

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа

«Свердловский центр образования»

«Рассмотрено» На педагогическом совете Протокол №__6__ от « 22 » мая 2020 г.	«Утверждено» Приказ № 131-ОД от « 28 » августа 2020 г.
---	--

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Мир хореографии»

(базовый уровень)

Направленность:

Художественная

Возраст обучающихся: 7 - 12 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 72 часа

Разработчик: Симовонова Анастасия

Сергеевна, педагог ДО

п. им. Свердлова

2020 год

I. Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа «Мир хореографии» имеет художественную направленность и составлена в соответствии с:

1. Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года;
2. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Примерными требованиями к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (приложением к письму Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 № 06-1844);
4. Учебным планом МОУ «СОШ «Свердловский центр образования»;

Актуальность. Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Телевидение, компьютеры, сотовая связь все это приводит к недостатку двигательной активности ребенка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованны, неподвижны, медлительны, другие разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п. Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Во время занятий хореографией развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия танцами направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности. Уроки танца повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку.

Ценности программы. Движение – творчество – искусство.

Цель программы. Приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Основные задачи:

Формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Дать необходимую хореографическую подготовку.

Познакомить с хореографическими терминами, основами классического и народного – сценического танца.

Укрепить костно-мышечный аппарат воспитанников.

Принципы программы:

- Принцип дифференциации и индивидуального подхода; предполагает дополнительные занятия с учетом уровня развития каждого ребенка, кроме того, при осуществлении воспитательного процесса, он предполагает учет темперамента каждого участника коллектива.
- Принцип гуманистической направленности, предполагающий подчинение образовательно – воспитательной работы задачам формирования личности.
- Принцип последовательности и систематичности в приобретении знаний, умений и навыков их развития и совершенствования; предполагает четкое следование разработанной педагогом экспериментальной программе.
- Принцип координации «педагог – воспитанник – семья» предполагает тесное сотрудничество педагога с родителями обучающегося, воздействия родителя на ребенка и помощь в организационных вопросах.

Отличительной чертой данной программы является, многогранность учебных занятий, которые позволяют в процессе роста творческих способностей учащихся, использовать полученное образование в обычной жизни.

Форма и режим занятий.

Для достижения поставленных целей и задач, основной формой учебной и воспитательной работы является занятие с группой, планируя которое, педагог должен ясно представлять себе его задачи, связь с другими занятиями. Ни одно занятие нельзя мыслить, как обособленное звено, в него всегда входит повторение пройденного, новый материал и перспектива связи с дальнейшими заданиями. Также могут быть индивидуальные занятия с одаренными детьми по усложненной программе.

Группа занимается 2 раза в неделю по 1 часу (45 минут). 72 часа.

Количество обучающихся в группе целесообразно в пределах 15 человек.

Используемые методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:

- проведение открытых уроков для родителей;
- организация танцевальных конкурсов;
- участие в праздничных программах, концертах;

- проведение итогового занятия в конце учебного года.

II. Содержание программы по темам.

Теоретические сведения. Знакомство с обучающимися. Задачи первого года обучения. Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности. Культура поведения на учебных занятиях.

Партерная гимнастика и ритмика.

Ритмика. С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального -восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры, слушание и разбор танцевальной музыки для школьников. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Партерная гимнастика. Система специально подобранных физических упражнений, основной отличительной чертой является то, что они проводятся «на земле», то есть различные упражнения в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров. В основном упражнения в партере выполняются с большой амплитудой движений, однако для увеличения интенсивности их воздействия можно использовать упражнения малой амплитуды. Упражнения могут быть как активные, так и пассивные, статические и динамические, комбинированные и т. п.

Классический танец.

Экзерсис у станка и на середине зала. Выработка правильной постановки корпуса, устойчивости, выворотности, силы и эластичности суставно-связочного аппарата. Методика изучения упражнений: Лицом и боком к станку, затем на середине зала. Необходимо соблюдать правильное положение кистей рук, локтей, расстояние между станком и корпусом. Введение подготовки к упражнению (preparation), способствующей концентрации внимания перед началом упражнения.

Последовательность изучения движений экзерсиса у станка и на середине зала: Grand plie; различные виды battement tendu и battement tendu jete; Rond de jambe par terre, en dehors en dedans; Battement fondu battement soutenu (в сторону, вперед, назад); Battemant frappe (в сторону, вперед, назад); Battemant developpe (а. Вперед, в сторону, назад, б. Passé со всех направлений); Battemant releve lent; Rond de jambe en l'air, en dehors en dedans; Grand battement jete; Petit battement sur le cou-de-pied.

Закрепление упражнений. Повтор и усвоение изученного, работа над техникой исполнения.

Современный танец.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и непредсказуем и не хочет обладать какими-то правилами, канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму, окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, в общем, создает новую пластику. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Данный раздел также включает в себя общеразвивающие упражнения, упражнения на отдельные группы мышц и подвижности суставов.

Элементы музыкальной грамоты.

Характер музыкального произведения, его темп. Умение слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Умение выполнять движения в разных темпах. Различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко). Умение выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков музыки. Понятие легато (связанно) и стакато (отрывисто) в музыке и движении.

Репетиции и постановка хореографических произведений. Пополнение репертуара новыми постановками (названия и постановочные работы остаются на усмотрение педагога, исходя из возможностей учащихся).

Сценическая практика. Выступление на различных сценических площадках, применение умений и навыков на практике. Участие в конкурсных и концертных мероприятиях.

III. Тематическое планирование. Учебно – тематический план

Тема	Общее количество часов	Теоретические	Практические
1. Теоретические сведения	2	2	-
2. Партерная гимнастика и ритмика	10	2	8
2.1 Ритмика	3	1	2
2.2 Партерная гимнастика	7	1	6
3. Классический танец	15	3	12
3.1 упражнения у станка	5	1	4
3.2 упражнения на середине	5	1	4
3.3 закрепление упражнений	5	1	4

4. Современный танец	15	3	12
4.1. Партерные упражнения	5	1	4
4.2 Танцевальные элементы на середине зала	10	2	8
5. Элементы музыкальной грамоты	5	4	1
6. Репетиция и постановка танцев.	15	-	15
6.1. Постановка танцев	10	-	10
6.2 Репетиция	5	-	5
7. Сценическая практика	10	-	10
Итого:	72	14	58

1. Требования к уровню подготовки обучающихся.

По окончании обучающиеся:

Должны знать:

- музыкальную грамоту;
- хореографические названия изученных элементов;
- основные позиции рук и ног классического танца;
- основные позиции рук и ног современного танца;
- подготовительные танцевальные движения и рисунки

Должны уметь:

- точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;
- различать динамические изменения в музыке;
- внимательно слушать музыку;
- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- самостоятельно выполнять изученные элементы танца;

2. Способы оценки результатов.

Выступления на отчетных концертах; открытые уроки; участие в конкурсах различных уровней.

3. Материально техническое обеспечение.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень технического обеспечения:

1. наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
2. качественное освещение в дневное и вечернее время;
3. музыкальная аппаратура, аудиозаписи,

4. специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик); костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

10. Программно- методическое обеспечение.

- a. Методические разработки
- b. Литература по хореографическому искусству
- c. Методические видеоматериалы различных направлений хореографии
- d. Видеозаписи балетных и театральных спектаклей.

11. Список использованной литературы.

- 1.Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: Рольф, 2000г.
- 2.Бежар М. Мгновение в жизни другого. М.: в/о Союз театр, 1989г.
- 3.Лиане Шефер-Гапп, Альгаймер Дитер, Вален Синди. Правильная осанка просто и весело. Санкт-Петербург: ИД «Весь», 2003г.
- 4.Тарасов Н. Классический танец. М.: Искусство, 1981г.
- 5.Фельденкрайз М. Осознание через движение. Санкт-Петербург, 2000г.
- 6.Чеккетти Г. Полный учебник классического танца. М.: АСТ Астрель, 2007 г.

Список литературы для родителей:

- 1.Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Ярославль: Академия развития, 1997.
- 2.Кле Мишель. Психология подростка. М.: Просвещение, 1995.
- 3.Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. М.: Российское агентство, 1998.

Список литературы для детей:

- 1.Бочарникова Э. Страна волшебная –балет. М.: Детская литература, 1974.
- 2.Вячеслова Т. Я. Балерина. М.: Искусство, 2000.
- 3.Фокин М. Против течения. М.: Искусство, 196