

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Первомайская средняя школа»

Принято
на педагогическом совете
Протокол № 2 от 29.08.2024 г.

Утверждено
Директор «Первомайская средняя школа» Е. В. Ордина
Приказ № 138 от 30.08.2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Хореография»

Возраст обучающихся: 12-15 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень - базовый

Составитель программы:
Вернова Елена Александровна,
педагог дополнительного образования

с. Кичменгский Городок

2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» разработана в соответствии:

- с требованиями к образовательным программам Федерального закона об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273;
- с Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам
- с Правилами персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Вологодской области, утвержденными приказом Департамента образования области от 22.09.2021 № ПР.20-0009-21;
- с Федеральным законом РФ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ;
- со Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года / утверждена Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
- с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года / утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка» от 07 декабря 2018 года № 3 (с изменениями);
- с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- с Целевой моделью развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467);
- с Уставом МАОУ «Первомайская средняя школа»;
- с лицензией МАОУ «Первомайская средняя школа» на образовательную деятельность.

Музыка – величайший источник эстетического и духовного наслаждения. Она сопутствует человеку на протяжении всей жизни. Наблюдая ритмичность движения в природе и в трудовых процессах, изучая законы жизни, ученые-физиологи, ученые-врачи обращают внимание на вопросы использования музыки в сочетании с движением в лечебных целях. «Движение под музыку оказывается одним из самых эффективных методов развития музыкальности – методом, основанным на естественной реакции на музыку свойственной любому ребенку» . Особенно ярко проявляется

взаимосвязь музыки и движений у детей. Известно, что при помощи движений ребенок познает мир. Выполняя различные движения в играх, танцах дети расширяют свои познания о действительности.

Танец – открывает для детей богатый мир добра, света, красоты, научит творческой преобразовательной деятельности.

В процессе занятий музыкально-ритмическими движениями у детей развиваются музыкальный слух, память, внимание; воспитываются морально-волевые качества: ловкость, точность, быстрота, целеустремленность; вырабатываются такие свойства движения как мягкость, пружинистость, энергичность, пластичность; укрепляется организм ребенка, улучшается осанка. Музыкальный ритм способствует упорядочению движений и облегчает владение ими. При правильном отборе музыкально-ритмические движения укрепляют сердечные мышцы, улучшают кровообращение, дыхательные процессы, развивают мускулатуру.

Видя красоту движения в играх, плясках, танцах, хороводах, стремясь выполнить движения как можно красивее, изящнее, согласовывать их с музыкой, ребенок развивается эстетически, приучается видеть и создавать прекрасное.

Приобщаясь к образцам народной, русской классической и современной музыки, формируется нравственный образ ребенка, развивается музыкальность и художественный вкус, воспитывается любовь к Родине.

Исполняя групповые, парные танцы, участвуя в подвижных музыкальных играх, у детей воспитывается активность, дисциплинированность, чувство коллективизма, умение оценить себя и товарища.

Цель: Раскрытие творческой личности ребёнка средствами хореографического искусства.

Задачи:

Образовательные:

- обучение детей танцевальным движениям;
- формирование умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формирование культуры движения, выразительности движений и поз;
- формирование умения ориентироваться в пространстве;

Воспитательные:

- развитие у детей активности и самостоятельности;
- формирование общей культуры личности ребенка;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве – учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех;
- привлечение детей к изучению танцевальных традиций;

Развивающие:

- развитие творческих способностей детей, воображения и фантазии;

- развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;
- развитие исполнительских навыков в танце;

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей;
- развитие ловкости, гибкости, координации движений, умения преодолевать трудности;
- формирование осанки.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы:

Программа предназначена для кадетского класса. Рассчитана на детей от 12 до 15 лет.

Сроки реализации программы: 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 ч. Количество часов в год: 34 учебных недели –34 часа.

Наполняемость группы: Группа комплектуется в количестве 20-25 человек.

Учебный план

№	Название раздела	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Беседа Объяснение
2.	Ритмика	3	-	3	Педагогическое наблюдение
3.	Основы классического танца	9	1	8	Педагогическое наблюдение
4.	Основы эстрадного танца	9	1	8	Педагогическое наблюдение
5.	Актёрское мастерство	2	1	1	Педагогическое наблюдение
6.	Танец	10	-	10	Показательные выступления
ИТОГО:		34	4	30	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Беседа с детьми о целях и задачах детского объединения, правилах поведения на занятиях по хореографии, о форме одежды на занятиях.

2. Ритмика.

Практическое занятие. Диагностика на оценку подготовленности детей к занятиям по хореографии, ходьба, бег, прыжки со сменой размеров и темпов.

Слушание музыки. Определение характера и строения музыкального произведения, его темпа, ритмического рисунка. Овладение простейшими навыками координации движений. Ритмический рисунок и его составные. Определение и передача в движении элементов музыкальной грамоты.

Развитие музыкальности, развития умения координировать движения с музыкой. Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Начало и окончание движения вместе с музыкой.

Постановка корпуса.

Построения и перестроения. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга. Поклон. Хлопки в ладоши по одному и в парах.

Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки.

3. Классический танец.

- основные позиции и движения классического танца;

- тренировочные упражнения классического танца;

Освоение основных танцевальных понятий (выворотность, вытянутый носок, балетный шаг и др.).

Занятия классическим танцем дают основу для постановки рук, ног, спины и более успешного и правильного стилизованного усвоения материала. Построение занятия идёт соответственно программе по классическому танцу: от простого к сложному.

В начале учебного года следует ограничиться небольшим количеством самых необходимых подготовительных упражнений, имеющих целью: сохранение и корректировка правильной осанки, ознакомление с основными положениями ног и рук, развитие первоначальных танцевальных навыков.

Комбинации строятся с учетом уже имеющейся танцевальной техники и возрастных интересов воспитанников. Увеличивается количество движений, входящих в комбинацию, ускоряется темп исполнения, увеличивается физическая нагрузка, усложняется координация движений.

4. Современный эстрадный танец.

Комплексное обучение, которое строится на изучении и отработке разных стилей и направлений современной хореографии, позволяет улучшить общее

физическое состояние ребенка. Занятия современными видами танцевального искусства способствуют раскрепощению ребенка, развивают координацию и пластику, добавляют уверенности в себе. Учат выражать свои эмоции и получать огромный заряд бодрости и хорошего настроения! Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков очень сильно, поэтому в репертуаре есть и необходимы современные танцы.

Ритмические танцы, «танцы в современных ритмах», вобравшие в себя приемы чечетки, классики, репа, трюковые элементы.

5. Актёрское мастерство.

Обучение основам актёрского мастерства.

Умение не только исполнять танцевальные движения, а и играть в танце, переживать танец. У обучающихся уже заложен фундамент хореографической подготовки, они участвуют в постановочной и концертной деятельности. Дополнительно изучают упражнения, которые позволяют им развить исполнительское мастерство, яркость и эмоциональность исполнения: все движения должны быть «говорящими, рассказывающими».

6. Танец "Между прошлым и будущим"

Разучить танец эстрадный с применением спортивных элементов. Уметь хорошо владеть своим телом. Развить координацию движений. Работа коллективная. Четкая выдержка рисунка танца.

Четкость, резкость, параллельность движений

Танец "Давай раскрасим этот мир"

Пластика, грация движений, владение телом.

Изучение и отработка движений поодиночке и в паре.

Танец "Живем танцуя"

Ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели.

Планируемые результаты

Воспитанники должны уметь:

- ориентироваться в зале; знать назначение танцевального зала и правила поведения в нем;
- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- распознавать характер танцевальной музыки;
- уметь анализировать исполнение разученных движений, танцев;

- исполнять танцевальные композиции;
- стойко переносить физическую нагрузку, исполнять задания красиво и правильно;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- участвовать в концертных выступлениях.

Календарный учебный график

	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1 пол.	4	4	4	4					
2 пол.					2	4	5	4	3

Материально – техническое обеспечение

Для полноценного проведения учебно-воспитательного процесса по данной программе и достижения положительных результатов необходимо:

1. Зал, отвечающий всем санитарно-гигиеническим требованиям.
2. Аудиотехника.
3. Музыкальный инструмент.
4. CD-носители с записью соответствующей по темпоритму и характеру музыки.
5. Хореографическая форма для учащихся, в том числе обувь – балетки.

МУЗЫКАЛЬНОЕ ОФОРМЛЕНИЕ

Музыкальное оформление занятия является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественным. Произведение подбирается к каждой части урока. Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными.

В оформлении можно использовать :

- классическую музыку русских и зарубежных композиторов;
- народную музыку;
- музыку в современных ритмах.

Музыкальный материал должен быть:

- доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми младшего школьного возраста;
- иметь выразительную мелодию и четкую фразировку;
- быть близким по содержанию детским интересам.

Формы контроля, аттестации

№	Образовательный критерий	Низкий уровень	Кол-во человек	Средний уровень	Кол-во человек	Высокий уровень	Кол-во человек
1	Уровень развития музыкальности, ритмичности, пластичности, координированности движений, выразительного выполнения упражнений и движений классического, эстрадного танцев.	Не выработана устойчивость, сила ног, высокий прыжок, танцевальный шаг. Упражнения выполняются неуверенно. Отсутствует техничность при выполнении.		Движения выполняются чётко и правильно в зависимости от характера и темпа музыки, но отсутствует необходимая гибкость, пластичность, но присутствуют мелкие технические недочёты.		Достаточно высоко развита чёткость движений, координация движений с музыкой. Выработана сила ног, высокий прыжок, танцевальный шаг.	
2	Уровень развития артистичности, творческой активности, художественно творческого потенциала, организованности, самостоятельности.	Не самостоятелен, не активен, не артистичен. Безинициативен, не уверен в себе.		Самостоятельность, организованность, творческая активность, артистичность развиты в недостаточно высокой степени.		Умение заниматься самостоятельно, приносить свои идеи в творческий процесс. Склонность к импровизации.	

Оценочные материалы

Способом определения результативности реализации программы служит мониторинг образовательного процесса. Процедура мониторинга проводится в середине и в конце учебного года на основе диагностических методик определения уровня обученности.

Кадровое обеспечение: программу реализует педагог дополнительного образования.

Воспитательный компонент:

Система воспитательной работы основывается на базовых принципах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Воспитательная работа в объединении осуществляется в процессе формирования целостного коллектива с учётом индивидуальности каждого учащегося. Предусматривается участие в воспитательных мероприятиях учреждения, участие в соревнованиях, конкурсных мероприятиях.

Методические пояснения

Методы, принципы, формы, технологии обучения, воспитания и развития обучающихся.

Программа поделена на три этапа:

1 этап – «Первые шаги» (подготовительный этап);

2 этап – «От движения к танцу» (этап развития);

3 этап– «Совершенствование творческих способностей» (заключительный этап).

Подготовительный этап, когда обучающиеся постигают основы танцевальной грамотности. Результатом их танцевального развития является исполнение массовых детских танцев.

2 этап - период дальнейшего развития, постижения танцевальной азбуки.

3 этап - профессионального мастерства, сценическая школа. Результатом является участие коллектива в хореографических конкурсах различного уровня, участие в концертных программах, фестивалях, постановка музыкально-хореографических композиций.

В программу входят разделы: ритмика, основы классического танца, эстрадный танец.

Раздел «Ритмика» знакомит детей с особенностями танцевального искусства, включает в себя ритмические упражнения. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности, координации движений, формированию музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки, развитию чувства ритма, способствуют развитию правильной осанки, подвижности суставов, помогают исправить физические недостатки.

Раздел «Основы классического танца» знакомит детей с искусством балета.

Раздел «Эстрадный танец» подразумевают обучение, основанное на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняющихся под эстрадную музыку. На занятиях логически сочетаются все виды деятельности: ритмика, прослушивание музыки, упражнения на ориентацию в пространстве, развитие танцевальных и физических данных.

Ведущими формами организации образовательного процесса являются практическое и репетиционное занятие.

Успешное решение поставленных задач возможно только при использовании **педагогических принципов:**

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому воспитаннику);
 - принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий);
 - принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- принцип наглядности (практический показ движений).

Список литературы

1. Буренина А. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб: ЛОИРО, 2000.
2. Ваганова А. Основы классического танца. – СПб.: Ланб, 2001.
3. Пуртова Т., Беликова А., Кветная О. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений СПО. – М.: Век информации, 2009.
4. Левин М. Гимнастика в хореографической школе. - М.: Терра-Спорт, 2001.
5. Буренина А. Ритмическая мозаика. - СПб, 2000.
6. Горшкова Е. От жеста к танцу. - М.: Гном и Д, 2004.
7. Э.Жак Далькроз. Ритм. -М.-Классика –XXI, 2006.

Электронные образовательные ресурсы:

1. Все для хореографов. Статьи. Видеоуроки. // Электрон. дан. Режим доступа. URL:<http://www.horeograf.com/>
2. Полезные ссылки на образовательные ресурсы по хореографии. // Электрон. дан. Режим доступа. URL: <http://www.horeograf.com/poleznye-ssylki>
3. Контемпорари.рф // Электрон. дан. Режим доступа. URL: <http://контемпорари.рф/>
4. Хореографу в помощь. // Электрон. дан. Режим доступа. URL: <https://dancehelp.ru/>
5. Видеоматериалы из репертуара Образцового ДБТ «Аленький цветочек», коллектива-спутника «Волшебная туфелька», танцевального коллектива «Первые шаги»
6. Видеоматериалы спектаклей и концертов Образцового ансамбля народного танца «Шонді», коллектива-спутника «Каблучок».