позволяет прогнозировать успешность ребёнка в процессе обучения и воспитания.

Целесообразность - заключена в использовании многообразия средств хореографического искусства для формирования у детей ценности и значимости таких категорий как «хореографическое искусство» и «здоровье человека», а также развития творческой одаренности детей.

Комплексная образовательная программа «Народно-сценический танец» составлена в соответствии с законом РФ об образовании, концепцией модернизации российского образования и типовым положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей № 233. В основу разрабатываемых в настоящее время образовательных стандартов второго поколения положен системно-деятельностный подход. Данная программа **направлена** на развитие ключевых компетентностей обучающихся:

- на формирование ключевых компетенций обучающихся, требующий понимания выдвигаемой цели;
- на умение использовать адекватные ситуации средства;
- на создание психолого-педагогических условий для личностных достижений обучающихся.

3. Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы от уже существующих в этой области.

В целях развития учебно-познавательной компетенции вся система обучения детей по этой программе строится на стимулировании различными способами интереса к познавательной и оздоровительной деятельности.. Много времени уделяется развитию предметной и личностной компетенций, то есть приобретению и усвоению по этой программе разнообразных знаний по хореографическому искусству и в области сохранения и укрепления здоровья. Компетентностный подход очень ярко проявляется в оценке результатов обучения, позволяющий объективно оценить уровень компетентности обучающегося, достигнутый им в результате осуществления образовательной деятельности.

4. Цель и задачи дополнительной образовательной программы.

Цель программы: Формирование у детей профессионально-прикладных знаний и навыков исполнительской деятельности в области народно-сценического танца.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи.

- **Главными задачами являются** – формирование эстетического вкуса детей через их приобщение к хореографическому искусству, повышение уровня исполнительского мастерства учеников, посредством обучения хореографической культуре народов мира, её стилистике, разнообразной манеры исполнения.

Основные задачи

Образовательные:

- 1) Обучение детей основам «хореографии» (предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты, развитие ориентации и «мышечного чувства»).
- 2) Обучение детей основам «классического танца» (формирование у детей, гибкость, координацию и культуру движений).
- 3) Обучение детей, основам «народно-сценического танца» (поставка корпуса, рук, ног, головы, предполагает изучение богатства лексики, разнообразную манеру исполнения, многочисленных видов танца народов мира, широкое представления о народном танце).
- 4) Формирование художественно-творческих способностей.
- 5) Обучение детей «сценической деятельности».
- 6) Развитие музыкально-двигательной памяти, чувства ритма. Добиться от обучающихся ритмопластического единства (ансамбля).
- 7) Обогащение двигательного опыта детей разнообразными видами движения.
- 8) Овладение свободой движения.
- 9) Знание характерных черт танцевального искусства.

Развивающие:

- 1) Развитие культуры тела, укрепление физического здоровья.
- 2) Развитие выразительности движения, танцевальности.
- 3) Развитие эмоционально-чувствительной сферы, творческих способностей детей.
- 4) Развитие умения ориентироваться в пространстве (хореографическом зале, на сценической площадке).
- 5) Развитие, образного мышления.
- 6) Приобщение к хореографическому искусству.

Воспитательные:

- 1) Воспитание у обучающихся чувство коллективизма.
- 2) Формирование навыков общения и сотрудничества друг с другом.
- 3) Воспитание волевых качеств характера: трудолюбия выносливости, работоспособности.
- 4) Формирование танцевальных знаний, умение и навыков на основе народного и классического танца, сценического танца.
- 5) Приобщать обучающихся к общечеловеческим ценностям.

Воспитание эстетических, художественных, познавательных, творческих интересов, взглядов и вкусов детей средствами народной хореографической культуры.

Оздоровительная:

Каждый раздел программы, работая на общую цель, предполагает свою конкретную цель и собственные задачи. Для наиболее успешной реализации программы.

Комплексная – Образовательная программа «ТОЛПАР» Основы народно-сценического танца» - состоит из 2-х разделов.

1. Основы классического танца.
2. Основы народно - сценического танца.

Для того, чтобы научиться хорошо и красиво танцевать, нужно овладеть инструментом – своим телом. Для этого нужно его изучить, поэтому в программу МБОУ ДОД ЦДТ «Исток» объединения «ТОЛПАР» – включаются следующие разделы:

Первый раздел.

«Основы классического танца»

Является обязательным предметом, так как знание и владение школой классического танца является основой для различных направлений танцевального искусства, в том числе народно-сценического.

Предмет включает в себя танцевально-тренировочные упражнения тренажа, формирующие у детей хорошую осанку, гибкость и координаций.

Занятие по классическому и народно-сценическому танцу во всех классах могут проводиться как совместно, так и отдельно с мальчиками и девочками.

Второй раздел

«Основы народно- сценического танца»

Является не обходимым предметом программы, так как танец напрямую связан с совершением обрядов, трудовой деятельностью и бытом народов мира. Предполагает изучение богатства хореографической лексики народных танцев. Дать широкое представление о народном танце, одном из распространённых и давних видов творчества разных народов мира. Особая роль принадлежит изучению танцев нашего региона – Республики Башкортостана.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы.

4-группа – 11-13 лет.

Сроки реализации программы.

Срок реализации программы – 4 год.

5. Особенности приёма детей.

Основанием для зачисления детей в объединение «ТОЛПАР» являются:

- принимаются все желающие от 7 до 14 лет без специальной подготовки.

Необходимо:

-заявление от одного из родителей ребенка.

-справка от врача, что ребёнок здоров и допускается к физическим нагрузкам.

6. Режим занятий.

Режим занятий учитывает санитарно-эпидемиологические требования:

занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятия 40 минут, перерыв - 10 минут. (продолжительность одного занятия – 2 часа)

В неделю образовательная нагрузка составляет 6 часов.

На основе данной программы формируется базовая культура личности. Она включает в себя:

* Физическую культуру – потребность здорового образа жизни.

* Материальная культура – воспитание потребности к труду, как первой жизненной необходимости и способу достижения жизненного успеха.

* Социально политическая культура – формирование целеустремлённости, предприимчивости, способность приспосабливаться к изменяющимся условиям жизни, сохраняя гражданский мир.

* Духовная культура – воспитание свободной личности, развитие духовных потребностей к самопознанию, к красоте, в отношениях к себе и другим людям.

7. Методы и формы организации образовательного процесса

Формы занятий:

1. Учебное тренировочное занятие с группой и индивидуально с обучающимся;
2. Беседы, практические занятия, эжсерсис у станка.
3. Постановка и репетиция танцев;
4. Концерты, конкурсы и фестивали внутри школы, округа, города, региона, России, международном.

Методы обучения

1. Словесные (беседа, объяснение, убеждение, поощрение);
2. Наглядные (показ, пример);
3. Практические (упражнения);
4. Аналитические (сравнение, самоконтроль, самоанализ);
5. Результативность (знания и умения, творческое отношение, выступления на концертах

и

конкурсах);

Педагогические технологии, применяемые в программе:

Программа хореографического объединения «ТОЛПАР», строится с учётом основных принципов, средств, форм и методик, позволяющих организовать образовательный процесс на основе общепедагогических и специальных знаний, умений и навыков:

- Групповые технологии
- Личностно – ориентированные технологии
- Культурно - воспитывающие технологии
- Здоровьесберегающие технологии (сохранение и укрепление здоровья обучающихся).
- ОФП
- Коллективно-творческая деятельность (КТД):

8. Механизм отслеживания результатов прохождения программы.

Система отслеживания результатов.

Основные показатели:

- владение основами классического танца и знание основных правил исполнения упражнений;
- умение исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей грамотно и выразительно;
- знание основных особенностей танцев народов мира;
- умение свободно импровизировать;
- знание основ теории хореографического искусства, его направлений.

9. Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы «Народно-сценический танец»

Итоговая аттестация обучающихся проводится в следующих формах:

- открытые занятия;

- участие в отчетных концертах.
- участие в творческих конкурсах.

Результаты итоговой аттестации (количественные и качественные), анализ с выводами и предложениями обсуждаются на итоговом педагогическом совете.

Условия реализации.

Реализация программы – это выход на новый уровень взаимоотношений как между обучающимися, так и между обучающимися и педагогам. Улучшение психологической атмосферы взаимопонимания – это формирование раскованного, человека, владеющего хореографической пластикой гибкостью тела, чувство ритма. Помощь ребёнку в процессе самопознания, творческого саморазвития и самореализации.

Материально – техническое обеспечение.

- Специально оборудованные хореографические классы (станки, зеркала, помещение для переодевания).
- Наличие технических средств обучения (телевизор, магнитофон, видео).
- Наличие специальной формы для занятий (белые, черные купальники, чешки).
- Обеспечение уроков музыкальным сопровождением (фортепьяно, баян).
- Наличие методической литературы, нотного материала.
- Наличие необходимого инвентаря (коврики, скакалки).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН **Базовый уровень (11-13 лет, 4 год)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Формы аттестации контроля
----------	------------------------	------------------	---------------------------------

		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Основы классического танца: - партерная гимнастика - станок -позиции ног и рук - середина (прыжки,крутки по диагонали.)	104	4	100	В конце 1-го полугодия открытый урок для родителей. В конце года зачёт и показ.
3	Основы народно - сценического танца: - движения народного танца на середине зала - массовые танцы (этюды) - постановки и репетиции танцев	110	4	106	В течение года участие в конкурсах и фестивалях. В конце года отчетный концерт группы
ИТОГО:		216	10	198	

**Содержание занятий базового уровня
(4-й год обучения)**

Содержание программы.

1. Вводное занятие

Теория: (2ч)

- Комплектование групп
- беседа с детьми о целях и задачах обучения
- значение занятий хореографией для здоровья
- о правилах поведения на занятиях объединения (сведения о режиме дня, личной гигиене
- инструктаж по ТБ.)
- о форме одежды для занятий, о прическах.
- Подготовка и проведение открытого занятия для родителей, и техники безопасности.

2. Основы классического танца.

Теория:(4ч) *Правила исполнения следующих движений: demi plie по I, II, III позициям, battement tendu и с I позиции и III, demi rond de jambe par terre , первое por de bras.*

Практика: (100ч)

Со словесного объяснения и наглядного показа педагога дети осваивают и отрабатывают движения *классического танца:*

- позиции ног I, II, III, VI;
- demi plie по I, II, III, V, VI позициям;
- battement tendu из I позиции в сторону, вперед, назад;
- battement tendu из III позиции в сторону, вперед, назад;
- demi rond de jambe par terre на четыре четверти;
- releve на полупальцах по I, II, III, VI позициям;
- battement releve lent в сторону и вперед, на 25 градусов из I позиции.

- I, II, III позиции рук, подготовительное положение;
- прыжки по VI позиции.

4. Основы народно-сценического танца:

Теория:(4ч) Мелодия и движения, темп (быстрый, медленный, умеренный), характер музыки, строение музыкального произведения (вступление, конец части, концовка). Разъяснение и показ каждого движения.

Практика:(10бч). - различные виды ходов (марш, полупальцы, высокое поднимание бедра, пятки, приставные шаги и т.д.);

- различные виды прыжков в сочетании с подскоками, бегом, с хлопками;
- различные виды бега
- приседания (плавно и резко);
- упражнения на выстукивании;
- подготовка к веревочке, «веревочка».

На середине:

- различные port de bras;
- различные виды веревочки;
- вращения;
- движения мазурки;
- элементы танцев народов мира

массовые танцы: «Русский танец», «Вос.сол танец», «Цыганский», «Татарский дуэтный танец», «башкирский лирический танец» «Спортивный марш», : «Баш тан.Медовая страна», сольный тан. «Курай яланы», «Ирандек», «Гульназира», «Кони»

Предполагаемый результат. 4 года обучения.

Группа Раздел.	Задачи	Знания, умения. Навыки.	Формы контроля.
Классический танец.	Знать элементарные сведения о классическом танце.	Постановка рук, корпуса. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата.	В конце 1-го полугодия открытый урок для родителей. В конце года зачёт и показ.
Народно-сценический танец.	Знакомство с основными позициями рук, ног. Изучение лексики, разнообразной манеры исполнения.	Проучивание позиций и положение рук, ног во время исполнения движений на середине зала.	В течение года участие в конкурсах и фестивалях. В конце года отчетный концерт группы

Межпредметные связи.

1.Словесность.

Занятия хореографии связаны со специальными терминами. Так как законодателем моды в классических танцах является Франция, поэтому часто названия движений звучат на французском языке. Отсюда возникает интерес к изучению нового языка или простое любопытство к познанию истории народа, говорящего на французском языке. Информацию дети получают из рассказов педагога, а также самостоятельно, читая справочную литературу или художественно-историческую.

2. Естествознание.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между танцами и физиологией. Проводя разминку, педагог называет части тела. Эти знания помогают ребенку познать свою физиологию, обеспечивают высокий уровень осознанного выполнения движений, помогают сформироваться двигательным навыкам.

3. Технология.

Технология – это совокупность методов и приемов, позволяющих понять способ делания. Самостоятельная работа обучающихся с различными источниками информации позволяет быстрее осваивать данную тему занятия, уметь помогать другим её понять, объясняя, что и как нужно правильно сделать.

4. Культурология.

Хореографическое искусство многообразно и многонационально. С давних времен люди выражали свои чувства через пластические движения. Но постепенно, учитывая климатические и географические особенности своей страны, переходя из одной исторической эпохи в другую, каждый народ создал свой неповторимый танец.

Эти танцы, их манеры исполнения дошли и до наших лет. Заслуга в этом выдающихся деятелей танцевального искусства, которые старались и стараются

передать нам через свое исполнение - любовь и уважение к другому народу. Всю эту информацию дети получают на занятиях хореографии или выполняя самостоятельные задачи.

5. Психологическая культура.

В искусстве хореографии заложены многие формы психологического воспитания детей. Именно хореографическое искусство успешнее всего реализует развитие зрительных, слуховых и двигательных форм чувственного и эмоционального восприятия мира, снимает умственное утомление и даёт дополнительный импульс для мыслительной деятельности, направленной на постижение смысла внутреннего мира.

Начиная заниматься танцами в детском возрасте, можно предотвратить возникновение негативных установок, изменить образ мыслей, улучшить отношение к окружающим. Таким образом, танец является чем-то большим, чем просто движения под музыку. Это способ работы над собой, познания своего «Я», помогающий добиваться успехов в любой сфере деятельности.

6. Искусство.

Продуктивность художественного воспитания детей средствами хореографии обусловлена синтезирующим характером хореографии, которая объединяет в себе музыку, ритмику, изобразительное искусство, театр и пластику движений. Непосредственная связь танца с музыкой прослеживается на всем этапе, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем.

Учащиеся должны усвоить понятия «ритм», «счет», «размер» и узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны уметь различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

7. Математика.

При изучении общих понятий о танцах, учащиеся сталкиваются с понятиями «угол поворота», «направления движения», «доли счета».

Учащиеся среднего и старшего возраста пользуются понятиями «вес тела», «ось поворота», «ускорение». Эти термины можно услышать на уроках алгебры и физики.

8.Физическая культура.

На занятиях хореографии важно не только реализация двигательной активности детей, но и знания в области физической культуры: гигиенические правила занятий, умелое их применение, понятия о здоровом образе жизни. Усвоение данных теоретических сведений помогает сознательному отношению детей к танцевальным занятиям и самостоятельному использованию физических упражнений.

9.Социальная культура.

Коллективный танцевальный номер – это всегда проверка уважительного отношения друг к другу.

В свою очередь уважение и внимание можно заслужить лишь при соблюдении вежливости и сдержанности. Поэтому ничто не цениться окружающими нас людьми так дорого, как вежливость и деликатность. Хореография – это искусство деликатности и такта. Каждое занятие связано с воспитанием хороших манер.

Региональный компонент в содержании программы.

Современное общество характеризуется ростом национального самосознания, стремлением понять и познать историю, культуру своего народа. Особенно остро встает вопрос глубокого и научного обоснования национально-региональных факторов в воспитании детей. Ибо сохранение и возрождение культурного наследия начинается со своего края и играет важную роль в воспитании подрастающего поколения. Региональная культура становится для ребенка первым шагом в освоении богатств мировой культуры, присвоении общечеловеческих ценностей, формировании собственной личностной культуры. Национальные культуры составляют основу культуры человечества. Приобщая ребенка к живительному источнику историй, традиций, обычаев своего народа, родители и мы педагоги вводим его в мир общечеловеческих ценностей.

Преподавание творческих дисциплин знакомит воспитанников с народными традициями, музыкальным и устным фольклором, обращает внимание детей к истории и традициям не только Отечества, семьи, но и к обычаям других народов.

При работе с детьми на занятиях хореографии используется музыка башкирского народа и башкирских композиторов. Под неё проходит разминка в начале урока. Также частично делается экзерсис у станка и на середине зала под сопровождение национальной музыки.

В программе предусмотрено освоение классических вариаций под музыку башкирского народа, а также народно – сценических танцев, таких как: «Кадриль», «Полька», «Вальс»

«Кадриль» - в переводе с французского языка означает «группа из четырёх человек». В народном быту существует под разными названиями - «украинская», «белорусская», «литовская», «латышская». Самобытна «русская кадриль» с её многочисленными местными вариантами.

«Полька» - один из наиболее популярных чешских национальных танцев. Название переводится как «полшага».

«Вальс»- парный танец, основанный на плавном кружении. Особенно интенсивно развивался в Вене.

У башкир танец является одним из наиболее популярных видов искусства. В нём нашли отражение особенности быта, тесно связанного с хозяйственной жизнью, древними верованиями. Праздники, обряды играли большую роль в сохранении и развитии народной художественной культуры и особенно искусства танца, поскольку ни один вид искусства так не нуждается в зрителе, как танец.

И самое главное, целенаправленная работа с детьми в этом направлении воспитывает уважение и взаимопонимание к другим народам.

Список литературы.

Список нормативно-правовых документов.

1. О внесении изменений и дополнений в Закон РФ «Об образовании» - М.: 2007г.
2. О внесении изменений и дополнений в Закон РБ «Об образовании» - Уфа, 2008г.
3. Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях. 2009г.
4. Конвенция ООН «О правах ребенка». – М. 2005г.
5. Комплексная программа развития образования РБ на 2009 – 2013г.г., Уфа, 2009г.
6. Целевая программа «Дети Башкортостана».
7. Концепция и программа формирования гражданина нового Башкортостана – Уфа 2004г.
8. Программа духовно – нравственно воспитания подрастающего поколения, - Уфа 2004г.
9. Программа развития системы дополнительного образования РБ на 2007 – 2011г.г.

Основная литература для педагога.

1. Стандарты второго поколения. Под редакцией В.А.Горского. – Москва «Просвещение» 2010г.
2. Танцы в начальной школе. З.Я.Роот. – Москва 2006г.
3. Танцы в детском саду. Н.А.Зарецкая. – Москва 2008г.
4. Уроки танцев. Джим Холл. – Москва 2009г.
5. Физическое воспитание и развитие дошкольников. Под редакцией С.О.Филипповой – Москва 2010г.
6. Педагогика: краткий курс. В.Ф.Бахтиярова, Э.А.Ижбулатова – Уфа 2010г.
7. Педагогика Под редакцией П. И. Пидкасистого – М.: Педагогическое наследие России 2007г. – 608с.

8. Слостёнин В. А. и др. Общая педагогика в 2-х частях М.: Академия, 2008г. – 571с.
9. Подласый И. П. Педагогика. – М.: Просвещение, 2007г.
10. Харламов И. Ф. Педагогика – М.: Юристъ, 2006г.
11. Педагогика: теории, системы, технологии. Под редакцией С.А.Смирнова М.: Академия, 2008г.
12. Селевко Г. К. Энциклопедия образовательных технологий 2006г.

Дополнительный список

1. Классический танец. В.А.Звёздочкин. – Ростов-на-Дону 2003г.
2. Дополнительное образование детей. Под редакцией О.Е.Лебедева. – Москва 2003г.
3. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей. Под редакцией А.В.Мудрика. – Москва 2004г.
4. Методика преподавания народного танца. Г.П.Гусев. – Москва 2002г.
5. Стретчинг для всех. Кристофер Освальд, Стенли Баско. – Москва 2004г.
6. Основы классического танца. А.Я.Ваганова. Ленинград 1980г.
7. Волшебный мир танца. В.М.Пасютинская – Москва 1985г.
8. Младшая муза. Поэль Карп.- Москва 1986г.
9. Башкирская народная хореография. Л.И.Нагаева. – Уфа 1995г.
10. Школа танцев. О.В.Ерохина. Ростов – на – Дону 2003г.

Список литературы для детей и их родителей.

1. Музыка и движение. М. Просвещение 1983г.
2. Самоучитель испанских танцев. С. Шевлюга, О. Горяинова. – Ростов-на-Дону 2005г.
3. Как стать хорошим. В. Волина. Санкт-Петербург 2001г.