

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КАЗАНИ
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ ПО АВИАСТРОИТЕЛЬНОМУ И НОВО-САВИНОВСКОМУ РАЙОНАМ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» НОВО-САВИНОВСКОГО РАЙОНА г. КАЗАНИ

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «31» августа 2021 г.



«Утверждаю»
Директор МБУДО ЦДТ
М Медведева М.Н.
от «31» августа 2021 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ»

Направленность: художественная

Возраст учащихся: 7-15 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Мясарова Ольга Александровна,
педагог дополнительного образования
Квалификационной категории

г.КАЗАНЬ, 2020

Оглавление

1.	Пояснительная записка	Стр. 3
2.	Учебно-тематический план и содержание программы 1 года обучения	Стр. 8
3.	Учебно-тематический план и содержание программы 2 года обучения	Стр. 13
4.	Учебно-тематический план и содержание программы 3 года обучения	Стр. 16
5.	Условия реализации программы	Стр. 18
6.	Методическое обеспечение программы	Стр. 19
7.	Список литературы	Стр. 21
8.	Приложение 1. Оценочные материалы	Стр.24

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая программа «Хореография» имеет *художественную направленность*.

Настоящая программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018-2025 годы (Утверждена постановлением Правительства РФ от 26.12.2017 №1642), Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Утверждена постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28), Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)», Приказом Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», Уставом ЦДТ.

Танец является одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Современное общество выставляет заказ на творчески активную личность, способную проявить себя в нестандартных условиях, гибко и самостоятельно использовать приобретенные знания в разнообразных жизненных ситуациях. Это находит свое отражение в образовательных программах и поиске оптимальных путей духовного, интеллектуального и физического развития детей.

Актуальность программы обусловлена особенностями времени, тем, что сейчас России нужны люди, способные принимать нестандартные решения, умеющие творчески мыслить. Нацеленность современного образования на духовное обновление общества вызывает потребность к расширению художественно-эстетического воспитания подрастающего поколения. Танец сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю, но и раскрывает духовные силы человека, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному. Ребенок, вступая в жизнь, стремится выразить себя в творчестве. Особенно ярко это проявляется в танце, в движениях.

В условиях учреждения дополнительного образования есть достаточно возможностей для проведения воспитательной работы по выявлению творческого потенциала, раскрытию неординарности личности, созданию ситуации успеха для каждого ребенка.

Программа направлена на развитие у детей танцевальной техники, воспитание индивидуального, творческого, эмоционального выражения через танцевальную пластику, на вооружение воспитанников знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей.

Отличительными особенностями данной программы является то, что она содержит в себе материал не по одному конкретному танцевальному направлению, а знакомит детей с разными хореографическими стилями и их особенностями в соответствии с их хронологическими этапами возникновения и развития. Программа способствует:

- выявлению индивидуальных возможностей воспитанника;
- созданию на занятии ситуации «Успех-Мы»;
- созданию портфолио успеха.

Программа является *модифицированной*. Разработана на основе программ:

- Образовательная программа дополнительного образования детей танцевального ансамбля «Непоседы», разработанная педагогом дополнительного образования Еленой Александровной Степановой;
- Образовательная программа дополнительного образования детей «Хореографическая студия «Эдельвейс», разработанная С.М. Сапожниковой;
- Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств «Беседы о хореографическом искусстве» преподавателя Орловской хореографической школы Р.Э.Рычковой;
- Дополнительная образовательная программа «Волшебство грации», автор - Хайкара Наталья Александровна.

Цель программы – приобщение учащихся к танцевальному искусству, их эстетическое и нравственное развитие. Привить детям навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности учащихся посредством хореографического искусства.

Задачи программы:

Обучающие:

- Обучить необходимым знаниям о хореографическом искусстве;
- обучить навыкам танцевальной техники, умениям взаимодействовать с ансамблем и зрителем; умениям понимать «язык» движений, их красоту;
- овладеть внешней и внутренней пластической выразительности с учетом индивидуальных физических возможностей ребенка.

Развивающие:

- развивать гибкость, координацию движений;
- развивать эстетическое восприятие, художественный вкус, творческое воображение;
- развивать внимание, музыкально-двигательную память, выносливость, упорство;

- сформировать потребность в самопознании, саморазвитии;
- развивать коммуникативность, дисциплинированность, самостоятельность.

Воспитательные:

- сформировывать у обучающихся чувство ответственности, коллективизма, трудолюбия, активности, доброжелательности, толерантности;
- сформировать этические нормы поведения, способность работать в коллективе и подчиняться общим правилам;
- сформировать навыки здорового образа жизни.

Форма реализации программы – очная, в особых обстоятельствах допускается реализация образовательной программы или ее части с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Занятие с целым коллективом – основная форма работы. Число воспитанников в группе – 15 человек. Состав группы обучающихся постоянный. Смена части коллектива происходит по причине болезни, перемены места жительства или изменения интереса детей. Отбор в группу первого года обучения по определенным критериям в хореографии не ведется. При наличии свободных мест в объединении прием в группу первого года обучения осуществляется в течение всего учебного года по результатам собеседования, для зачисления учащегося в группы второго и более года обучения необходима физическая подготовка, развитая гибкость. В хореографический коллектив принимаются все желающие по личному заявлению родителей (лиц их заменяющих) в возрасте 7-15 лет при наличии медицинской справки об отсутствии противопоказаний для занятий хореографией.

Режим занятий: дети занимаются 2 раза в неделю по 2 академический часа. Всего на год отводится 144 часа.

При электронном обучении с применением дистанционных образовательных технологий продолжительность занятия регулируется нормами СанПиН, принятых при работе учащихся за компьютером.

Срок реализации программы – три года. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

Формы проведения занятий: учебное занятие; открытое занятие; беседа; просмотр и обсуждение хореографических постановок, видеозаписей; импровизационная работа; самостоятельная работа; репетиции; экскурсии; культпоходы.

Занятия проходят по следующей схеме:

- организационный момент;
- повторение пройденного материала;
- изложение нового материала;
- вывод, подведение итогов;
- оценка работы обучающихся.

С целью охраны здоровья детей проводятся паузы в форме релаксаций, упражнений на расслабление мышц, упражнения на восстановление дыхания.

Объем движений и танцевальных элементов подобран с учетом возрастных и психологических особенностей детей. Педагог вправе вносить необходимые коррективы разделов и тем в программе с учетом психофизических особенностей детей.

В организации образовательного процесса используются педагогические технологии: сотрудничества и опережающего обучения, проблемного обучения, развивающего обучения, активного (комплексного) обучения, игрового обучения, дифференцированного обучения, личностно-ориентированного обучения.

Прогнозируемый результат:

К концу 1-го года обучения, учащиеся будут знать:

- правила техники безопасности;
- особенности танца как вида искусства, иметь представление о видах и жанрах хореографического искусства, профессиях;
- название изученных движений и элементов, манеру исполнения разных жанров хореографии;
- традиционное построение занятия;
- основы правильного дыхания;
- точки зала;

будут уметь:

- активизировать свою фантазию;
- определять размер незнакомого музыкального произведения и передавать хлопками его ритмический рисунок;
- правильно и музыкально самостоятельно исполнять отдельные па, комбинации, тренаж по программе первого года обучения;
- выражать собственные эмоции через музыку;
- чувствовать образ, настроение и передаваемый характер;
- индивидуально и коллективно работать;
- практически показать и исполнить освоенный хореографический материал;
- анализировать и контролировать ошибки при исполнении.

К концу 2-го года обучения, учащиеся будут знать:

- что такое танец, его структуру и разновидности;
- что есть внешнее и внутреннее представление объекта;
- о нормах поведения на сцене и в зрительном зале;
- основы работы над хореографической композицией;
- что любое танцевальное движение используется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки;

будут уметь:

- сохранять высокий уровень двигательной активности на протяжении всего занятия;

- правильно и музыкально исполнять отдельные па, комбинации, тренаж по программе второго года обучения;
- анализировать работу свою и товарищей;
- создавать художественные образы;
- ощущать себя в сценическом пространстве.

К концу 3-го года обучения, учащиеся будут знать:

- что такое выразительные средства;
- о танцевальной комбинации как составной части сюжета композиции;
- действенную формулу: исходное событие, конфликтная ситуация, финал;
- навыки точной ориентации в сценическом пространстве;

будут уметь:

- применять выразительные средства для выражения характера сцены;
- свободно общаться с участниками коллектива, со зрителем;
- четко выражать свое эмоциональное состояние в хореографической композиции;
- анализировать последовательность поступков;
- самостоятельно работать над уроком;
- правильно точно выполнять отдельные танцевальные па, комбинации и тренаж в более быстром темпе;
- точно соблюдать хореографический текст при исполнении;
- тактично воспринимать реакцию зрителей.
- Импровизировать

Учащиеся, прошедшие все этапы обучения по данной программе, получают общие сведения о хореографическом искусстве, теоретические знания и практические навыки:

- пользования хореографическими понятиями и терминами: «этюд», «образ», «пауза» и т.д.;
- использования необходимых хореографических навыков: свободно взаимодействовать с партнером и зрителем, действовать в предлагаемых обстоятельствах и условиях, импровизировать, сосредотачивать внимание, «включать» эмоциональную и мышечную память;
- владения необходимыми навыками пластической выразительности и сценического движения.

Самым главным, что приобретут учащиеся за время обучения по данной программе, является стремление к постоянному духовному, художественно-эстетическому совершенствованию, расширению своего культурного кругозора.

Знания учащихся оцениваются тремя уровнями:

- Репродуктивный уровень) – решение творческих задач по образцу;
- Э (эвристический, ассоциативный) – решение творческих задач с элементами рационализаторства и изобретательства;
- К (креативный, творческий, продвинутый) – творческое воплощение собственных разработок на основе полученных знаний, умений и навыков.

Критерии оценки: техника исполнения, музыкальность, терминология хореографических движений, исполнительское мастерство.

Оценка исполнения учащимися изученных упражнений, движений, комбинаций, танцевальных этюдов проходит в форме открытых занятий. Творческий потенциал воспитанников реализуется на отчетных концертах, на которые приглашаются родители и педагоги; в районных, городских мероприятиях. Уровень исполнительского мастерства выявляется на конкурсах различного уровня (городского, республиканского, российского, международного)

Формы подведения итогов и контроля:

- Текущий - осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий, опрос;
- Промежуточная аттестация – открытое занятие
- Итоговый контроль – открытое занятие

Учебно-тематический план 1-го года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	2	-	2	Опрос.
2.	История танца	2	-	2	Опрос.
3.	Музыкально-ритмическое воспитание	2	8	10	Наблюдение, творческое задание.
4.	Хореографическая пластика тела	4	28	32	Наблюдение, творческое задание.
5.	Классический экзерсис у станка	2	30	32	Наблюдение
6.	Элементы народного танца	4	28	32	Наблюдение
7.	Импровизация	1	7	8	Наблюдение, творческое задание
8.	Постановочная работа	2	22	24	Наблюдение
9.	Итоговые занятия		2	2	Наблюдение
	Итого	19	125	144	

Содержание программы 1-ого года обучения

Тема 1. Вводное занятие – 2 часа

Теория: Знакомство с детьми. Знакомство с программой. Цели и задачи обучения на год. Общее понятие танца. Проведение инструктажа по технике безопасности.

Тема 2. История танца – 2 часа

Теория: Познакомить детей с понятием танца. Дать элементарные знания по истории танца. Рассказать о значении первобытных танцев. Танцев в быту и общественной жизни.

Тема 3. Музыкально ритмическое воспитание – 10 часов

Теория: Место и значение музыкально ритмического воспитания в системе хореографии. Элементарные основы музыкальной грамоты.

Практика:

- ритмично двигаться в соответствии с различными характерами музыки (быстро, медленно).
- отмечать в движении сильную долю такта, менять движение в соответствии с формой музыкального произведения.
- самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки.
- самостоятельно строить круг: ходить по кругу, взявшись за руки; сужать и расширять круг; соблюдать расстояние между парами, двигаясь по кругу.

Движения:

- марш
- танцевальный шаг (шаг с носка)
- бег на полупальцах
- подскоки
- высокий бег
- приставной шаг с полуприседанием
- повороты на месте, вправо, влево, кругом.

Тема 4. Хореографическая пластика тела - 32 часа

Теория: Упражнения на гибкость выполняются плавно, без рывков, в медленном темпе. Для улучшения подвижности суставов необходимо выполнять упражнения, повторяющие основные их движения: сгибание и разгибание, наклоны вправо и влево, скручивания. В целях снижения нагрузки на межпозвоночные диски в большинстве упражнений исходное положение – лёжа или сидя.

Практика: Упражнения на: напряжение и расслабление мышц тела; мышц брюшного пресса, способствующие выработке амплитуды балетного шага; развитие тазобедренного сустава; для стопы; для улучшения гибкости позвоночника; для развития подвижности локтевого сустава (повышает эластичность мышц плеча и предплечья); для развития выворотности и танцевального шага; для улучшения гибкости коленных суставов, способствующие формированию стопы и осанки.

Движения:

- «велосипед», «ножницы»
- relevent в сторону
- «лягушка» лежа на животе
- сокращение и вытягивание стопы в VI и I позиции ног
- «бабочка»
- «лодочка»
- простые прыжки

Основная задача занятий – развить у детей:

- Культуру движения и пластику
- Умение владеть своим телом
- Умение двигаться грациозно и красиво

Так как основной задачей в нашем клубе является комплексное развитие ребенка, то на занятиях особое внимание уделяется:

- Гармоничному развитию ребенка
- Развитию психических процессов (восприятия, внимания, воли, памяти, мышления)

Тема 5. Классический экзерсис у станка – 32 часа

Теория: Подготовительное (preparation) и заключительное движение рукой. Правильное положение ног, рук, головы и корпуса для развития и укрепления мышц

Практика:

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

1. Позиции ног: I, II, V.
2. Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с portdebras (I, II, III позиции рук).
3. Demi plie по I, II, V позициям.
4. Grand plie по I, II позиции.
5. Battements tendus из I позиции: - battements tendus pour le pled в сторону; - battements tendus из V позиции.
6. Passeparterre: - с demiplie по I позиции - с окончанием в demiplie.
7. Battement tendu из I позиции во всех направлениях: - battements tendus jetes riques; - battements tendus jete из V позиции.
8. Rond de jambe par terre первой раскладке en dehors, en dedans.
9. Положение ноги sur le coude pied: 13 - «условное» спереди, сзади, - «обхватное».
10. Battements frappe лицом к станку, носком в пол, в сторону во всех направлениях.
11. Battements frappe боком к станку, носком в пол во всех направлениях.
12. Battements fondu носком в пол во всех направлениях, лицом к станку; - боком к станку, носком в пол.
13. Preparation rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
14. Battements relevent на 90°. во всех направлениях лицом к станку; - боком к станку.
15. Понятие retire .

16. Grandbattementsjete из I позиции во всех лицом к станку; - боком к станку.
17. Relevé I, II, V позициям: - с вытянутых ног, - с demiplié.
18. Portdebras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях.

Тема 6. Элементы народного танца – 32 часа

Теория: Рассказать о народном творчестве русского народа, его значение в жизни общества. Познакомить с поэтическим, танцевальным, музыкальным творчеством.

Практика: Научить выполнять движения народного характера. Развить любознательность, интерес к народным танцам, играм, музыке. Развить музыкально-ритмические способности, координацию, двигательные способности, воображение, память. Воспитать культуру исполнения, и любовь к традициям, играм, обычаям русского народа

Позиции ног.

В народном танце используется:

1. 5 выворотных положений классического танца - I, II, III, IV, V. 2. 5 прямых:

I прямая - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп.

II - обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга.

III - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги находится у середины стопы другой.

IV - обе ноги поставлены на одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы.

V - обе ноги поставлены по одной линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

3. 5 свободных.

Во всех 5 свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми прямыми позициями.

4. 2 закрытые.

I - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в сторону.

II - обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками; каблуки разведены в стороны. Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

Позиции и положения рук.

1. 7 позиций:

I, II, III позиции аналогичны I, II, III позициям рук классического танца.

IV - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, 4 других, собраны вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

V - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собраны вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

VI - обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в сторону. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

VII - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию. Запястье одной руки лежит на запястье другой; ладони повернуты вверх.

2. Подготовительное и 2 основных положения.

Подготовительное положение - обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

Первое положение - обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и второй позиции: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Второе положение - обе руки округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между III и II позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх. В первом и втором положении возможен перевод рук вперед и назад. Уровень рук при этом не изменяется.

Тема 7. Импровизация - 8 часов

Теория: Развитие воображения детей. Дать понятие «войти в образ».

Практика: Дети под музыку выполняют задание, отображая характер данного образа (пластика животного, окружающего мира).

Тема 8. Постановочная работа – 24 часов

Теория: Основные навыки исполнения заданных комбинаций, этюдов. Объяснить правила исполнения этюдов.

Практика: Народная хореография. Участие на конкурсах, соревнованиях, праздничных и благотворительных концертах.

Тема 9. Итоговые занятия – 2 часа

Проверка теоретических и практических знаний. Открытое занятие.

Учебно-тематический план 2-го года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	2	-	2	Опрос.
2.	Музыкально-ритмическое воспитание	2	8	10	Наблюдение, творческое задание.
3.	Хореографическая пластика тела	4	28	32	Наблюдение, творческое задание.
4.	Народно-сценический станок	4	28	32	Наблюдение Практическое занятие, репетиция, беседа
5.	Вращения на середине зала	3	29	32	Наблюдение

6.	Импровизация	1	9	10	Наблюдение творческое задание
7	Постановочная работа	2	22	24	Наблюдение Практическое занятие, репетиция, беседа
8.	Итоговые занятия		2	2	Открытое занятие
	Итого	18	126	144	

Содержание программы 2-ого года обучения

Тема 1. Вводное занятие – 2 часа

Теория: Ознакомить учащихся с целями и задачами на втором году обучения. Режим работы и требования внутреннего распорядка. Инструктаж по технике безопасности.

Тема 2. Музыкально-ритмическое воспитание – 10 часов

Теория: Взаимосвязь упражнений и музыки.

Практика:

- выразительно двигаться в соответствии с характером музыки
- различать части и фразы произведений, динамические оттенки и передавать их в движении
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок.

Движения:

- марш
- бег на полупальцах
- высокий бег
- па галопа
- па польки

Тема 3. Хореографическая пластика тела - 32 часа

Теория: Упражнения на гибкость выполняются плавно, без рывков, в медленном темпе. Для улучшения подвижности суставов необходимо выполнять упражнения, повторяющие основные их движения: сгибание и разгибание, наклоны вправо и влево, скручивания. В целях снижения нагрузки на межпозвоночные диски в большинстве упражнений исходное положение – лёжа или сидя.

Практика: Упражнения на: напряжение и расслабление мышц тела; мышц брюшного пресса, способствующие выработке амплитуды балетного шага; развитие тазобедренного сустава; для стопы; для улучшения гибкости позвоночника; для развития подвижности локтевого сустава (повышает эластичность мышц плеча и предплечья); для развития выворотности и танцевального шага; для улучшения гибкости коленных суставов, способствующие формированию стопы и осанки.

Тема 4. Народно-сценический станок – 32 часа

Теория Народно-сценический танец, как предмет обучения, является составной частью художественно-эстетического образования и воспитания, способствует формированию и развитию учащихся необходимых качеств. В процессе обучения, учащиеся развивают свой суставно-связочный аппарат, эластичность и силу мышц, координацию и выразительность движений, подготавливаются к восприятию и усвоению любого рисунка танца. Занятия по народно-сценическому танцу оказывают воспитательное воздействие: у учащихся вырабатываются такие качества как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, коллективизм, работа в ансамбле.

При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса,
- систематичность и регулярность занятий,
- постепенность в развитии танцевальных данных учащихся,
- строгая последовательность в освоении лексикой и техническими приемами танца.

В зависимости от требований современного хореографического искусства образовательная программа периодически пересматривается и пополняется новыми движениями.

Практика

Приседания

- Полуприседания и глубокое приседание по 1-й, 2-й, 3-й, 6-й и 4-й параллельной позициям.

Упражнения на развитие подвижности стопы

- Перевод стопы с носка на пятку и с пятки на носок;
- Увеличение количества переводов работающей ноги с носка на пятку.

Каблучные упражнения

- Проскальзывание работающей ноги на пятку;
- Вынесение работающей ноги на пятку;
- Поочередное вынесение работающей ноги в сторону то на каблук, то на пятку;
- С ударами всей ступней об пол;
- С добавлением мазка подушечкой стопы работающей ноги.

Маленькие броски

- Маленькие броски вперед, в сторону, назад, с одновременным ударом опорной ноги.

Упражнения с ненапряженной стопой (флик-фляк)

- Мазки «от себя» и «к себе»;
- С акцентом «к себе»;

- С добавлением удара подушечкой стопы работающей ноги;
- С переступанием на работающую ногу;
- По 6-й позиции;
- С переступаниями накрест;
- Двойные мазки;
- «Веер»;
- «Веер» с добавлением подскоков.

Подготовка к «веревочке»

- Перевод ноги, согнутой в колене вперед и назад;
- Повороты согнутой ноги коленом внутрь;
- Повороты согнутой ноги из невыворотного положения в выворотное;
- В сочетании с пристукиваниями.

Тема 5. Вращения на середине зала – 32 часа

Теория: Прежде чем изучать виды вращений, нужно дать обучающимся понятие о «точке вращения». Объяснить правильные положения рук, корпуса, шеи и головы во время исполнения вращений.

Практика

«Пируэты»

«Абертас»

Вращение с сокращенной стопой

Вращение со вскоком

Вращение с припаданиями

Тема 6. Импровизация – 10 часов.

Практика: Пауза в музыке – поза в танце. Пластическая характеристика персонажа. Начальное взаимодействие с партнером.

Тема 7. Постановочная работа – 24 часа.

Теория: Научить детей танцевать синхронно, музыкально, эмоционально.

Практика: Народная хореография. Танцы народов мира. Участие на конкурсах, фестивалях, концертах.

Тема 8. Итоговые занятия – 2 часа

Проверка теоретических и практических знаний. Открытый урок.

Учебно–тематический план 3-го года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	2	-	2	Опрос.
2.	Музыкально-ритмическое воспитание	2	8	10	Наблюдение, творческое задание.
3.	Классический экзерсис на	4	28	32	Наблюдение, творческое задание.

	середине зала				
4.	Элементы народного танца на середине зала	4	28	32	Наблюдение
5.	Элементы историко-бытового танца –	6	22	28	Наблюдение Практическое занятие, репетиция, беседа
6.	Импровизация	2	12	14	Наблюдение творческое задание
7	Постановочная работа	2	22	24	Практическое занятие, репетиция, беседа Наблюдение
8.	Итоговые занятия		2	2	Открытое занятие
	Итого	22	122	144	

Содержание программы 3-го года обучения

Тема 1. Вводное занятие – 2 часа

Теория. Элементарные знания о взаимосвязи музыки и танца. Знакомство с целями и задачами третьего года обучения. Режим работы и требования внутреннего распорядка. Инструктаж по технике безопасности.

Тема 2. Музыкально-ритмическое воспитание – 10 часов

Теория: Закрепление и совершенствование музыкально-ритмических упражнений.

Практика: творчески использовать знакомые движения в свободных играх, плясках.

Тема 3. Классический экзерсис на середине зала – 32 часов

Теория: Этапы прыжка «assemble»

Практика:

1. Battementsfondu с plie-releve на всей стопе с фиксацией ноги на 450 2+ - с demirond на 450 endehors, en dedans.2+2
2. Battementsdoublefrappe с окончанием в demiplie и фиксацией ноги носком.
3. Battementsdeveloppe в больших позах в сочетании с arabesque
4. Preparation к pirouette с IV позиции.
5. Tours chaines.4 ALLEGRO 1. Pas echappebattu.2 2. Double assemble. 3. Pas assemble спродвижениемвсочетанииис pas glissade.2 4. Sisson fermeевпередв I arabesque.3 5. Заноски entrechat catre, royle.

Тема 4. Элементынародноготанцанасерединезала – 32 часа

Теория:Упражнения на середине зала развивают технику ног, гибкость корпуса, пластичность рук..Рассказать об основных элементах русского народного танца – «ковырялочка», «верёвочка», «моталочка», дроби, присядки, вращения и т.д., в чистом виде и комбинациях. А также движения

и элементы танцев различных национальностей, как подготовительные движения для использования их в этюдной форме.

Практика:

1. Упражнения для развития пластичности корпуса. Возможны комбинации с portdebras, balance, pasdebasque и так далее.
2. Упражнения для пластичности рук, подвижности и выразительности кисти на материале восточных танцев (для девочек).

Элементы русского танца

1. Комбинации дробных движений.
2. «Гармошка».
3. Продвижение вперёд и назад с выбросом ноги на effacee в русском сценическом танце.
4. Два вида «верёвочки».
5. Тройной шаг с ударом по голенищу спереди и сзади (для мальчиков).
6. Припадание.

Тема 5. Элементы историко-бытового танца - 28 часов

Теория: Рассказать о танцевальной культуре XV – XVI вв.

Практика:

Брайль.

Фарандола.

Ригодон.

Басдансы.

Танцевальная культура XV – XVI вв.

1. Поклоны и реверансы XV – XVI вв.
2. Отличительные особенности мужского и женского поклонов.
3. Положение рук в танцах XV – XVI вв.

Танцы XV – XVI веков.

Крестьянский бранль.

Бальный (салонный) бранль.

Простой бранль, Вольта. Павана, куранта.

Учебная композиция «Крестьянский бранль», Павана.

Тема 6. Импровизация – 14 часов.

Практика: Уметь танцевать под разную музыку соблюдая характерные движения.

Тема 7. Постановочная работа – 24 часов

Теория: Основные технические навыки исполнения народного танца.

Практика: Разучивание отдельных движений, танцевальных связок. Переходы между танцевальными рисунками. Участие на конкурсах и фестивалях, а также концертах и благотворительных мероприятиях.

Тема 8. Итоговые занятия – 2 часа

Проверка теоретических и практических знаний. Открытое занятие.

Условия реализации дополнительной образовательной программы:

Занятия проходят в просторном, проветренном зале, соответствующем санитарно-гигиеническим нормам (температурный режим, световой режим и т.д.). Для эффективной работы используется фонотека, видеоматериалы, наглядные пособия; интернет технологии, технические средства обучения: магнитофон, компьютер для обработки музыкально-хореографического материала. Кабинет оборудован большими зеркалами и станками. При занятиях зеркало помогает проверить правильность выполнения упражнений, контролировать себя и исправлять ошибки. Станок (можно заменить любой опорой, например, стул) служит ученикам опорой во время исполнения упражнений и при разучивании танцевальных элементов. Они держатся руками за станок, что помогает удерживать корпус в равновесии.

На занятия учащиеся должны приходиться в специальной форме. Обувь для мальчиков и девочек – балетки.

Благоприятные условия для проведения занятий по хореографии являются залогом успеха в работе хореографа с начинающими танцорами.

Методическое обеспечение реализации программы.

Методы обучения:

1. Объяснительно-иллюстративный

Способствует созданию прочной информационной базы для формирования умений и навыков;

2. Репродуктивный

Учащиеся сами воспроизводят известный им по опыту материал. Этот метод позволяет педагогу осуществить контроль за тем, как учащиеся усваивают знания, овладевают умениями и навыками. С помощью разнообразных заданий педагог предлагает воспроизвести разученные ранее танцевальные движения, показать умения и навыки. Этот метод применяется в вариантах: воспроизведение танцевального материала в наглядно-образной форме; в форме устного изложения; в форме исполнения танцевальной композиции целиком или фрагмента;

3. Проблемный

Заключается в том, что педагог выдвигает перед учащимися познавательную проблему, которая решается совместно;

4. Частично-поисковый, исследовательский

Педагог ставит проблемную ситуацию и предлагает решить самостоятельно. Эти методы взаимосвязаны. Они более эффективны и способствуют глубокому усвоению танцевального материала.

Приемы обучения:

1. Показ

Практика преподавания выделяет три условия танцевального показа:

1. Предварительный показ танцевальной композиции, отдельных ее элементов, упражнений и т.д. На этом уровне задача - предварительное знакомство с учебным материалом. Чтобы позднее, в ходе обучения, дети могли мысленно соотносить свои действия с ранее увиденным.

2. Показ танцевального материала. Выделение из совокупности многих танцевальных элементов какого-либо определенного элемента и сосредоточение внимания на его восприятии.

3. Анализ и синтез танцевального материала, при котором анализируются отдельные части движения, композиции и потом соединяются.

Особое место занимает художественный анализ музыкально-хореографического произведения, разбор выразительных и образных средств и интерпретаций с оценкой.

2. Изложение

Применяются различные *формы изложения*: информация, рассказ, лекция, беседа и т.д. С помощью этого приема педагог сообщает знания об истории, современном состоянии хореографии, рассказывает об отдельных танцах, лучших парах, ансамблях и т.д. В соответствии с учебными задачами педагог дает описание учебного материала. Изложение ведется в форме характеристики, где определяются особенности музыки, костюма, творчества. В случае необходимости раскрытие внутренних связей и зависимостей дается в форме объяснения.

3. Комментирование

Это словесное сопровождение педагогом сведений об особенностях танцевального движения и музыкального произведения.

4. Инструктирование

Это словесные рекомендации, которые педагог дает учащемуся, как нужно исполнять элементы или композицию в целом. Может касаться правил поведения при общении в танце.

5. Корректирование.

В процессе исполнения танцевальных движений педагог корректирует действия учащихся.

Основой для построения программы явились следующие *педагогические принципы*:

1. Принцип культурологичности, предполагающий понимание предмета как одного из взаимосвязанных элементов человеческой культуры, содержащих прошлый культурный опыт человечества и включающих его в сегодняшнюю жизнь.
2. Принцип вариативности и свободы выбора, он необходим для самореализации личности.
3. Принцип эмоциональной насыщенности. Занятия искусством дают основу для создания среды, богатой ценностями общением, стимулируют положительные эмоции, благоприятно влияющие на физическое и душевное здоровье обучающихся и побуждающие ребенка к дальнейшему развитию.
4. Принцип креативности предполагает развитие и активизацию творческих способностей каждого ребенка.

5. Принцип индивидуализации имеет значение для осуществления личностно-ориентированного подхода в процессе эстетического воспитания и творческого развития личности обучающихся.
6. Принцип диалогичности предусматривает овладение детьми языком искусств, не просто усвоение предлагаемого материала, а познание мира через активный диалог с ним.
7. Принцип интеграции основан на взаимопроникновении специфического языка одного искусства в другой. На основе общих выразительных средств дети ищут параллели в различных видах искусства, раскрывая художественный образ.
8. Принцип систематичности, последовательности и преемственности содержания эстетического воспитания и хореографического образования.
9. Принцип доступности, обеспечивающего переход от простого к сложному.

Оценочные материалы:

Цель промежуточной аттестации и итогового контроля – выявление уровня развития способностей и личностных качеств детей и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеразвивающей программы.

Механизм выявления результатов реализации программы. Виды контроля:

- Текущий контроль – с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала на занятии.

- Промежуточная аттестация – определяет успешность развития учащегося и уровень усвоения им программы на определенном этапе обучения.

- Итоговый контроль – проводится по окончании изучения программы «Хореография» в форме открытого занятия.

Промежуточная аттестация - форма оценки степени и уровня освоения детьми дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы данного года обучения. Итоговая аттестация - форма оценки степени и уровня освоения детьми дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Сроки проведения аттестации: - промежуточная аттестация учащихся проводится в апреле - мае; - итоговая аттестация проводится в мае.

В течение учебного года проводится *мониторинг* обученности и личностного развития учащихся. При проведении мониторинга используется метод структурированного наблюдения за учащимися в процессе практической деятельности на занятиях и его оценивание по определенным параметрам с занесением результатов в карту группы. Мониторинг проводится системно: в начале, середине и конце учебного года.

Список использованной литературы:

1. А. И. Буренина. Программа “Ритмическая мозаика”.
2. Т. И. Калашникова. Программа музыкально-ритмического воспитания. – ИГПК №1, 2017.
3. Ветлугина Н. А. Музыкальное развитие ребенка. — М.: Просвещение, Далькроз, 2019
4. Э.Ж. Ритм. Его воспитательное значение для жизни и искусства. СПб — 2017.
5. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. — М., 2015.
6. Лисицкая Т. Пластика, ритм. — М.: Физкультура и спорт, 2017.
7. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. — М.: Академия, 2011. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. Москва, .
8. Урунтаева Г. Дошкольная психология, Москва, 2010 .
9. Ветлугина Н.А. Эстетическое воспитание в детском саду, Москва, «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие, Москва, Владос, 2008)
10. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство-пресс, 2014.
11. Барышникова Т. Азбука хореографии, Москва: Айрис Пресс, 2013.

Рекомендуемая литература для педагога

1. Пуртова, Т.В., Учите детей танцевать - учеб.- метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2013. – 234 с. 24 см. – 3000 экз.
2. Барышникова, Т.А, Азбука хореографии - учеб.- метод. пособие / Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз.
3. Васильева, Т.К. Секрет танца. - учеб.- метод. пособие / .Т.К.Васильева. – СанктПетербург: Диамант, 2016– 180с. ; 21 см. – 1000 экз.
4. Смирнова, М.В. Классический танец - книга для учителей / М.В. Смирнова. – - М., 2015;. – 230с. ; 21 см. – 1000 экз.
5. Васильева, Е. Танец - книга для учителей / Е. Васильева – М.: Искусство, 2016. – 210с.; 21 см. – 1000 экз.
6. Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика.- учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2014.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691-00798-X
7. Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с.; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.

8.Левин, М.В. Гимнастика в хореографической школе.-учеб.- метод. пособие / М.В. Левин – М: Терра. Спорт., 2017г.– 96 см. – 3000 экз. ISBN 5-93127-065-5

9.Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения.-учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.

10.Смирнова М.В. Классический танец - книга для учителей / М.В. Смирнова. – М.: Просвещение, 2016;. – 230с. ; 21 см. -10000 экз.

Рекомендуемая литература для учащихся и родителей

1.Барышникова, Т.А, Азбука хореографии - учеб.- метод. пособие /Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз. 125

2.Васильева, Т.К. Секрет танца.-учеб.- метод. пособие /Т.К.Васильева. – СанктПетербург: Диамант, 2016– 180с. ; 21 см. – 1000 экз.

3.Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. - учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова ,К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.

4.Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика.-учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691- 00798-X

5.Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста - учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.

6.Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. - учеб.- метод. пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100. ; 21 см. – 2 000 экз.

7.Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения - учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.

8.Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. - книга для учителей / Е. Г. Попова - М: Искусство, 2017.– 240с.; 21 см. – 1000 экз.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.horeograf.com/> - Все для Хореографов и Танцоров, Методические пособия, Программы

2. <http://secret-terpsihor.com.ua/> - Секреты Терпсихоры.

3. <http://dopedu.ru/> - Допобразование (информационный портал)

4. <http://www.loktev-ensemble.com/> - Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева
5. <http://schoolyears.ru/> - Народный коллектив хореографический ансамбль «Школьные годы»
6. <http://balletmusic.ru/> - Балетная и танцевальная музыка
7. <http://balletomania.ru/> - Великие танцоры

Оценочные материалы
Оценочные материалы к дополнительной общеобразовательной
программе «Хореография»

Критерии оценивания:

Музыкальность и ритм – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнение движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

Эмоциональность - выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.), умение выразить свои чувства не только в слове, но и в движении.

Артистизм (особенности сценического поведения и самочувствия). Понятие «артистизм» включает в себя яркую эмоциональность, фантазию и чувство меры.

Критерии оценивания учащихся

Критерии оценивания промежуточной аттестации и итогового контроля (оценка выставляется по десятибалльной шкале; 10-9 баллов – высокий уровень, 8-7 баллов – оптимальный уровень, 6-3 балла – средний уровень, 1-2 балла – уровень ниже среднего)

10 -9баллов – Движения танцевальной композиции выполнены полностью, безошибочно, самостоятельно, музыкально, эмоционально, в характере, стиле и манере исполнения в полном объеме.

8 - 7баллов – Движения танцевальной композиции выполнены полностью, действия, однако не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка, есть небольшие погрешности в выполнении движений или постановки корпуса. Движения выполнены эмоционально, в характере, стиле и манере, необходимых по сюжету композиции.

6 - 4балла – Движения танцевальной композиции выполнены, но допущены грубейшие ошибки (не более 5) в выполнении движений и комбинации, в постановке корпуса допущены ошибки. Движения выполнены эмоционально, в характере, стиле и манере, необходимых по сюжету композиции. Действия при выполнении комбинаций в целом плохо осознаны, большинство заданий могут выполнить с помощью педагога.

1-3 Балла – Движения танцевальной композиции выполнены частично. Движения не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 6 ошибок. Нет четкости в исполнении позы, не знает позиции рук, ног.

Мониторинг развития обучающихся

Для педагогического мониторинга развития обучающихся предлагается метод структурированного наблюдения за учащимися в процессе практической деятельности на занятиях и его оценивание по определенным параметрам с занесением результатов в карту группы. Мониторинг проводится системно: в начале, середине и конце учебного года.

Параметры	Критерии	Степень выраженности качества (оценивается педагогом в процессе наблюдения за учебно-практической деятельностью ребенка и ее результатами)	Баллы
Мотивация	Выраженность интереса к занятиям	Интерес практически не обнаруживается	1
		Интерес возникает лишь к новому материалу	2
		Познавательный интерес, который не выходит за пределы изучаемого материала	3
		Проявляет постоянный интерес и творческое отношение к предмету.	4
		Стремится получить дополнительную информацию по изучаемому материалу	5
Самооценка	Самооценка деятельности на занятиях	Обучающийся не умеет, не пытается и не испытывает потребности в оценке своих действий – ни самостоятельной, ни по просьбе педагога	1
		Приступая к решению новой задачи, пытается оценить свои возможности относительно ее решения, однако при этом учитывает лишь то, знает он ее или нет, а не возможность изменения известных ему способов действия	2
		Может с помощью педагога оценить свои возможности в решении поставленных задач.	3
		Может самостоятельно оценить свои возможности в решении поставленных задач.	4
		Учащийся может предвидеть результаты своей деятельности и прогнозировать последствия	5
Нравственно-этические установки	Ориентация на общепринятые моральные нормы и их выполнение в поведении	Часто нарушает общепринятые нормы и правила поведения	1
		Допускает нарушения общепринятых норм и правил поведения	2
		Недостаточно осознает правила и нормы поведения, но в основном их выполняет	3
		Осознает моральные нормы и правила поведения в социуме, но иногда частично их нарушает	4
		Всегда следует общепринятым нормам и правилам поведения, осознанно их принимает	5

Познавательная сфера	Уровень развития познавательной активности, самостоятельности	Уровень активности, самостоятельности обучающегося низкий, при выполнении заданий требуется постоянная внешняя стимуляция, любознательность не проявляется	1
		Обучающийся недостаточно активен и самостоятелен, но при выполнении заданий требуется внешняя стимуляция, круг интересующих вопросов довольно узок	2
		Обучающийся стремится к выявлению смысла изучаемого материала, овладеть способами применения знаний в измененных условиях.	3
		Обучающийся любознателен, активен, задания выполняет с интересом, самостоятельно, не нуждаясь в дополнительных внешних стимулах.	4
		Хорошее владение учебным материалом. Умеет самостоятельно поставить задачу и найти способы ее решения. Устойчивый интерес к поисковой деятельности.	5
Коммуникативная сфера	Способность к сотрудничеству	В совместной деятельности не пытается договориться, не может прийти к согласию, настаивает на своем, конфликтует или игнорирует других	1
		Обучающийся способен к сотрудничеству, но не всегда умеет аргументировать свою позицию и слушать партнера	2
		Обучающийся способен к взаимодействию и сотрудничеству (групповая и парная работа; дискуссии; коллективное решение поставленных задач)	3
		Проявляет эмоционально позитивное отношение к процессу сотрудничества; умеет слушать собеседника, совместно планировать, договариваться и распределять функции в ходе выполнения задания, осуществлять взаимопомощь	4
		Обучающийся способен учитывать позицию собеседника). Может организовывать и осуществлять сотрудничество с педагогом и сверстниками.	5