

Приложение к ООП НОО,
утвержденное приказом
МОБУ «СОШ «ЦО «Кудрово»
№ 575 от 28.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
начального общего образования

«СТЕП-ТАНЕЦ»

1-4 класс

Срок реализации 1 год

Разработана
учителем начальных классов

Лопаткиной Е.Э.

г. Кудрово Ленинградской обл.

2023 г

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Степ - танец» (далее – рабочая программа) реализует эстетическое направление во внеурочной деятельности в начальной школе в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Танец – это своеобразный пласт в искусстве, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой. Музыка и танец неразделимы. Но обычно музыка руководит танцором, а здесь музыка и танцор наравне, так как степ - танцор является и музыкантом. У степиста большее преимущество, потому что он может подчеркивать, акцентировать музыку, ее отдельные моменты, издавая звуки набойками, а не просто двигаться под тот ритм, который задан музыкой. Может синкопировать, создавая собственные вариации внутри мелодии. Обычный танцор своими движениями не может создавать свою собственную мелодию, а степист может, так как у него есть уникальный музыкальный инструмент - ноги! Ритм чечетки не только развивает музыкальность и гармоничную пластику, но и воспитывает легкость, непринужденность, естественность. На протяжении всего обучения уделяется большое внимание постановке удара, умению чувствовать ритм, слышать музыку, освоению основ импровизации.

Занятия степом помогают ребенку стать организованным, собранным - техника танца требует большой концентрации внимания, сосредоточенности, умения управлять своим телом. И важно, что в этот процесс включается не только мозг, но и мышцы, поэтому ребенку легче учиться писать, рисовать, лепить. Но, может быть, самое главное — танец помогает детям раскрепоститься, поверить в свои силы. Ребенок растет «без комплексов», становится более коммуникабельным.

Педагогическая целесообразность программы «Степ - танец» заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественно - эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

Программа составлена с учетом требований следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г., №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ №373 от 06.10.2009г. зарегистрирован Министерством юстиции РФ 22.12.2009 г., рег. №17785, с последующими изменениями и дополнениями);
- Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 N 373 (ред. от 18.12.2012)"Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";
- Приказ Минобрнауки РФ от 26.11.2010 N 1241 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. N 373";
- Санитарно-эпидемиологические правила "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных

учреждениях. СанПин 2.4.2.2821-10", утвержденных Главным санитарным врачом РФ 29.12.2010г., зарегистрированных в Минюсте РФ 03.03.2011г. №19993;

- Письмо Минобнауки России №03-296 от 12.05.2011 г. «Об организации внеурочной деятельности при ФГОС».

Программа «Степ - танец» имеет художественную направленность и предоставляет возможность развить у детей чувство темпо-ритма, которое влияет на интеллектуальные способности детей, у них развивается образная речь, музыкальность, обостряется эстетическое восприятие мира, они успешнее осваивают иностранные языки.

Актуальность данной программы заключается в следующем:

Программа «Степ - танец» помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени. В процессе занятий обучающийся получает профессиональные навыки владения своим телом, изучает основы степ - танца; знакомится с историей, теорией и яркими представителями танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

В социальном аспекте обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения. Осваивая технику движения, ребята двигаются от удовлетворения интереса к этому виду деятельности и потребности в движении к удовлетворению творческих потребностей в самовыражении, к решению сложных технических танцевальных задач. По ходу освоения программы ребята знакомятся с историей танца, с ведущими современными исполнителями, слушают музыку, учатся различать новомодное, сиюминутное и вечное. Степ - танец способствует не только сохранению и укреплению здоровья, но и имеет возможность развить музыкальность, чувство темпа и ритма, умение находить слабые и сильные доли в музыке.

Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стилевого разнообразия. Появление новых стилей, в корне отличающихся от традиционных академических систем хореографического искусства, заставляет обратиться к изучению новых техник танца.

Всякая деятельность детей и подростков осуществляется успешно тогда, когда они видят и общественную пользу, когда происходит осознание своих возможностей.

Большую роль в этом играют:

- концертная деятельность;
- участие в фестивалях, конкурсах.

Новизна

Отличительными особенностями являются:

- программа «Степ - танец» составлена на основе программы педагога дополнительного образования, учителя музыки МОБУ «СОШ «Центр Образования «Кудрово» Лопаткиной Е.Э.
- программа разработана для детей, которые сами стремятся научиться танцевать и выстукивать ритмические рисунки различной сложности с помощью ног. При этом дети

не только разного возраста, но и имеют разные стартовые способности. В данных условиях образовательная программа - это механизм, который определяет содержание обучения танцу школьников, методы работы учителя по формированию и развитию танцевальных умений и навыков. Новизна программы состоит в сочетании изучения степ - танца с такими современными танцевальными направлениями как: джаз танец, street jazz, hip-hop. Программа «Степ - танец» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

Основной формой занятий являются занятия с малокомплектной группой детей.

При обучении используются следующие технологии: технология развивающего обучения; технология индивидуализации обучения; личностно-ориентированная технология.

2. Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Отличительная особенность программы «Степ - танец» заключается в том, что она представляет собой единый танцевально - музыкальный комплекс, основанный на целостности музыкального восприятия, переживания. Для реализации программы используются гуманистические подходы, которые проявляются в доброжелательной атмосфере на занятиях, эмоционально насыщенной обстановке в творческом коллективе. Ключ к созданию ситуации успеха, способствующей максимальной личной самореализации воспитанника, состоит в развитии изнутри, «самотворчестве», а не навязывании «готового ответа». Так же программа:

1. Создает условия для включения ребенка в новые социальные формы общения;
2. Не допускает дублирования элементов программ первого года обучения, (в зависимости от хореографической подготовки ученика);

Программа имеет уровневое построение. Каждая новая тема по сложности превосходит предыдущую и опирается на ее содержание.

В соответствии с требованиями ФГОС основной начальной школы, организация деятельности в рамках данной программы способствует формированию **ценностных ориентиров** в личностной, познавательной, регулятивной, коммуникативной сферах:

- в личностной - готовность к реализации творческого потенциала в предметно-продуктивной деятельности, формирование образа мира, готовность открыто выражать и отстаивать своё мнение, развитие готовности к самостоятельным действиям и принятию ответственности за их результаты;
- в социальной - освоение основных социальных ролей, норм и правил;
- в познавательной - развитие символического, логического, творческого мышления, продуктивного воображения, формирование научной картины мира;
- в коммуникативной - формирование компетентности в общении, овладение навыками конструктивного поведения.

Адресат программы

Программа «Степ - танец» предназначена для учащихся 7 - 13 лет.

ЦЕЛИ:

- формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками степ - танца.
- Практическое овладение хореографическим мастерством для концертной и дальнейшей профессиональной деятельности.
- Создание условий для целостного художественно-эстетического развития личности и формирование ею в процессе освоения программы исполнительских знаний, умений и навыков.

ЗАДАЧИ:

Обучающие:

- Развитие интереса у обучающихся к хореографическому искусству;
- Овладение техникой исполнительства (работа стопы, разогрев стопы, сложные удары и др.);

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

Развивающие:

- раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся
- развитие художественного вкуса, оценочного музыкального мышления;
- развитие уверенности в себе;
- Развитие навыков публичного выступления, преодоление психологических зажимов.

Воспитательные:

- воспитание нравственных качеств у обучаемых;
- создание предпосылки для формирования внутренней мотивации к творческому самовыражению;
- привить интерес к танцевальному творчеству;
- воспитание культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе, развитие чувства коллективизма; воспитание культуры общения в коллективе;
- воспитание чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- способствовать организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации подростков;
- воспитание трудолюбия, целеустремлённости и упорства в достижении поставленных целей.

При реализации программы используются следующие формы и методы:

Форма организации деятельности:

- групповая, основная форма проведения занятий – урок. Группа может делиться на подгруппы: – мальчиков и девочек, в зависимости от педагогической задачи; – в зависимости от специфики концертного номера или спектакля формируются разновозрастные подгруппы; – кроме того, подгруппы формируются и по количеству участников, необходимых для данного конкретного номера.

Формы организации занятий:

- теоретическое занятие
- практическое занятие

- открытый урок
- концерты

Методы обучения:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

- хореографический зал с зеркалами;
- хореографический станок;
- танцевальная форма и обувь для степа,
- напольное покрытие - паркет;
- музыкальный центр с выходом Аиx – 1 шт.;
- розетка – 3 шт.;
- колонки - 2 шт.

3. Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

В ходе освоения содержания программы обеспечиваются условия для достижения учащимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные УУД:

- становление самосознания и ценностных ориентаций, проявление эмпатии и эстетической восприимчивости;
- знание основ здорового образа жизни;
- знание специальной терминологии; основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- формирование способностей творческого освоения мира в различных видах и формах музыкальной деятельности.

Метапредметные результаты.

Познавательные УУД:

- использовать знаково-символические средства для решения задач;
- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников.

Регулятивные УУД:

- планировать свои действия с творческой задачей и условиями её реализации;
- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели урока;
- выстраивать самостоятельный творческий маршрут общения с искусством.

Коммуникативные УУД:

- умение выражать свои мысли, слушать и слышать мнение других людей, излагать свои мысли о музыке в танце;
- умение договариваться, находить общее решение;
- умение «слышать другого»;
- взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания;
- умение с помощью вопросов получать необходимые сведения от партнёра по деятельности;
- построение совместной деятельности и поиск в процессе учебных ситуаций нетрадиционных вариантов решения творческих задач.

Предлагаемая программа предусматривает:

По окончании первого года обучения, учащиеся будут:

знать:

- правила техники безопасности;
- профессиональную терминологию степ –танца различных направлений,
- основные этапы развития степа и наиболее известных исполнителей,
- упражнения, необходимые для разогрева, развития и укрепления мышц.

уметь:

- исполнять движений степ –танца различных направлений и стилей,
- исполнять комбинации разной степени сложности,
- импровизировать на заданную тему и предложенную мелодию.
- пользоваться исполнительскими навыками на сцене.

4. Содержание курса внеурочной деятельности

Структура занятий по американскому степу состоит из следующих этапов:

- 1 часть – «Разминка» - разогрев стопы с помощью разминочных упражнений;
- 2 часть – «Basic» - базовые движение, композиции и связки у хореографического станка;
- 3 часть – «Середина» - композиции и комбинации степа, постановка танца.

В самом начале занятия даются упражнения на разогрев двигательного аппарата – стопы, голеностопа, колен. Далее идут упражнения на постановку звука, ударов. Этому уделяется наибольшая часть занятия. Завершается урок постановкой танцевальной комбинации.

1. «Разминка»

Разогрев двигательного аппарата является основой формирования танцевальных звуков - ударов; он включает упражнения для тренировки подвижности и расслабления стоп, отработки определенных ударов. В разогрев мышц используются упражнения «gond», «tap», «heel», «tap heel», «veer» и др.

Цель:

- Выработка полноценных движений и определенных положений стопы, необходимых для правильного звукоизвлечения.

2. «Basic»

Наибольшее внимание уделяется разучиванию базовых упражнений для развития музыкального слуха, темпа и ритма. В процессе работы дети учатся различать звуки, удары носка и пятки, слышать и слушать темп и ритмические особенности музыки, учатся эмоциональному исполнению, применяют полученные навыки на практике. Постепенно дети приучаются к музыкальному искусству – духовный мир становится шире и богаче. С помощью терминологии и отработки на практике учащиеся запоминают базовые движения, отработывают с двух ног у хореографического станка, соединяя в одинарные, двойные и сложные удары, тем самым разрабатывая танцевальные связки. Базовые упражнения делятся на две категории – удары пяткой, удары стопой и удары носком. По количеству звуков удары делятся на одинарные, двойные, тройные и др. Удары пяткой – «heel», «dig», удары носком - «tap», «toe», «ball change» «brush», «brush back», удары стопой «step», «stomp», сложные (двойные удары) - «shuffle», «scuffle», «step - tap», «flap» и многие другие.

5. «Середина»

Работа над танцевальной комбинацией поэтапна, очень важна в обучении юного степиста. Педагог направляет действия ученика, указывая пути поиска. Прослушивание джазовых и эстрадных произведений расширяют творческий кругозор учащегося. Вся дальнейшая работа над танцевальной комбинацией должна быть направлена на усовершенствование технических навыков, на отшлифовку исполнительских умений, на развитие творческих способностей, на приобретение хореографического мастерства учащегося. Танцевальные комбинации или импровизация могут быть как лирического, так и динамического характера. Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

Задачи:

- Расширить музыкальный кругозор учащегося;
- Развивать слуховое внимание;
- Закрепить полученные навыки на практике.

6. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности

№ п/п	Тема программы	Содержание	Количество часов		
			теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	История развития современного танца. Основные направления современного танца	3	-	3
2.	Изучение позиций ног	Вторая параллельная, шестая позиции	4	4	8
3.	Изучение положений рук	Положение рук в степ - танце у хореографического станка (одна рука на талии, вторая – на палке)	4	4	8
4.	Танцевальная установка	Постановка корпуса у хореографического станка	-	4	4
5.	Хореографические задачи	Работа над стилем и образом в степ - танце	4	4	8
6.	Обувь для степа	Индивидуальная консультация по подбору обуви для степа - степовок	4	-	4
7.	История степ - танца	История развития различных направлений степа, профессиональная терминология	12	-	12
8.	Разогрев стопы	Разминка у хореографического станка с помощью упражнений «rond», «tap», «heel», «tap heel», «веер»	-	12	12
9.	Базовые одинарные удары «tap»	Работа подушечки стопы, постановка удара, расслабление стопы	-	12	12
10.	Базовые одинарные удары «rond and tap»	Работа подушечки стопы, постановка удара, расслабление стопы	-	8	8
11.	Базовые одинарные удары «toe»	Работа носком ноги, постановка удара, расслабление стопы	-	8	8
12.	Базовые одинарные удары «brush» и «brush	Работа подушечки стопы, постановка удара, расслабление стопы,	-	12	12

	back»	работа колен «pick up»			
13.	Базовые одинарные удары «step»	Работа стопы, постановка удара, правильное звукоизвлечение, расслабление стопы	-	8	8
14.	Базовые одинарные удары «stomp»	Работа стопы, постановка удара, правильное звукоизвлечение, расслабление стопы	-	8	8
15.	Базовые одинарные удары «heel»	Работа пятки, постановка удара, правильное звукоизвлечение	-	8	8
16.	Базовые одинарные удары «dig»	Работа ребром пятки, постановка удара, правильное звукоизвлечение	-	8	8
17.	Базовые одинарные удары «click»	Работа пятками, постановка удара набойками на пятках друг об друга, правильное звукоизвлечение	-	4	4
18.	Базовые сложные удары «step - tap»	Работа всей стопы, постановка удара, правильное звукоизвлечение. Темп. Ритмические рисунки	-	12	12
19.	Базовые сложные удары «shuffle»	Работа всей стопы, постановка удара, правильное звукоизвлечение. Темп. Ритмические рисунки. «Cross shuffle»	-	12	12
20.	Базовые сложные удары «scuffle»	Работа всей стопы, постановка удара, правильное звукоизвлечение. Темп. Ритмические рисунки. «Cross scuffle»	-	12	12
21.	Базовые сложные удары «flap»	Работа всей стопы, постановка удара, правильное звукоизвлечение. Темп. Ритмические рисунки.	-	12	12
22.	Базовые сложные удары «ball -	Работа всей стопы, постановка удара,	-	8	8

	change»	правильное звукоизвлечение. Темп. Ритмические рисунки. «Cross shuffle»			
23.	Иные базовые удары	Щелчки, хлопки, прыжки и иные базовые удары и звуки	-	4	4
24.	Базовые прыжки и ходы	Степовый ход вперед и назад на один, два, три и более звуков	-	12	12
25.	Базовые движения, комбинации, композиции	Базовые композиции на основе базовых движений у хореографического станка	-	16	16
26.	Двойные удары, двойные связки	Изучение двойных сложных ударов и составление связок у хореографического станка	-	12	12
27.	Комбинации и композиции американского степа	Постановка композиций на основе пройденных звуков и отработка их на практике	-	12	12
28.	Репертуарная практика	Актерское мастерство. Открытые уроки и показы	-	8	8
29.	Импровизация	Импровизация / «эмоциональная» сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...») Импровизация с музыкой, ритмом Импровизация с пространством класса, смена уровней, темпа и ритма Контактная импровизация, контакт (этюды «продолжи движение в дуэте»)	-	8	8

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение курса внеурочной деятельности

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – М.: Айрис, 2001.
2. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
3. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
4. Выготский Л. Педагогическая психология. – М.: АСТ, Астрель, ЛЮКС, 2005.
5. Громов Ю.И. Танцуйте, дети! / Репертуар для детских танцевальных коллективов. – Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 2002.
6. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
7. Данилова Н.И. Функциональные состояния: Механизмы и диагностика. – М.: МГУ, 1985.
8. Диниц Е.В. Джазовые танцы. – М.: АСТ, 2010. 14. Добровольская Г.Н. Танец. Пантомима. Балет. – Л.: Искусство, 1975.
9. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение. – М.: Искусство, 2001.
10. Лунькова А. Пусть шоу продолжается // Современные и эстрадные танцы. World dance. – 2006. – № 5. – С.16-21.
11. Педагогика дополнительного образования: мониторинг качества образовательного процесса в учреждении дополнительного образования детей: методические рекомендации/сост. А.М. Тарасова, М.М. Лобода; под общ. ред. Н.Н. Рыбаковой. – Омск: БОУ ДПО «ИРООО», 2009.
12. Шереметьевская Н. Прогулка в ритмах степа. – М.: Один из лучших, 2010.
13. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб: Речь, 2003.