

Приложение 3
к дополнительной
общеобразовательной
программе
МБОУ СОШ №20

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение-
средняя общеобразовательная школа №20
Чкаловского района г. Екатеринбурга

Принято
педагогическим советом
Протокол №1 от 30.08.2021 г.

Утверждено
Директор МБОУ СОШ №20
Сомов С.Н.
Приказ №138-о от 30.08.2021 г.



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«Хореография»
Направленность: художественная
Возраст: 7-9 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Рудакова И.В., педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2021

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план.....	6
3. Содержание программы.....	9
4. Методическое обеспечение.....	10

1. Пояснительная записка

Направленность программы: образовательная программа художественной направленности.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем учат не только понимать и создавать прекрасное, но и развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Нормативно-правовую основу данного учебного плана составляют:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.2.2821-10, утвержденные постановлением главного санитарного врача РФ от 29.12.2011 года № 189 (с изменениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Устав МБОУ СОШ № 20.

Актуальность. Занятия хореографией способствуют развитию чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Широко принимается своеобразный метод- хореотерапии или хореокоррекции разработанном и апробированном в последние годы и активно используемым в практике хореографов. Занятия танцами формируют правильную осанку, прививают основы этикета и культуры поведения в обществе, дают представления об артистизме.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох обогащает обучающихся знаниями об истории танцевального искусства, обычаях и традициях отечественной и мировой культуры, формирует уважение к своей и другим нациям. В программе предусмотрено разучивание и исполнение хореографических композиций на основе движений народных танцев: «Русский лирический танец», «Задорные девчата» и др., знакомство с историей костюма, самобытными особенностями народного хореографического искусства. В программу включены народные игры, а также хореографические этюды на темы русского народного фольклора. Таким образом, на основе духовных традиций отечественной культуры усваивается культурный духовный опыт, нравственные нормы, эстетические и этические идеалы.

Цель: раскрытие творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

Задачи:

1. Приобщение детей к танцевальному искусству.
2. Нравственно-эстетическое воспитание средствами хореографического искусства.
3. Овладение основами хореографического искусства.
4. Сохранение и укрепление физического и психологического здоровья детей.

Отличительные особенности. Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для

его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений обучающихся, формирует его художественное «Я», способствует творческой самореализации.

Адресат программы. Возраст обучающихся 7-9 лет.

Объем и сроки освоения дополнительной образовательной программы

Продолжительность учебного года составляет 34 недели. Количество учебных занятий за 1 год составляет 153 часа Максимальное число часов в неделю – 4,5ч.

Курс	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
Хореография	2 раза в неделю	4,5	153

Формы организации деятельности учащихся на занятии

Занятие строится в основном по классической структуре, опирающейся на формальные ступени обучения хореографии: вводная часть (приветствие) -разминка по кругу - экзерсис у станка и на середине - разминка в эстрадном плане – изучение движений к танцу – постановочная работа – заключительная часть.

Кроме того, для методического обеспечения программы в практике коллектива используются следующие виды занятий:

занятие-сказка (используются элементы театрализации); занятие-путешествие; занятие-игра; занятие-конкурс; занятие-концерт;
смотр умений и навыков;
эстетическая беседа (устное сообщение новых знаний на определенную тему в сочетании с наглядным показом педагога).

Планируемые результаты

Планируемые результаты настоящей дополнительной общеразвивающей программы описывают круг учебно-познавательных и учебно-практических задач, который предъявляется обучающимся в ходе обучения:

формирование основных компетентностей в социально-культурной сфере; повышение уровня развития творческих способностей воспитанников; овладение основами эстрадного танца; овладение элементами классического, народного танца;
участие в концертах, конкурсах, фестивалях и других мероприятиях районного, городского и областного уровня.

По окончании обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Детская хореография» воспитанники должны **знать:**

Специальную терминологию;

положение натянутой стопы; положение сокращённой стопы;

разницу между круговым и прямым движением; термины, соответствующие изученным позициям и движениям; позиции ног классического танца; позиции рук классического танца; правила постановки ног у станка;

разницу между круговым и прямым движением; термины, соответствующие изученным позициям и движениям;

основные сведения из истории современного танца, основные стили и жанры современной хореографии.

уметь:

ритмично двигаться под музыку;

хлопать в такт музыки;
различать контрастность звучания (громко-тихо, быстро-медленно, весело-грустно);
выполнять шаги: мягкий, острый, с высоким подниманием бедра, на полупальцах;
бегать на полупальцах;
притопывать одной ногой с хлопками;
кружиться на месте и на ходу;
выполнять приставной шаг вперед, в сторону, назад;
шаг галопа боковой, шаг подскока;
выполнять движения в образах;
ритмично двигаться под музыку;
различать контрастность звучания, понимать темп музыки (быстро-медленно, весело-грустно);
выполнять различные виды шагов;
выполнять различные виды бега;
вращения на месте и на ходу;
шаг галопа боковой, шаг подскока;
выполнять движения в образах.

Формы промежуточной аттестации

Способы отслеживания и контроля знаний умений, и навыков – входная, промежуточная, итоговая диагностика, а также текущая диагностика: отчётные концерты, конкурсы, фестивали.

Основными условиями проведения диагностических процедур являются:
исследование каждого воспитанника на протяжении всего цикла обучения, оценивание результатов диагностики того или иного ребёнка путём их сопоставления с результатами предыдущих проверок. Формами проведения диагностик являются: устный опрос, текущий контроль, контрольные занятия, отчётные концерты, творческие задания, самоконтроль и анализ педагогом и детьми каждого занятия.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ИСПОЛНЕНИЯ БАЗОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

«отлично» - высший уровень техники исполнения (правильное выполнение упражнений заданном темпе);
«хорошо» - уровень исполнения выше среднего (незначительные ошибки в технике исполнения, либо незначительное несоответствие музыкальному сопровождению);
«удовлетворительно» - средний уровень техники исполнения (отклонения от темпа, недостаточно качественное исполнение упражнений);
«неудовлетворительно» - уровень ниже среднего (недостаточная физическая подготовка для качественного исполнения упражнений).

2. Учебно-тематический план

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Теория	Практика	Кол-во часов по программе
1	Вводное занятие	1	1	2
2	Азбука музыкального движения	2	6	8
3	Элементы ритмики и акробатики	2	17	19
4	Эстрадный танец	2	28	30
5	Бальный танец	2	30	32
6	Народно-сценический танец	2	28	30
7	Работа над репертуаром	4	26	30
8	Итоговое занятие	1	1	2
	Итого:	16	137	153

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Кол-во часов по программе
1	Вводное занятие	2
1-2	Правила поведения на занятиях хореографией и инструктаж по технике безопасности	2
2	Азбука музыкального движения	8
3-4	Мелодия и движения	2
5-6	Темп (медленно, умеренно, быстро)	2
7-8	Контрастная музыка (быстрая-медленная, веселая-грустная);	2
9-10	Соотнесение пространственных построений с музыкой	2
3	Элементы ритмики и акробатики	19
11-14	Шаги (с носка, на полупальцах, на пятках); Бег (с высоким подниманием бедра, с захлестом);	4
15-18	Упражнения для укрепления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, спины, живота, рук и ног);	4

19-21	Упражнения на координацию движений; Полушпагат; шпагат;	3
22-25	Упражнения на гибкость («лодочка», «колечко», «кошечка»);	4
26-29	Мостик из положения лежа; Упражнения на растяжку мышц («бабочка» и др.)	4
4	Эстрадный танец	30
30-31	Беседа-диалог об истории появления и особенностях эстрадного танца	2
32	Знакомство с основами эстрадного танца: положения головы, рук, корпуса и ног	1
33	Изучение составляющих элементов комбинации: шаги и подскоки	1
34	Разучивание комбинаций, направленных на развитие координации тела	1
35	Разучивание комбинаций, направленных на развитие устойчивости тела	1
36	Знакомство с переходами, перестроениями и рисунками, свойственными эстраднему танцу	1
37	Разучивание наиболее сложных комбинаций. Подготовка к этюдам	1
38-39	Разучивание этюда в стиле хип-хоп	2
40-41	Отработка этюда в стиле хип-хоп	2
42-43	Выполнение упражнений, способствующих развитию равновесия тела	2
44-45	Выработка эластичности и крепости голеностопного сустава	2
46-47	Изучение прыжков с обеих ног с одновременным их сгибанием	2
48-49	Изучение прыжков со средней амплитудой взлета	2
50-51	Знакомство с понятиями: такт и затакт. Логика поворотов вправо и влево	2
52	Разучивание шагов и прыжков с поворотом тела	1
53	Разучивание танцевальных комбинаций, основанных на прыжках	1
54	Разучивание комбинаций с параллельными позициями	1
55	Выполнение упражнений для развития гибкости плечевого пояса	1
56	Разучивание комбинаций, развивающих пластику тела	1
57	Разучивание этюда, основанного на элементах эстрадного танца	1
58	Отработка ранее изученного этюда	1
59	Работа над пластикой тела и выразительностью исполнения этюда	1
5	Бальный танец	32
60-61	Беседа-диалог об истории появления и особенностях	2

	бального танца	
62-65	Изучение основных элементов латиноамериканской программы: буги-вуги	4
66-67	Работа над образами в стиле буги-вуги	2
68-69	Работа в паре: буги-вуги	2
70-73	Разучивание этюда в стиле буги-вуги	4
74-75	Отработка этюда в стиле буги-вуги	2
76-79	Изучение основных элементов ча-ча-ча	4
80-81	Разучивание поворотов и шаговых дорожек в стиле ча-ча-ча	2
82-83	Работа над образами в стиле ча-ча-ча	2
84-85	Работа в паре в стиле ча-ча-ча	2
86-87	Работа над пластикой тела в стиле ча-ча-ча	2
88-89	Разучивание этюда в стиле ча-ча-ча	2
90-91	Отработка этюда в стиле ча-ча-ча	2
6	Народно-сценический танец	30
92-95	Беседа-диалог об истории появления и значимости народного танца	4
96-99	Знакомство с основами русского народного танца: положения головы, рук, корпуса и ног	4
100-101	Знакомство с характерными положениями рук в парном русском народном танце	2
102-103	Изучение рисунков хороводов, специфики их построения	2
104-105	Разучивание основных шагов и переходов русского народного танца	2
106-107	Разучивание элементов русского танца: дробная дорожка, «моталочка», «маятник»	2
108-109	Работа в парах в характере русского народного танца	2
110-111	Разучивание этюда на тему русского народного танца	2
112-113	Отработка синхронности исполнения изученного этюда	2
114-115	Изучение правил поведения за кулисами	2
116-117	Изучение пространства сцены	2
118-119	Проведение тренингов: эмоции, как одна из основных составляющих танцевальной композиции	2
120-121	Закрепление ранее изученного материала	2
7	Работа над репертуаром	30
122-123	Разучивание танцевальной композиции: «Солнышко»	2
124-125	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции: «Солнышко»	2
126-127	Отработка танцевальной композиции: «Солнышко»	2
128-129	Разучивание танцевальной композиции: «Школа будущего»	2
130-131	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции: «Школа будущего»	2
132-133	Отработка танцевальной композиции: «Школа будущего»	2
134	Разучивание танцевальной композиции: «Барабашка»	1
135-136	Работа над образами и эмоциями танцевальной	2

	композиции: «Барабашка»	
137-138	Отработка танцевальной композиции: «Барабашка»	2
139	Разучивание танцевальной композиции: «Лягушачий хор»	1
140	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции: «Лягушачий хор»	1
141	Отработка танцевальной композиции: «Лягушачий хор»	1
142	Разучивание танцевальной композиции: «Город детства»	1
143	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции: «Город детства»	1
144	Отработка танцевальной композиции: «Город детства»	1
145	Разучивание танцевальной композиции: «Карусель»	1
146	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции: «Карусель»	1
147	Отработка танцевальной композиции: «Карусель»	1
148	Отработка ранее изученных танцевальных композиций: «Солнышко», «Барабашка»	1
149	Отработка ранее изученной танцевальной композиции: «Школа будущего»	1
150	Отработка ранее изученных танцевальных композиций: «Лягушачий хор», «Карусель»	1
151	Отработка ранее изученной танцевальной композиции: «Город детства»	1
152-153	Итоговое занятие	2

3. Содержание программы

1. Вводное занятие

Знакомство с воспитанниками. Рассказ о деятельности танцевального коллектива «Киндер». Правила поведения на занятии. Комплектование групп. Режим работы. Одежда для занятий. Разучивание танцевального приветствия.

2. Азбука музыкального движения

Теория: мелодия и движения, темп (медленно, умеренно, быстро); контрастная музыка (быстрая-медленная, веселая-грустная); соотнесение пространственных построений с музыкой. Практика: элементарные ритмичное движение под музыку; движение в различных темпах; определение характера музыки словами; передача изменения характера музыки в движениях; ритмические упражнения с музыкальными заданиями.

3. Элементы ритмики и акробатики

Шаги (с носка, на полупальцах, на пятках);

Бег (с высоким подниманием бедра, с захлестом);

Упражнения для укрепления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, спины, живота, рук и ног);

Упражнения на координацию движений;

Полушпагат; шпагат;

Упражнения на гибкость («лодочка», «колечко», «кошечка»);

Мостик из положения лежа;

Упражнения на растяжку мышц («бабочка» и др.)

4-6. Знакомство с различными видами танцев.

Постановка эстрадного, бального, народно-сценического танцев.

7-8. Работа над репертуаром.

Постановка номеров, работа над сценическим мастерством.

4. Методическое обеспечение

Система контроля и оценки знаний, умений и навыков обучающихся введена в целях более точной и четкой оценки их успеваемости, повышении требовательности к качеству ключевых компетенций учащихся и выполняют следующие функции:

обучающую, воспитательную, ориентирующую, стимулирующую, проверку эффективности обучающей деятельности самого педагога, формирование у обучающихся адекватной самооценки, изменение межличностных отношений в классе.

Оценка качества реализации программы по современному танцу включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

В качестве средств текущего контроля успеваемости могут использоваться технические зачёты, контрольные просмотры, зачёты а также оценка работы обучающихся на уроке. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. По окончании первого полугодия учебного года по учебному предмету выставляются оценки.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольного урока или экзамена. Контрольный урок проходит в виде практического показа пройденного учебного материала.

Материально-техническое оснащение образовательного процесса при реализации программы

Кабинет ритмики оснащён гимнастическими коврами, в классе имеется магнитофон.

Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного процесса при реализации программы

Список литературы для обучающегося:

- 1.Базарова, Н.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения [Электронный ресурс] : учеб.пособие / Н.П. Базарова, В.П. Мей. —Электрон.дан. —Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2018. —272 с. —Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/102511>.
- 2.Бочкарева Н.И. Русский народный танец. Теория и методика [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств / Н.И. Бочкарева. —Электрон.текстовые данные. —Кемерово: Кемеровский государственный институт культуры, 2006. —179 с. —5-8154-0135-8. —Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22082.html>.
- 3.Ваганова, А.Я. Основы классического танца [Электронный ресурс] / А.Я. Ваганова. — Электрон.дан. —Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2007. —192 с. —Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/1937>.
4. Ивлева Л.Д. Анатомо-физиологические основы обучения хореографии [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие по дисциплине «Педагогическая работа с хореографическим коллективом» для студентов, обучающихся по специальности 071301 Народное художественное творчество / Л.Д. Ивлева, А.В. Куклин. —Электрон.текстовые данные. — Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2006. —80 с. —2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/56385.html>

Список литературы для педагога:

1. Мориц, В.Э. Методика классического тренажа [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / В.Э. Мориц, Н.И. Тарасов, А.И. Чекрыгин. —Электрон.дан. —Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2009. —384 с. —Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/1966>.
2. Панферов В.И. Искусство хореографа [Электронный ресурс] : учебное пособие по дисциплине «Мастерство хореографа» / В.И. Панферов. —Электрон.текстовые данные. —Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2017. —320 с. —978-5-94839-576-0. —Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70448.html>.
3. Цорн, А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии [Электронный ресурс] —Электрон.дан. —Санкт-Петербург :Лань, Планета музыки, 2011. —544 с. —Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/1973>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575792

Владелец Сомов Сергей Николаевич

Действителен с 09.03.2021 по 09.03.2022