ОДО «Хореография

**Пояснительная записка**

**к рабочей программе по хореографии для учащихся 2 классов.**

Танец – это один из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства, который позволяет создать своеобразную атмосферу, ритм общения и сам выступает как язык общения. Приобщение к миру танца, знакомство с различными танцевальными направлениями, историей хореографии, с музыкальными жанрами – все это развивает и обогащает подростков. Система дополнительного образования детей имеет в своем арсенале все условия, необходимые для творческого развития личности.

Данная программа разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

* Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. №273 ФЗ
* Концепция развития дополнительного образования детей. Распоряжение правительства РФ от 4 сентября 2014г. №1726-рг.;
* Приказ МО и Н РФ от 29.08.2013г. №1008 г.Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима образовательных организаций дополнительного образования детей»(в общеобразовательных учреждениях) Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека. Постановление от 4.07.2014г. №41;
* Устав гимназии №9.-Положение о рабочей программе педагога дополнительного образования МБОУ Гимназия №9

**ЦЕЛЬ**: Формирование танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся, развитие устойчивого интереса к хореографическому искусству через овладение основами хореографической культуры необходимой для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм в соответствии с ФГТ.

**Образовательная** цель: приобретение учащимися опорных знаний, умений и способов хореографической деятельности, обеспечивающих в совокупности необходимую базу для последующего самостоятельного знакомства с хореографией, самообразования и самовоспитания

**Задачи**:

* формирование устойчивых навыков правильной осанки и походки, совершенствование основных, естественных движений.;
* формирование знаний элементов и основных комбинаций классического, бального, народного танца, совершенствование техники выполнения танцевальных пластических движений;
* формирование знаний о особенностях постановки корпуса, ног, рук, головы в танцевальных комбинациях;
* формирование умения распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, со­хранять рисунок танца;
* формирование у учащихся навыков оценки и самооценки, рефлексии учебной деятельности.
* Формирование техники создания художественного образа в разных видах и жанрах искусства: хореография, театрализация;
* Формирование умения оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения, умения самостоятельно определять цели своего обучения;

**Развивающая** цель: Развитие индивидуальных творческих и специальных способностей обучающихся, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

**Задачи**:

* развитие внешних сценических данных, выразительности движения, умений передавать характер образа в танцевальных композициях;
* развитие специальных физических данных: координации движений, выворотность ног, гибкость тела, состояние стоп, танцевальный шаг, прыжок;
* развитие музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства метроритма, музыкальной памяти;
* развитие внимания, воли и памяти учащегося,
* формирование культуры здоровья, укрепление здоровья;
* укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата учащегося;
* формирование информационно-коммуникативных компетенций учащихся;
* развитие поисково-творческой деятельности учащихся

**Воспитательная** цель: формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе.

**Задачи**:

* освоение эмоционально выразительного исполнения изученных танцевальных композиций различного характера и уровня сложности;
* воспитание культуры межличностного общения;
* совершенствование умений у обучающихся работать в группе, умения чувствовать партнера, взаимодействовать с ним в процессе выполнения танцевальной композиции;
* формирование эстетического вкуса, пробуждение эстетических чувств;
* содействие формированию позитивного отношения учащихся к здоровому стилю жизни;
* формирование личностных качеств: трудолюбия, выносливости, целеустремлённости, настойчивости, упорства, выработка твердости характера, умения выдерживать высокую степень физического и нервного напряжения;

воспитание интереса к национальной культуре.

Образовательная модифицированная программа по хореографии рассчитана на детей от 8 до 9 лет. Занятия проводятся согласно учебно-тематическому плану учащихся, три раза в неделю по 1 час 30 минут. В объединение принимаются все желающие дети без предварительного просмотра. К занятиям хореографией допускаются учащиеся на основании ежегодного медицинского заключения врача. Программа составлена с учетом возрастных и психологических особенностей детей, что способствует более успешному освоению программного материала, и создает атмосферу безопасности в процессе обучения. Содержание программы обучения предусматривает введение новых разделов:  **«**Основные элементы и движения народных танцев», «элементы детской бальной хореографии». Учащиеся изучают основные элементы русского танца и движения татарского танца, знакомятся с историей танцевальной культуры региона, национальными костюмами, музыкально-ритмическим складом народных мелодий. Усложнение программного материала происходит за счет введения новых, более сложных в выполнении движений, требующих контроля за дыханием.

**Ожидаемые результаты**: Программа обеспечивает достижение учащимися определенных личностных, метапредметных и предметных результатов

**Личностные результаты** отображаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения учебного предмета «В мире танца»:

* Ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию;
* Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;
* Коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности;

Эстетическое сознание художественного наследия народов России и мира.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень информированности универсальных способностей учащихся, проявляющихся в познавательной и практической творческой деятельности:

* Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности,
* Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
* Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи;
* Владение основами самооценки;
* Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

**Предметные результаты** характеризуют опыт учащихся в хореографической деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета:

* Уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в национальных образах предметно-материальной и пространственной среды, в понимании красоты человека;
* Опыт создания художественного образа в разных видах и жанрах (хореография, театр);
* Исполнительский опыт в различных видах хореографии и оздоровительных техниках;
* Активное отношение к традициям художественной культуры; устойчивый интерес к творческой деятельности.

Программой предусмотрены различные формы работы: фронтальная, групповая, индивидуальная, выбор которых зависит от этапов занятия. В основной части занятия при ознакомлении с новым материалом используется фронтальная форма работа, при первичном закреплении – групповая, при отработке отдельных элементов и комбинаций – индивидуальная. При организации образовательной деятельности используются педагогические технологии: дифференцированного обучения, здоровье сберегающие технологии, компьютерные технологии.

Применение на занятиях хореографии дифференцированной технологии позволяет обеспечить одинаковый темп продвижения каждого обучающегося, способствует более прочному и осознанному усвоению программного материала, предоставляет возможность работать в полную меру творческих сил, ощущать радость труда, развивает уверенность в себе. Используются разноуровневые задания: карточки, перфокарты, кроссворды, дидактические игры, тесты. Обучающимся предоставляется право выбора уровня сложности задания. Система разноуровневого контроля знаний, умений и навыков, способствует повышению активности учащихся и работоспособности на занятиях, привитию интереса к собственной познавательной деятельности.

Неотъемлемой частью образовательного процесса является валеологический аспект. Здоровьесберегающие технологии, используются с целью развития физических способностей детей, их более активного оздоровления и сохранения здоровья. На занятиях хореографии проводятся: беседы о здоровом образе жизни с просмотром презентаций; в программу введены гармонизирующий и терапевтический комплекс упражнений хатха-йоги, кинезотерапии, логоритмики. В каникулярное время организовываются брейн – ринги по теме «Твое здоровье твой стиль жизни», Дни здоровья. Обязательным условием является соблюдение правил техники безопасности, гарантирующих охрану и укрепление физического и психологического здоровья обучающихся. В процессе реализации вышеуказанных форм по здоровье сбережению, у обучающихся вырабатываются: навыки самостоятельной оценки здоровья; умение пользоваться имеющимися возможностями организма для сохранения здоровья с наименьшими негативными последствиями.

В образовательном процессе используются компьютерные технологии. На занятиях применяются разработанные тестовые задания, итоговые контрольные срезы, которые переложены на электронные носители. Обучающиеся выполняют домашние задания с использованием Интернета.

***Условия реализации программы.***

Для реализации программы имеется просторное, светлое, хорошо проветриваемое помещение, оборудованное специально для занятий хореографией: зал соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям безопасности, на одного обучающегося приходится 3,6 кв.м.

Пол деревянный. Вдоль стен расположены станки – гладкие, деревянные палки для опоры на высоте 95 см от пола. На противоположной стене расположены зеркала.

Фортепиано стоит в удобном месте так, чтобы аккомпаниатору, сидящему за инструментом, были видны обучающиеся. Рядом расположен музыкальный центр и диски.

На одной из стен находятся часы, они необходимы для педагога регулировать длительность исполнения экзерсиса и когда заканчивается урок.

Для обучающихся есть раздевалка, оборудованная скамейками, число вешалок соответствует числу обучающихся в группе. В зале оформлен стенд с правилами техники безопасности, правилами поведения обучающихся на занятиях и во время перемены.

Одежда (форма для занятий) обучающихся удобная, не стесняющая движения и не вызывающая перегрева (желательно единая: у девочек – купальник с юбочкой, лосины; у мальчиков – белая футболка, шорты).

Обувь: для занятий классического танца – мягкие балетки (чешки), хорошо укрепленные на ногах; для занятий народным танцем – туфли на каблучке 3 см (каблучок устойчивый, подошва без платформы).

Перед занятием педагог готовит необходимый реквизит (мячи, скакалки, коврики...), а так же наглядные пособия и дидактический материал. Образовательный процесс обеспечен необходимыми техническими средствами обучения, которые находятся в хорошем состоянии и соответствуют современным требованиям СанПиНа.

Для реализации программы имеется необходимая методическая литература, наглядный материал, дидактический материал по годам обучения, богатый материал по валеологическому сопровождению образовательного процесса с инновационными подходами, пакет диагностических методик по психолого-педагогическому сопровождению, схемы оздоровительных, воспитательных мероприятий с комплектацией материала, инструкции по технике безопасности, правилам поведения.

***УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН II ГОДА ОБУЧЕНИЯ.***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название разделов и тем | Кол-во часов | | |
| всего | теория | практика |
| **1** | **Вводное занятие.** | **4** | **2** | **2** |
| 1.1 | Вводное занятие. Нулевой срез. Вводный инструктаж по технике безопасности. Первичный инструктаж. | 2 | 1 | 1 |
| *1.2* | Хореография, её направления и формы. Хотите стать моделью? Что для этого важно. | 2 | 1 | 1 |
| ***2*** | **Ритмика** | **34** | **8** | **26** |
| *2.1* | Упражнения на совершенствование осанки и походки. | 6 | 1 | 5 |
| *2.2* | Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков посредством различных видов ходьбы и бега. | 8 | 2 | 4 |
| *2.3* | Положения рук и ног. | 4 | 1 | 3 |
| *2.4* | Упражнения на развитие всех частей тела. | 8 | 1 | 7 |
| *2.5* | Контрольный срез по разделу. Работа по карточкам. Дидактическая игра «Пазлы». | 2 | 1 | 1 |
| *2.6* | Рисунки, исходящие из линии. | 2 | 1 | 1 |
| *2.7* | Рисунки, исходящие из круга. | 2 | - | 2 |
| *2.8* | Разучивание этюда на основе рисунков.  Контрольный срез по разделу. Работа по карточкам. | 2 | 1 | 1 |
| *2.9* | Упражнения на развитие плечевого пояса, жестов и поз. | 2 | 1 | 1 |
| *2.10* | Этюды на пластическую и смысловую выразительность рук. | 2 | 1 | 1 |
| *2.11* | Симметричные и асимметричные сочетания движений рук. Контрольный срез по разделу. Дидактическая игра «Лото» | 2 | 1 | 1 |
| ***3*** | **Партерная гимнастика.** | **24** | **7** | **17** |
| *3.1* | Комплекс упражнений, направленный на разминку и укрепление всех групп мышц тела. | 16 | 4 | 12 |
| *3.2* | Игровой стретчинг. | 6 | 2 | 4 |
| *3.3* | Контрольный срез по разделу. Работа по карточкам. | 2 | 1 | 1 |
| **4** | **Технологии здоровьесбережения.** | **4** | **2** | **2** |
| 4.1 | Беседа на тему «Здоровый образ жизни». Логоритмика. | 2 | 1 | 1 |
| 4.2 | Кинезотерапия. | 2 | 1 | 1 |
| ***5*** | **Практическая хатха-йога.** | **20** | **6** | **14** |
| *5.1* | Гармонизирующий комплекс. Асаны. | 14 | 4 | 10 |
| *5.2* | Дыхательная гимнастика. Пранаяма. | 4 | 1 | 3 |
| *5.3* | Промежуточная аттестация. Дидактическая игра «Угадай-ка» | 2 | 1 | 1 |
| **6** | **Работа над репертуарными композициями.** | **56** | **12** | **44** |
| 6.1 | Разучивание движений композиций . | 24 | 6 | 18 |
| 6.2 | Репетиционная работа. | 36 | 6 | 26 |
| **7** | **Промежуточная аттестация.** Тест. | **2** | **2** | **-** |
| **8** | **Воспитательные мероприятия и концертная деятельность** | **16** | **6** | **10** |
| **9.** | **Итоговое занятие.** | **2** | **-** | **2** |
|  | **Итого:** | **162** | **45** | **117** |

Календарно-тематическое планирование

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Тема занятия | Содержание | Кол-во часов |
| 1. | 02.09.20 | Организационное занятие | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Тестирование на выявление музыкально- ритмических и физических качеств. | 1.5 |
| 2. | 04.09.20 | Партерная гимнастика | Упражнения на совершенствование осанки и походки. Знакомство с признаками хорошей осанки. | 1.5 |
| 3. | 07.09.20 | Закрепление знаний | Повторение разминки и растяжки прошлого года. Повторение танцев. | 1.5 |
| 4. | 09.09.20 | Особенности марша | Марш без рук, с руками. Учимся маршировать с натянутым подъемом. | 1.5 |
| 5. | 11.09.20 | Упражнения на ориентировку | Выход из шахматного рисунка в круг, разминка по кругу, выход обратно на середину. | 1.5 |
| 6. | 14.09.20 | Виды бега | Бег с захлестом, с натянутым подъемом, бег с высоко поднятыми коленями, с прямыми ногами, галоп. Выполнение упражнений по кругу и на месте на середине. Работа над постановкой – танец | 1.5 |
| 7. | 16.09.20 | Осанка танцора | Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений. | 1.5 |
| 8. | 18.09.20 | Знакомство с классическим танцем | Изучение позиций рук и ног. Работа над танцем | 1.5 |
| 9. | 21.09.20 | Знакомство с классич. танцем | Выполнение простейших классических упражнений: battement releve, demi plie, grand plie. Работа над постановкой – танец . | 1.5 |
| 10. | 23.09.20 | Партерная гимнастика | Выполнение упражнений на растяжку: качели, прогиб, шпагат. | 1.5 |
| 11. | 25.09.20 | Знакомство с классич. танцем | Выполнение простейших классических упражнений: grand battement Закрепление изученных ранее упражнений. | 1.5 |
| 12. | 28.09.20 | Работа над постановкой | Разминка – стретчинг. Работа над танцем . | 1.5 |
| 13. | 30.09.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем. Подготовка к концерту. | 1.5 |
| 14. | 02.10.20 | День учителя | Подготовка к концерту. Прогон номеров | 1.5 |
| 15. | 05.10.20 | Работа в парах | Изучение элементов комбинаций, выполняемых в парах – поскоки в паре, сцепка руками. | 1.5 |
| 16. | 07.10.20 | Партерная гимнастика | Упражнения: «бабочка», «березка», «озеро». | 1.5 |
| 17. | 09.10.20 | Знакомство с классическим танцем | Закрепление упражнений классического танца, изученных ранее. | 1.5 |
| 18. | 12.10.20 | Упражнения на ориентировку в пространстве | Перестроения из расстановки на середине друг за другом в шахматный порядок, в круг и обратно. Построение в 2 колонны, в 1 колонну. | 1.5 |
| 19. | 14.10.20 | Партерная гимнастика | Выполнение джазовой растяжки, упражнение «лягушка», «колечко», «мостик». | 1.5 |
| 20. | 16.10.20 | Партерная гимнастика | Port de bras.Выполнение наклонов в сторону и вперед, назад. | 1.5 |
| 21. | 19.10.20 | Партерная гимнастика | Port de bras Выполнение наклонов вперед , с прогибом спины, прогибы назад, упражнение «мельница». | 1.5 |
| 22. | 21.10.20 | Партерная гимнастика | Выполнение упражнений «носочки-пяточки», «шея-голова-спина», резкие наклоны к ногам (6 позиция ног). | 1.5 |
| 23. | 23.10.20 | Партерная гимнастика | Изучение упражнения «сели-выросли», растяжка с выпадом ноги вперед. | 1.5 |
| 24. | 26.10.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 25. | 28.10.20 | Партерная разминка | Port de bras с продвижением вперед по линиям. | 1.5 |
| 26. | 30.10.20 | Партерная разминка | Выполнение махов ногами на месте (вперед, в стороны, назад) и в продвижении по линиям. | 1.5 |
| 27. | 02.11.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 28. | 09.11.20 | Партерная разминка | Изучение комбинации прыжков: 4 с прямыми ногами, 4 ноги в разножку – 4 раза. | 1.5 |
| 29. | 11.11.20 | Партерная разминка | Изучение комбинации прыжков: 4 с прямыми ногами, 4 ноги поджатые – 4 раза. | 1.5 |
| 30. | 13.11.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 31. | 16.11.20 | Партерная разминка | Изучение комбинации прыжков: 4 с прямыми ногами, 4 колени вперед к груди. | 1.5 |
| 32. | 18.11.20 | Партерная разминка | Изучение комбинации прыжков: 4 с прямыми ногами, 4 «складка». | 1.5 |
| 33. | 20.11.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 34. | 23.11.20 | Партерная разминка | Отработка комбинаций прыжков. | 1.5 |
| 35. | 25.11.20 | Партерная разминка | Разминка на середине с отработкой изученных ранее упражнений и окончанием комбинации из прыжков. | 1.5 |
| 36. | 27.11.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 37. | 30.11.20 | Партерная разминка | Разминка на середине с отработкой изученных ранее упражнений и окончанием комбинации из прыжков. | 1.5 |
| 38. | 02.12.20 | Партерная разминка | Разминка на середине с отработкой изученных ранее упражнений и окончанием комбинации из прыжков. | 1.5 |
| 39. | 04.12.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 40. | 07.12.20 | Партерная разминка | Изучение комбинации прыжков: 4 с прямыми ногами, 2 ноги врозь. | 1.5 |
| 41. | 09.12.20 | Партерная разминка | Изучение комбинации прыжков: 4 с прямыми ногами, 2 ноги врозь с поворотом. | 1.5 |
| 42. | 11.12.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 43. | 14.12.20 | Партерная разминка | Отработка марша на месте (без рук, с руками), начинать и заканчивать марш с одной ноги. | 1.5 |
| 44. | 16.12.20 | Партерная разминка | Отработка поскоков на месте. Делать поскоки с натянутым подъемом. | 1.5 |
| 45. | 18.12.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 46. | 21.12.20 | Ритмико-гимнастические упражнения | Повороты и наклоны головы в стороны, вниз-вверх, круговые движения головой в разные стороны. | 1.5 |
| 47. | 23.12.20 | Ритмико-гимнаст. упр. | Упражнения плечами – по одному, по два. Упражнения кистями рук – сжать-разжать, круговые упражнения кистями. | 1.5 |
| 48. | 25.12.20 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 49. | 28.12.20 | Ритмико-гимнаст. упр. | Круговые движения локтями, плечами, махи руками вверх-вниз и в стороны. | 1.5 |
| 50. | 30.12.20 | Ритмико-гимнаст. упр. | Чередование упражнений изученных ранее под музыку. | 1.5 |
| 51. | 11.01.21 | Работа над постановкой | Стретчинг. Работа над танцем | 1.5 |
| 52. | 13.01.21 | Партерная разминка | Тренаж | 1.5 |
| 53. | 15.01.21 | Ритмико-гимнаст. упр. | Отработка упражнения «колесо», «рондат». | 1.5 |
| 54. | 18.01.21 | Ритмико-гимнаст. упр. | Выполнение переворотов с локтей на ноги через мостик. | 1.5 |
| 55. | 20.01.21 | Работа над постановкой | Тренаж . Повторение танца «Хорошее настроение». | 1.5 |
| 56. | 22.01.21 | Партерная разминка | Повороты и наклоны головы в стороны и вверх-вниз. Круговые движения головой. | 1.5 |
| 57. | 25.01.21 | Партерная разминка | Сжимание и разжимание пальцев в кулак, круговые движения кистями, локтями. | 1.5 |
| 58. | 27.01.21 | Работа над постановкой | Стретчинг. Повторение ранее изученных танцев. | 1.5 |
| 59. | 01.02.21 | Партерная разминка | Круговые движения плечами, поднятие и опускание плечей – по очереди по одному, оба одновременно. | 1.5 |
| 60. | 03.02.21 | Партерная разминка | Махи руками – в стороны, вверх-вниз, круговые движения руками. | 1.5 |
| 61. | 05.02.21 | Работа над постановкой | Тренаж. Отработка ранее изученных танцев. | 1.5 |
| 62. | 08.02.21 | Партерная разминка | Наклоны в стороны и к ногам, скручивание корпуса. | 1.5 |
| 63. | 10.02.21 | Партерная разминка | Махи ногами вперед с переступанием. Махи в продвижении по линиям. Учиться вступать на начало музыкального квадрата. | 1.5 |
| 64. | 12.02.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем . | 1.5 |
| 65. | 15.02.21 | Партерная гимнастика | Упражнения для улучшения выворотности ног: лягушка, лягушка на животе. Упражнение: стойка на лопатках. | 1.5 |
| 66. | 17.02.21 | Партерная гимнастика | Большие броски в положении лежа в разные стороны с переворотом с бока на бок и на спину. | 1.5 |
| 67. | 19.02.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем. | 1.5 |
| 68. | 22.02.21 | Партерная гимнастика | Упражнения: солдатик, бабочка, 2лучика солнца, солнышко, маятник, флажок, морские волны. | 1.5 |
| 69. | 24.02.21 | Партерная гимнастика | Упражнения на развитие гибкости: каробочка, лодочка, кошка, корзиночка, велосипед. | 1.5 |
| 70. | 26.02.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем. | 1.5 |
| 71. | 01.03.21 | Партерная гимнастика | Упражнения на развитие гибкости: мостик, колечко. Выполнение мостика с ног. | 1.5 |
| 72. | 03.03.21 | Партерная разминка | Отработка комбинаций прыжков, изученных ранее. | 1.5 |
| 73. | 05.03.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем . | 1.5 |
| 74. | 10.03.21 | Танцевальная импровизация | Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку. | 1.5 |
| 75. | 12.03.21 | Знакомство с народным танцем | Постановка корпуса, рук и ног для народного танца. Изучение позиций рук и ног. | 1.5 |
| 76. | 15.03.21 | Знакомство с нар.танцем | Изучение припадания. | 1.5 |
| 77. | 17.03.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем . | 1.5 |
| 78. | 19.03.21 | Знакомство с нар.танцем | Изучение ковырялочки, ковырялочки с притопами, ковырялочки с прыжком. | 1.5 |
| 79. | 22.03.21 | Знакомство с нар.танцем | Работа над присядкой, подсечкой, крокодильчиком. | 1.5 |
| 80. | 24.03.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем . | 1.5 |
| 81. | 26.03.21 | Знакомство с нар.танцем | Изучение вращений на месте: учить держать точку. | 1.5 |
| 82. | 29.03.21 | Знакомство с нар.танцем | Отработка вращений на месте: припадание в повороте. | 1.5 |
| 83. | 31.03.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем . | 1.5 |
| 84. | 02.04.21 | Знакомство с нар.танцем | Отработка вращений на месте: вращение по 6 позиции. | 1.5 |
| 85. | 05.04.21 | Знакомство с нар.танцем | Отработка вращение на месте. | 1.5 |
| 86. | 07.04.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем . | 1.5 |
| 87. | 09.04.21 | Знакомство с нар.танцем | Отработка вращение на месте. | 1.5 |
| 88. | 12.04.21 | Знакомство с нар.танцем | Изучение русской комбинации с вращением, ковырялочкой и припаданием. | 1.5 |
| 89. | 14.04.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем. | 1.5 |
| 90. | 16.04.21 | Знакомство с нар.танцем | Отработка русской комбинации с вращением, ковырялочкой и припаданием. | 1.5 |
| 91. | 19.04.21 | Знакомство с нар.танцем | Отработка русской комбинации с вращением, ковырялочкой и припаданием. | 1.5 |
| 92. | 21.04.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем . | 1.5 |
| 93. | 23.04.21 | Партерная разминка | Повторение и отработка комбинаций прыжков. | 1.5 |
| 94. | 26.04.21 | Партерная разминка | Повторение и отработка комбинаций прыжков. | 1.5 |
| 95. | 28.04.21 | Работа над постановкой | Работа над танцем. | 1.5 |
| 96. | 30.04.21 | Партерная разминка | Повторение и отработка комбинаций прыжков. | 1.5 |
| 97. | 03.05.21 | Элементы классич. танца | Повторение изученных ранее элементов классического танца. | 1.5 |
| 98. | 05.05.21 | Партерная гимнастика | Повторение изученных ранее элементов гимнастики и разминки. | 1.5 |
| 99. | 07.05.21 | Работа над постановкой | Стретчинг. Повторение изученных ранее танцев и их отработка. | 1.5 |
| 100. | 10.05.21 | Элементы классич. танца | Повторение изученных ранее элементов классического танца. | 1.5 |
| 101. | 12.05.21 | Партерная гимнастика | Повторение изученных ранее элементов гимнастики и разминки. | 1.5 |
| 102. | 14.05.21 | Работа над постановкой | Тренаж. Повторение изученных ранее танцев и их отработка. | 1.5 |
| 103. | 17.05.21 | Элементы классич. танца | Повторение изученных ранее элементов классического танца. | 1.5 |
| 104. | 19.05.21 | Партерная гимнастика | Повторение изученных ранее элементов гимнастики и разминки. | 1.5 |
| 105. | 21.05.21 | Работа над постановкой | Стретчинг. Повторение изученных ранее танцев и их отработка. | 1.5 |
| 106. | 24.05.21 | Работа над постановкой | Повторение изученных ранее танцев и их отработка. | 1.5 |
| 107. | 26.05.21 | Работа над постановкой | Повторение изученных ранее танцев и их отработка. | 1.5 |
| 108. | 28.05.21 | Работа над постановкой | «Я танцую!» игра импровизция | 1.5 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ II ГОДА ОБУЧЕНИЯ

# 

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Базовые компоненты** |
| **1** | **Вводное занятие.** |  |
| 1.1 | *Вводное занятие. Нулевой срез. Вводный инструктаж по технике безопасности.*  *Первичный инструктаж*.  - Тестирование на выявление музыкально- ритмических и физических качеств (чувство ритма, гибкость). Знакомство с правилами техники безопасности, правилами дорожного движения; требованиям к занятиям хореографии (форма, обувь, прическа); с планом сцены, точками в зале хореографии. | Инструктаж.  Тестирование.  Правило.  План сцены.  Точки в зале. |
| 1.2 | *Хореография, её направления и формы.*  *Хотите стать артистом? Что для этого важно.*  - Знакомство с направлениями и формами хореографии; с требованиями, предъявляемыми к артистам балета. Просмотр видео материала с выступлениями коллектива. | Хореография.  Направление.  Форма. Стандарты.  Гибкость. Осанка.  Равновесие. |
| **2** | **Ритмика.** |  |
| 2.1 | *Упражнения на совершенствование осанки и походки*. – Знакомство с признаками хорошей осанки, недостатками походки и способами их устранения.  -Изучение техники выполнения бытового шага с постановкой ноги на одну прямую вперед; этюдов, развивающих элементы характерности в походке и статических положениях тела в предлагаемых обстоятельствах: «толстый и тонкий», «моряки» и т.д. | Недостаток.  Устранение.  Техника.  Характерность.  Этюд. |
| 2.2 | *Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков посредством различных видов ходьбы и бега.*  *-* Знакомство с видами:  \* шагов: с носка, на полупальцах, с высоким подниманием бедра  \* бега: легкий, широкий,  \* подскоков: легкие, энергичные. | Равномерность.  Подскоки.  Энергичность.  Фиксация.  Бедро.  Полупальцы. |
| 2.3 | *Положения рук и ног.*  - Знакомство с положениями рук (опущены, на талии), ног (вытянутые, мягкие), позициями ног (свободная, выворотная, параллельная). Ходьба в сочетании с движениями рук. | Позиция:  -выворотная,  -параллельная.  Сочетание. |
| 2.4 | *Упражнения на развитие всех частей тела.*  - Разучивание комплекса упражнений «Тающая сосулька» на разогрев мышц, с использованием техники «твердые и мягкие» части тела. | Разогрев.  Расслабление.  Напряжение.  Развитие.  1-й свободная позиция.  Полупальцы. |
| 2.5 | *Рисунки, исходящие из линии.*  -Знакомство с рисунками танца, правилами и логикой перестроения (колонна, диагональ и т.д.) | Построение.  Рисунок.  Логика. |
| 2.6 | *Рисунки, исходящие из круга.*  Знакомство с рисунками, имеющими округлые формы (змейка, звездочка). |
| 2.7 | *Разучивание этюда на основе рисунков.* |  |
| *2.8* | *Упражнения на развитие плечевого пояса, жестов и поз*.  - Изучение и импровизация жестов (утверждающие, отрицающие, указывающие) и поз (зафиксированные во времени момента сценического действия).  - Игры: «Первичное движение», «Повтори позу», «Ожившая фотография», «Стоп кадр». | Плечевой пояс.  Импровизация.  Жест. |
| *2.9* | *Этюды на пластическую и смысловую выразительность рук.*  - Изучение упражнений на развитие пластики пальцев, кисти, локтя, плеча: «Волна», «Крылья», «Крест», «Гладить кошку», «Дворники у машины».  - Выполнение движений на смысловую выразительность рук: «Игра в снежки», «Фруктовый сад», «Смола». | Пластичность.  Выразительность. |
| *2.10* | *Симметричные и асимметричные сочетания движений рук. Контрольный срез по разделу.Дидактическая игра «Лото».*Выполнение движений на развитие координации, которые строятся из различных вариантов в сочетании одноименных и разноименных движений: «Мельница», «Туда-сюда». | Симметрия.  Асимметрия. |
| ***3*** | **Партерная гимнастика.** |  |
| *3.1* | *Комплекс упражнений, направленный на развитие и укрепление всех групп мышц тела.*  - Изучение постановки корпуса сидя; вытягивание, сокращения и вращения стоп одновременно и поочередно;  - Выполнение упражнений для развития гибкости плечевого и поясничного суставов: «Качалка», «Коробочка», «Плуг», «Извивка», «Кольцо» стоя на коленях.  - Упражнения на исправление осанки: «Кошечка добрая и сердитая», «Кузнечик», «Мыльный пузырь», махи «Противоход» в положении стоя на четвереньках. | Сустав.  Гибкость. |
| *3.2* | *Игровой стретчинг.*  - Знакомство с правилом: начинать растягиваться на выдохе, затем дышать нормально и заканчивать упражнение вдохом; перед началом растяжки тщательно разминаться;  - Выполнение движений: «Травка выросла и завяла», «Часики на животе», «Крокодил зевает и щелкает зубами», «Лягушка». | Стретчинг. |
| *3.3* | *Контрольный срез по разделу.*  Работа по карточкам. |  |
| **4** | **Технологии здоровьесбережения.** |  |
| 4.1 | *Беседа на тему «Здоровый образ жизни*». *Логоритмика.*  - Знакомство с понятием «Здоровый образ жизни». Просмотр презентации «Алкоголь, табакокурение, наркотики»  - Знакомство с методом оздоровления «Логоритмика»  - Разучивание упражнений логоритмической гимнастики с использованием движений  - Разучивание упражнений логоритмической гимнастики с использованием предметов (мяч, скакалка, погремушки). Накладывание на слова определенного действия с предметом. (на четкий ритм, сильную долю или сочетание ритма (М-М-Б-Б-М…); | Логоритмика.  Ритм.  Сильная доля.  Сочетание ритма. |
| 4.2 | *Кинезотерапия.*  **-**Разучивание комплекса упражнений для брюшного пресса, состоящий из трех составных групп:  \* упражнения с подниманием ног из положения лежа (для мышц нижнего отдела живота)  \* упражнения с подниманием корпуса из положения лежа с закрепленными ногами.  \* упражнения (сидя и лежа) включающие повороты корпуса (для косых мышц живота). | «Биологическое болото».  «Пневматическая подушка».  Гипотрофия мышц тела. |
| **5** | ***Практическая хатха-йога.*** |  |
| 5.1 | *Гармонизирующий комплекс. Асаны.*  - Знакомство с оздоровительным методом хатха-йога.  - Разучивание статических упражнений входящих в гармонизирующий и терапевтический комплекс. Выполнение поз (асан):  \* укрепляющие мышечный корсет (тонические мышцы спины, груди, живота),  \* развивающие гибкость позвоночника, подвижность суставов, эластичность связок, сухожилий,  \* исправляющие вялую осанку, сутулость;  \* развивающие воображение, мимику, жесты, пантомимику. | Асана.  Равновесие.  Скручивание.  Поза. |
| 5.2 | *Дыхательная гимнастика. Пранаяма.*  - Знакомство с трехфазным дыханием (верхним, средним нижним). Значение дыхательных упражнений.  - Выполнение дыхательных упражнений с глубоким вдохом носом, выдох удлинённый со звуками: «У, «ЗЗЗ» и т.д. | Фаза дыхания.  Пранаяма. |
| 5.3 | *Промежуточный контрольный срез.* Дидактическая игра «Угадай-ка». |  |
| **6** | **Работа над репертуарными композициями.** |  |
| 6.1 | Разучивание движений композиций. | Композиция. |
| 6.2 | Репетиционная работа. | Репетиция. |
| **7** | **Промежуточная аттестация.** Тест. |  |
| **8** | **Воспитательные мероприятия и концертная деятельность.** |  |

***ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ II ГОДА ОБУЧЕНИЯ.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел | ЗУН | Формы отслеживания |
| **1** | **Вводное занятие** | *Знать:*   * технику безопасности, правила дорожного движения; * что такое хореография; * виды, формы хореографии;   *Уметь:*   * по костюму и музыки определять вид танца; * объяснять, кто такая балерина;   объяснять, от чего зависит успех в танцах. | Игра «Собери пазлы».  Аукцион  «Мир танца» Игра «Угадай-ка».  Конкурс «Танцуй веселей с нами скорей!» |
| ***2*** | **Ритмика.** | *Знать:*  ■ признаки правильной осанки;  положения рук и ног;  ■ основные упражнения на развитие всех частей тела.  *Уметь:*  ■ расслаблять и напрягать мышцы.  *Владеть навыком:*  ■ различных видов ходьбы и бега в соответствии с музыкой. | Игра «Деревянные и тряпочные куклы»  Карточки. |
|  | **.** | **Основные**  **построения**  *Знать:*  ■ рисунки танцев.  *Владеть навыком:*  ■ быстрого перестроения во время этюдов и танцев. | Составление этюда или хоровода на основе рисунков.  Перфокарты.  Игры: «Будь ведущим», «Быстро по местам». |
|  |  | **Пластическая**  **выразительность рук.**  *Знать:*  ■ упражнения на развитие плечевого пояса, жестов и поз;  ■ этюды на пластическую и смысловую выразительность рук.  Уметь:  ■ двигать всей рукой и её частями в сочетании с движениями;  ■ выполнять симметричные и асимметричные сочетания движений рук. | Игра «Лото». |
| ***4*** | **Практическая**  **хатха-йога.** | *Знать:*  ■ фазы дыхания;  ■ статические позы (асаны).  *Уметь:*   * регулировать дыхание в любых положениях тела, независимо от ритма движения;   ■ правильно выполнять статические позы (асаны). | Игра «Карусель» Игра «Угадай-ка». |
| ***6*** | **Партерная**  **гимнастика.** | ***Знать*:**  ■ упражнения на исправление осанки;  ■ упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов;  ***Уметь:***  ■ вытягивать, сокращать и вращать стопами одновременно и поочередно;  ■ выполнять комплекс упражнений, направленный на развитие и укрепление всех групп мышц тела;  *Владеть навыками:*  ■ постановки корпуса сидя и лежа;  - выполнения по основным правилам упражнений стретчинга. | Работа по карточкам. |
| **7** | **Технологии**  **здоровьесбережения.** | ***Знать:***  ■ методы оздоровления «Логоритмика», «Кинезотерапия»;  ***Уметь*:**  ■ выполнять комплекс упражнений для брюшного пресса, состоящий из трех составных групп;  *Владеть навыками:*  ■ подтянутых мышц брюшного пресса при выполнении любых движений. | Викторина. |
| **8** | **Работа над**  **репертуарными композициями** | ***Знать:***  ■ опережающее «слышать» внутренний ритм музыки (музыкальную фразу, предложение, будущую кульминацию звучания);  ***Уметь*:**  ■ связи движения, в единстве с эмоциональными впечатлениями и музыкально-ритмического и метроритмического слушания.  *Владеть исполнительскими навыками:*  ■ координацией движений, эмоциональностью и пластичностью в танце, чистотой исполнения технических приемов. | Включенное педагогическое наблюдение |
| **9** | **Промежуточная аттестация.** | ***Знать:***  ■ пройденный программный материал | Тест. |
| **10** | **Воспитательные мероприятия и**  **концертная**  **деятельность** | Привитие интереса и стремления к творческой деятельности, к повышению хореографической и музыкальной культуры. | Результат конкурса, мнение жюри, зрителей. |
| **11** | **Итоговое занятие.** |  |  |

***СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА***

1. Базарова Н.П. Классический танец. – Л.: Искусство, 2009.
2. Бодалев А.А., Малькова З.А., Новикова Л.Н. и др. Концепция воспитания школьников в современных условиях. – М.: Институт теоретической педагогики и международных исследований в образовании РАО, 2008. – С. 54 – 72.
3. Баднин И.А. Отбор детей в хореографическое училище// Охрана труда и здоровье артистов балета. - М., 2008.
4. Бахрах И.И., Дорохов Р.Н. Физическое развитие школьников 8-17 лет в связи с индивидуальными темпами роста и формирования организма // Смоленск, 2010.
5. Блазис К. Искусство танца / Пер. с фр. О. Н. Брошниковского / М.- Л.,2007.
6. Блок Л. Д. Классический танец. История и современность, - М.,2009.
7. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры. Программа экспериментального курса. – М., Издательство «Новая школа», 2007.
8. Ваганова А. Я. Основы классического танца. - Л.,2008.
9. Властовский В.Г. Акселерация роста и развития детей, - М.: Изд-во МГУ, 2008.
10. Гальперин С.Н. Анатомия и физиология человека. – М.,2007.
11. Игнатьева Т.П. Практическая хатха - йога. – СПб., 2008.
12. Кавеева А.И. Гимнастика в хореографии.- Казань, 2009.
13. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца. – М. – Л.,2007.
14. Миронова З.С., Баднин И.А. Медицинское и социально-психологические аспекты отбора детей в хореографическое училище. – М., 2006..
15. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике. – М., 2007.

***СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ***

1. Логинова В.А. Заметки художника-гримера.
2. Тарасов Н.И. Классический танец.- М., 2008.
3. Ткаченко Т.С. Народный танец, - М., 2007.
4. Методическое пособие по приёму в хореографическое училище, М., 2007.
5. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать. – М.:, 2008.
6. Фирилева Ж.Г.Са-фи-данс/Учебное пособие для школьников.-М.-2007.

***ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ***

1. <http://zvetik7.ru/programma-obuchenia/horeo.html>
2. <http://www.horeograf.com/>
3. <http://www.ddtmosk.spb.ru/all/informaciya-dlya-roditelei-malyshei/obrazovatelnaya-programma-po-horeografii-azbuka-tanc>
4. <http://muzikalkairk.ucoz.ru/load/obuchenie_detej_iskusstvu_khoreografii/3-1-0-525>
5. <http://festival.1september.ru/articles/587644/>
6. <http://mdou210.edu.yar.ru/dopolnitelnoe_obrazovanie/svedeniya_o_programme_obucheniya.html>
7. <http://www.sov-dance.ru/text/pedchor/>