

УПРАВЛЕНИЕ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДА МИЧУРИНСКА ТАМБОВСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №9 Г. МИЧУРИНСКА,
ТАМБОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Рассмотрена на
заседании
педагогического совета
от 30.08 2023 г.
Протокол № 1



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Орнамент танца»

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Липицкая Марина Вальерьевна
педагог дополнительного образования

Мичуринск-Наукоград, 2023

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

1. Учреждение	Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №9" г. Мичуринска Тамбовской области
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Орнамент танца»
3. Ф.И.О., должность автора	Лиштванова Марина Валерьевна, педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база:	<p>Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022. № 678 -р) (далее – федеральная Концепция);</p> <p>Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;</p> <p>Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);</p> <p>СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (утверждены постановлением главного государственного врача РФ от 28.09.2020 № 28)</p> <p>СП 3.1.3597-20 "Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)" (утверждены постановлением главного государственного врача РФ от 22.05.2020 № 15, с изменениями от 13.11. 2020)</p> <p>СП 2.2.3670-20 (постановление от 02.12.2020 №40) «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда.</p> <p>Приказ Минобрнауки от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 3 июня 2003 г. N 118 «Об утверждении СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы»;</p>

	<p>1. Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>2. Санитарных правил СП2.4.3648-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28;</p> <p>3. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31.03.2022г. N 678-р;</p> <p>4. Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».</p>
4.2. Вид	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
4.3. Направленность	художественная
4.4. Уровень освоения программы	ознакомительный
4.5. Область применения	дополнительное образование
4.6. Продолжительность обучения	2 года
4.7. Год разработки программы	2023
4.8. Возрастная категория обучающихся	7-11 лет

БЛОК №1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по хореографии «Орнамент танца» - художественной направленности, соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует созданию необходимых условий для личностного развития обучающихся, позитивной социализации и обеспечения духовно-нравственного, формирование культуры здорового образа жизни.

Актуальность данной программы

Развитие технического прогресса и тотальная компьютеризация привела к тому, что наши дети просиживают перед мониторами и телевизорами. Дети забывают о радости движения, у них появляются новые заболевания, они не знают «вкуса» спортивных побед.

Назрела необходимость создания целостной системы работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, что подтверждается введением Федерального государственного образовательного стандарта второго поколения. Одна из проблем педагогики современной школы – создание благоприятных условий для привлечения обучающихся к занятиям физической культурой и спортом. Добиться положительных результатов можно путем использования новых, нестандартных форм обучения. Одним из эффективных средств сохранения и укрепления здоровья школьников, на наш взгляд, является хореография.

Таким образом, эти особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства, как в общеобразовательных школах, так и в системе дополнительного образования детей.

Новизна данной программы состоит в личностно ориентированном обучении (создать каждому ребенку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей).

Новизна прослеживается в ее содержании; в образовательный процесс включены элементы физического воспитания. Благодаря этому дети получают навыки танцевальной деятельности и физической культуры. Ребёнок чувствует себя успешным и получает навыки, умения для практической деятельности.

В программу введен раздел «Орнамент танца» так как для детей этого возраста характерны специфические психологические особенности (рассеянное внимание, утомляемость, быстрая усталость), поэтому ритмика, а это частое чередование одного движения с другим, смена музыкального темпа, настроения, делает занятия не скучными, а насыщенными и интересными.

Занятия служат задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки ребенка, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания. Развивают у детей музыкальный слух, память, чувство ритма, формируют художественный вкус.

Дети младшего возраста из-за слабости мышц не могут долго держать корпус в натянутом состоянии и поэтому быстро устают. Упражнения на ковриках способствуют раскрепощению и отвлекают внимание детей на занятия другого характера.

Направленность дополнительной общеобразовательной программы: Художественная.

Отличительные особенности.

В младшем школьном возрасте деятельностью, создающей благоприятные условия для психологического и личностного развития ребенка, является игра.

Программа ориентирована на использование развивающих игр, как инструмента для формирования танцевальных навыков.

В образовательный процесс программа предусматривает включение зрителей, которые могут оценить и проанализировать танцевальную деятельность обучающихся.

Анализ и оценка помогают в адаптации и совершенствовании танцевальных навыков обучающихся.

Адресат программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа адресована детям школьного и младшего школьного возраста (7-11 лет).

Условия набора учащихся. Принцип набора в объединение свободный. Программа не предъявляет требований к содержанию и объему стартовых знаний, а также к уровню развития ребенка.

Количество учащихся. В группе 1 года обучения – 12-15 человек; в группах 2-го года – 10-12 человек. Уменьшение численности учащихся в группах 2-го года обучения объясняется нормативными документами.

Объем и срок освоения программы. Срок обучения по программе – 2 года:

1-й год обучения – 36 ч.;

2-й год обучения – 36 ч.

Объем обучения по программе составляет – 144 час.

Формы и режим занятий. Форма обучения по программе – очная.

Режим занятий:

1-й год обучения: 36 ч., 4 раза в неделю.

2-й год обучения: 36 ч., 4 раза в неделю.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

1-й год обучения - групповая.

2-й год обучения - работа по подгруппам, микрогруппам, групповая.

Вид образовательной деятельности: хореографическое творчество.

Срок освоения, объем программы и режим занятий

Срок реализации программы определяется содержанием программы и составляет 2 года. Календарный годовой график объединений

дополнительного образования предполагает реализацию программы в течение 36 недель.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы – 144 ч. Периодичность занятий составляет 4 часа в неделю. Продолжительностью занятия - 40 мин.

Программы дополнительного образования обладают высокой мобильностью и вариативностью, поэтому режим занятий может меняться, в зависимости от потребностей обучающихся, а также в связи с проведением различных мероприятий на уровне гимназии, города, округа.

Уровень освоения программы – стартовый.

Формы обучения и виды занятий

Занятия проходят в очной форме.

Основные формы занятий: тематические, комбинированные, репетиционные занятия, концерты, игровые занятия, конкурсы, мастер-классы, праздники.

Обозначенный объем программы планируется к реализации в различных формах практической и концертной деятельности.

В зависимости от поставленных задач и потребностей обучающихся, форма проведения занятий может быть, как групповой, так и индивидуальной.

При разработке дополнительной общеобразовательной программы предусмотрены подготовка и участие в массовых мероприятиях (концерты, балы, конкурсы, фестивали), что создает необходимые условия для совместного труда и отдыха учащихся, а также их родителей.

Взаимодействие с родителями. Совместные мероприятия детей и родителей (к праздничным дням); отчетный концерт.

1.2. Цель программы

Цель: Развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся, на основе приобретенных комплекса

знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью танцевального искусства.

Задачи:

Обучающие:

1. Формировать базовые хореографические навыки в области классического, народного и эстрадного танцев, элементарных навыков гимнастики.
2. Обеспечить постановочную работу и концертную деятельность (разучивание танцевальных композиций, участие детей в концертных выступлениях, конкурсах и т.п.).
3. Обучать синхронности исполнения.
4. Способствовать раскрытию индивидуальности через исполнение отдельных движений и хореографических номеров.

Развивающие:

1. Развивать и совершенствовать исполнительские и хореографические навыки.
2. Способствовать развитию координации, гибкости, пластики, общей физической выносливости.
3. Развивать память, творческого мышления и воображения путем использования игр и импровизации на занятиях.
4. Развивать эмоциональность и артистичность при исполнении отдельных движений и танцев.
5. Сформировать навык соблюдения техники безопасности.

Воспитательные:

1. Формировать художественно-эстетический вкус, общую культуру личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе.
2. Формировать чувства уважения к прошлому и настоящему своего народа, его культурным ценностям.

3. Воспитывать дисциплинированность, ответственность, способность самоорганизовываться.

4. Формировать потребности и навыки сохранения и укрепления здоровья.

5. Способствовать развитию чувства коллективизма.

Учебный план

№ занятия	Тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	1	1	-	Диагностика. Опрос
1	Модуль. «Ритмика и эстрадный танец»	7	1	6	
1.1	Инструктажи по ТБ на занятиях.	1	1	-	Творческое задание
1.2	Реверанс. Точки зала.	1		1	Практическое задание.
1.3	Позиции рук, ног в классическом танце. 1,2,3.	2		2	Практическое задание.
1.4	Позиции рук и ног в народном и классическом танце.	3		3	Практическое задание.
2	Модуль. «Азбука классического танца и партерная гимнастика»	7	-	6	
2.1	Развитие пластической выразительности движений рук.	1		1	Практическое задание.
2.2	Движения по диагонали: марш, прыжки, подскоки,	1		1	Практическое задание.

	галоп.				
2.3	Портретная гимнастика: упражнения для стопы, вытянутость носочков.	2		2	Практическое задание.
2.4	Постановка танца, соединение выученных упражнений. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	2		2	Практическое задание.
3	Модуль. Промежуточная аттестация	2	1	1	
3.1	Промежуточная аттестация. Повторение и совершенствование ранее изученного хореографического материала.	2	1	1	Диагностика Творческое задание
4	Модуль. Детский танец	8	1	6	
4.1	Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон	2	1	1	Практическое задание. Творческое задание
4.2	Шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами отработка	2		2	Практическое задание
4.3	Диагональ. Боковой ход. Поскоки в комбинации.	1		1	Практическое задание
4.4	Работа в парах «Кружение»	1		1	Практическое задание

4.5	Отработка движений «почемучка»	1		1	Практическое задание
4.6	Соединений всех движений в танец	1		1	Практическое задание
5	Модуль. Современный танец	9	-	9	
5.1	Упражнения для развития координации.	1		1	Практическое задание
5.2	Элементы современной хореографии. Изучение параллельных позиций ног; изучение положений рук и основных положений корпуса.	2		2	Практическое задание
5.3	Элементы современной хореографии. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения.	2		2	Практическое задание
5.4	Постановка танца. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	2		2	Практическое задание
5.6	Совершенствование разученных танцев.	2		2	Практическое задание
	Итоговая аттестация	2	1	1	Диагностика
	Итого:	36	5	31	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория: Знакомство с обучающимися. Беседа о значении танца в жизни людей разных национальностей. Выявление интересов ребят, уровня из знаний, возможностей. Введение в курс обучения по данной программе, ознакомление с планами работы на год обучения. Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка в кабинете хореографии.

Модуль 1. «Ритмика и пластика»

Тема 1.1 «Инструктажи по ТБ на занятиях»

Теория: Значение разминки, Понятия «Ровная спина», «Вытянутая стопа». Техника безопасности.

Тема 1.2 «Реверанс. Точки зала»

Практика: Изучение «точек зала». Понимания пространственной ориентации. Определенные метки на полу для расстановки группы, метки на стенах для фиксации взгляда при поворотах, наклонах, продвижениях по залу.

Тема 1.3 «Позиции рук, ног в классическом танце:1,2,3»

Практика: Изучение подготовительной, I, II, III позиций рук. Игра «Правая и левая рука».

Тема 1.4 «Позиции рук и ног в народном и классическом танце»

Практика: Упражнения на развитие эластичности стопы: полупальцы, перекаты, приседания. Упражнения на устойчивость, развитие координации (упражнение «Цапля»). Игры «Бегущие ножки». Упражнения - наклоны корпуса для развития гибкости, прямой спины. Прыжки по VI позиции ног. Ритмические разминки на развитие отдельных групп мышц.

Модуль 2. «Азбука классического танца и партерная гимнастика»

Тема 2.1 «Развитие пластической выразительности движений рук»

Практика: Пояснение понятия «Классический танец». Показ основных элементарных позиций рук и ног, постановку корпуса, головы.

Тема 2.2 «Движения по диагонали: марш, прыжки, подскоки, галоп»

Практика: Знакомство с названиями отдельных технических движений для: подъема ноги, стопы, пальцев, паховой зоны, поясницы, «птичка», пресс. Название и особенности движений на полу. Объяснение необходимости терпения. Психологический настрой на неприятные ощущения при растягивании мышц.; изучение I, II, III, IV позиций ног. Прыжки по 6 позиции. Приобретение устойчивости, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги.

Тема 2.3 «Портретная гимнастика: упражнения для стопы, вытянутость носочков»

Практика: Ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения) Упражнения на выработку осанки. (упражнения на координацию движений) Приседания. Упражнения на развитие пресса (сгибание – разгибание корпуса, работа ног). Быстрые наклоны в стороны с поднятыми руками. Растяжка.

Тема 2.4 «Постановка танца, соединение выученных упражнений. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации»

Практика: Изучение движений танцевального номера. Отработка движений танцевального номера. Соединение движений в комбинации. Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок. Репетиционная работа.

Модуль 3. Промежуточная аттестация

Тема 3.1 «Промежуточная аттестация. Повторение и совершенствование ранее изученного хореографического материала»

Теория: Зачет по пройденному материалу.

Практика: Творческий этюд.

Модуль 4. «Детский танец»

Тема 4.1 «Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон»

Теория:

Практика: Работа над выходом с кубиками.

Тема 4.2 «Шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами отработка»

Практика: Отработка шага «Гномиков». Придумывание движений и отработка под счет и музыку. Движение «Потягивание», «Вертушка». Перестроение в колонну, по диагонали. Шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами.

Тема 4.3 «Диагональ. Боковой ход. Пскоки в комбинации. Работа в парах «Кружение»»

Практика: Работа в парах «Кружение». Изучение и исполнение движений с педагогом и самостоятельно.

Тема 4.4 «Соединений всех движений в танец»

Практика: Соединений всех движений в танец. Показ танца на родительском собрании

Модуль 5. «Современный танец»

Тема 5.1 «Упражнения для развития координации»

Практика: Улучшение координации движений и эмоциональной выразительности учащихся. Plié. Battements tendus.

Тема 5.2 «Элементы современной хореографии. Изучение параллельных позиций ног; изучение положений рук и основных положений корпуса»

Практика: Техника Грэм (Graham Technique) - техника танца модерн. Техника Лимон (Jose Limon Technique) - техника танца модерн. Техника Каннингхэм (Cunningham Technique) - техника танца постмодерн.

Тема 5.3 «Элементы современной хореографии. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения»

Практика: Техника релиз (Release based Technique) – техника современного танца, основанная на освобождении (релизе) некоторых групп мышц с целью получения навыков использования только тех групп мышц, которые необходимы в процессе танца.

Тема 5.4 «Постановка танца. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации»

Практика: С помощью техники релиз развивается понимание собственного тела, что даёт большое разнообразие для развития хореографической лексики танцовщика. Контактная импровизация (Contact Improvisation, CI) – танец, в котором импровизация строится вокруг точки контакта с партнёром. Контактная импровизация является одной из форм свободного танца.

Тема 5.5 «Совершенствование разученных танцев»

Практика: Развитие танцевальной техники. Закрепление и расширение танцевальных навыков.

Модуль 6. Постановочная работа

Итоговая аттестация

Содержание программы

2-й год обучения Задачи:

Обучающие:

1. Продолжить формировать базовые хореографические навыки в области классического, народного и эстрадного танцев, элементарных навыков.
2. Обеспечить постановочную работу и концертную деятельность (разучивание танцевальных композиций, участие детей в концертных выступлениях, конкурсах и т.п.).
3. Обучать синхронности исполнения.
4. Способствовать раскрытию индивидуальности через исполнение отдельных движений и хореографических номеров.

Развивающие:

1. Продолжить развивать и совершенствовать исполнительские и хореографические навыки гимназистов.
2. Способствовать развитию координации, гибкости, пластики, общей физической выносливости.
3. Развивать память, творческого мышления и воображения путем использования игр и импровизации на занятиях.
4. Развивать эмоциональность и артистичность при исполнении отдельных движений и танцев.
5. Сформировать навык соблюдения техники безопасности.

Воспитательные:

1. Продолжить формировать художественно-эстетический вкус, общую культуру личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе.
2. Формировать чувства уважения к прошлому и настоящему своего народа, его культурным ценностям.
3. Воспитывать дисциплинированность, ответственность, способность самоорганизовываться.

4. Формировать потребности и навыки сохранения и укрепления здоровья.

5. Способствовать развитию чувства коллективизма.

Учебный план

№ занятия	Тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	1	1	-	Диагностика. Опрос
1	Модуль. «Ритмика и эстрадный танец»	7	1	6	
1.1	Инструктажи по ТБ на занятиях.	1	1	-	Творческое задание
1.2	Реверанс. Точки зала.	1		1	Практическое задание.
1.3	Позиции рук, ног в классическом танце. 1,2,3.	2		2	Практическое задание.
1.4	Позиции рук и ног в народном и классическом танце.	3		3	Практическое задание.
2	Модуль. «Азбука классического танца и партерная гимнастика»	7	-	6	
2.1	Развитие пластической выразительности движений рук.	1		1	Практическое задание.
2.2	Движения по диагонали: марш, прыжки, подскоки, галоп.	1		1	Практическое задание.
2.3	Портретная гимнастика: упражнения для	2		2	Практическое задание.

	стопы, вытянутость носочков.				
2.4	Постановка танца, соединение выученных упражнений. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	2		2	Практическое задание.
3	Модуль. «Промежуточная аттестация»	2	1	1	
3.1	Промежуточная аттестация. Повторение и совершенствование ранее изученного хореографического материала.	2	1	1	Диагностика Творческое задание
4	Модуль. «Детский танец»	8	1	6	
4.1	Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон	2	1	1	Практическое задание. Творческое задание
4.2	Шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами отработка	2		2	Практическое задание
4.3	Диагональ. Боковой ход. Поскоки в комбинации.	1		1	Практическое задание
4.4	Работа в парах «Кружение»	1		1	Практическое задание
4.5	Отработка движений «почемучка»	1		1	Практическое задание
4.6	Соединений всех	1		1	Практическое задание

	движений в танец				
5	Модуль. «Народно-сценический танец»	9	1	8	
5.1	Знакомство детей с танцевальными движениями. Прослушивание музыки	1	1		Практическое задание
5.2	Выдвижение ноги в сторону и вперёд в сочетании с полуприседанием под счет	2		2	Практическое задание
5.3	Выдвижение ноги в народном характере с носка на каблук	2		2	Практическое задание
5.4	Танцевальная импровизация.	2		2	Практическое задание
5.5	Постановка танца. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	2		2	Практическое задание
	Итоговая аттестация	2	1	1	Диагностика
	Итого:	36	6	30	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория: Знакомство с обучающимися. Беседа о значении танца в жизни людей разных национальностей. Выявление интересов ребят, уровня из знаний, возможностей. Введение в курс обучения по данной программе, ознакомление с планами работы на год обучения. Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка в кабинете хореографии.

Модуль 1. «Ритмика и пластика»

Тема 1.1 «Инструктажи по ТБ на занятиях»

Теория: Значение разминки, Понятия «Ровная спина», «Вытянутая стопа». Техника безопасности.

Тема 1.2 «Реверанс. Точки зала»

Практика: Изучение «точек зала». Понимания пространственной ориентации. Определенные метки на полу для расстановки группы, метки на стенах для фиксации взгляда при поворотах, наклонах, продвижениях по залу.

Тема 1.3 «Позиции рук, ног в классическом танце:1,2,3»

Практика: Изучение подготовительной, I, II, III позиций рук. Игра «Правая и левая рука».

Тема 1.4 «Позиции рук и ног в народном и классическом танце»

Практика: Упражнения на развитие эластичности стопы: полупальцы, перекаты, приседания. Упражнения на устойчивость, развитие координации (упражнение «Цапля»). Игры «Бегущие ножки». Упражнения - наклоны корпуса для развития гибкости, прямой спины. Прыжки по VI позиции ног. Ритмические разминки на развитие отдельных групп мышц.

Модуль 2. «Азбука классического танца и партерная гимнастика»

Тема 2.1 «Развитие пластической выразительности движений рук»

Практика: Пояснение понятия «Классический танец». Показ основных элементарных позиций рук и ног, постановку корпуса, головы.

Тема 2.2 «Движения по диагонали: марш, прыжки, подскоки, галоп»

Практика: Знакомство с названиями отдельных технических движений для: подъема ноги, стопы, пальцев, паховой зоны, поясницы, «птичка», пресс. Название и особенности движений на полу. Объяснение необходимости терпения. Психологический настрой на неприятные ощущения при растягивании мышц.; изучение I, II, III, IV позиций ног. Прыжки по 6 позиции. Приобретение устойчивости, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги.

Тема 2.3 «Портретная гимнастика: упражнения для стопы, вытянутость носочков»

Практика: Ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения) Упражнения на выработку осанки. (упражнения на координацию движений) Приседания. Упражнения на развитие пресса (сгибание – разгибание корпуса, работа ног). Быстрые наклоны в стороны с поднятыми руками. Растяжка.

Тема 2.4 «Постановка танца, соединение выученных упражнений. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации»

Практика: Изучение движений танцевального номера. Отработка движений танцевального номера. Соединение движений в комбинации. Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок. Репетиционная работа.

Модуль 3. Промежуточная аттестация

Тема 3.1 «Промежуточная аттестация. Повторение и совершенствование ранее изученного хореографического материала»

Теория: Зачет по пройденному материалу.

Практика: Творческий этюд.

Модуль 4. «Детский танец»

Тема 4.1 «Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон»

Теория:

Практика: Работа над выходом с кубиками.

Тема 4.2 «Шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами отработка»

Практика: Отработка шага «Гномиков». Придумывание движений и отработка под счет и музыку. Движение «Потягивание», «Вертушка». Перестроение в колонну, по диагонали. Шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами.

Тема 4.3 «Диагональ. Боковой ход. Пскоки в комбинации. Работа в парах «Кружение»»

Практика: Работа в парах «Кружение». Изучение и исполнение движений с педагогом и самостоятельно.

Тема 4.4 «Соединений всех движений в танец»

Практика: Соединений всех движений в танец. Показ танца на родительском собрании

Модуль 5. «Народно-сценический танец»

Тема 5.1 «Знакомство детей с танцевальными движениями. Прослушивание музыки»

Теория: Знакомство с разнообразием русских народных танцев различных сюжетов и тем.

Тема 5.2 «Выдвижение ноги в сторону и вперед в сочетании с полуприседанием под счет»

Практика: Изучение рисунков: линий, диагонали, круги в русских движениях в сольном и групповом танцах.

Тема 5.3 «Выдвижение ноги в народном характере с носка на каблук»

Практика: Особенности открывания и закрывания рук. Прослушивание народной музыки. Поклон в характере русского танца. Ходы и проходки на середине зала, выстраивая рисунок квадрат, круг, диагональ и др. Основные положения рук.

Тема 5.4 «Танцевальная импровизация.»

Практика: Основные положения ног: 1,2,3-я. Раскрывание и закрывание рук:

- а) одной руки; двух рук;
- б) поочередное раскрывание рук;
- в) переводы рук в различные положения;

Притопы:

- а) одинарные; тройные;
- б) удар всей стопой;
- в) шаги с притопом в сторону;

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции. Бег на месте и с продвижением вперед и назад на полупальцах. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя. Выведение ноги на каблук из свободной 1 позиции, затем приведение ее в исходное положение.

Тема 5.5 «Постановка танца. Исполнение танце-вальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.»

Практика: Развитие танцевальной техники. Закрепление и расширение танцевальных навыков. Разучивание, закрепление, совершенствование новых композиций танца. Формирование умения работать в паре и в «ансамбле».

Модуль 6. Постановочная работа

Итоговая аттестация

1.4. Планируемые результаты

1 год обучения:

Предметные:

Обретут базовые навыки в области классического, эстрадного, современного танца, элементарных навыков гимнастики;

Получат навыки в постановочной работе и концертных выступлениях;

Научатся синхронному исполнению.

Метапредметные:

Разовьют и усовершенствуют исполнительские и хореографические навыки;

Разовьют координацию, гибкость, пластику, память, творческое мышление.

Личностные:

Сформируют художественно-эстетический вкус, общую культуру личности ребенка;

Сформируют чувства уважения к прошлому и настоящему своего народа, его культурным ценностям;

Воспитают дисциплинированность, ответственность.

2 год обучения:

Предметные:

Обретут базовые навыки в области классического, эстрадного, современного танца, элементарных навыков гимнастики;

Получат навыки в постановочной работе и концертных выступлениях;

Научатся синхронному исполнению;

Раскроют индивидуальности через исполнение отдельных движений и хореографических номеров.

Метапредметные:

Разовьют и усовершенствуют исполнительские и хореографические навыки;

Разовьют координацию, гибкость, пластику;

Разовьют память, творческого мышления и воображения путем использования игр и импровизации на занятиях;

Разовьют эмоциональность и артистичность при исполнении отдельных движений и танцев;

Сформируют навык соблюдения техники безопасности.

Личностные:

Сформируют художественно-эстетический вкус, общую культуру личности ребенка;

Сформируют чувства уважения к прошлому и настоящему своего народа, его культурным ценностям;

Воспитают дисциплинированность, ответственность.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

2.1. Календарный учебный график (приложение 1)

Режим организации занятий по данной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным «СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» - СП 2.4.3648-20 (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 №28) «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; СП 2.2.3670-20 (постановление от 02.12.2020 №40) «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда.

Всего учебных недель – 36.

Количество учебных часов: 1-й год – 36 ч, 2-й год – 36 ч.

Продолжительность (зимних) каникул - 1 неделя (7 дней)

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- специально оборудованное помещение со станками и зеркалами;
 - технических средств обучения (музыкальный центр, видеовоспроизводящая аппаратура);
 - музыкальный материал на дисках;
 - помещение для переодевания;
 - сцены для репетиций и выступлений;
 - специальная форма для занятий:
- Девочки: купальник, юбка, балетки.

Мальчики: черные шорты, белая футболка, чешки.

2.3 Формы контроля

В рамках реализации программы предусмотрены следующие виды контроля/ аттестации: входной контроль, текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестации.

Входной контроль проводится непосредственно перед началом занятий при приеме обучающегося в учебную группу. Предусмотрены собеседование, входная диагностика на предмет определения способностей и мотивации ребенка к занятиям хореографией, а также проверка отсутствия противопоказаний.

Текущий контроль осуществляется в рамках проведения занятий в формах диагностики, устного опроса, практических заданий, наблюдения в процессе самостоятельной работы обучающихся.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится в конце первого полугодия, учебного года, как результат освоения материала за соответствующий период обучения. Промежуточная аттестация определяет на сколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения. Возможны следующие формы: внутригрупповые и/ или межгрупповые конкурсы, просмотры, отчетный концерт.

Итоговая аттестация проводится в форме отчетного концерта.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются:

- систематичность
- учет индивидуальных особенностей.

Методическое обеспечение

№ п/п	Название модуля	Форма занятия	Технологии и методы обучения	Дидактическ ий материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1-й год					
1	Ритмика и пластика				
2	Азбука классического танца и партерная гимнастика				
3	Промежуточн ая аттестация				
4	Детский танец				
5	Современный танец				
2-й год обучения					
1	Ритмика и пластика				
2	Азбука классического танца и партерная гимнастика				
3	Промежуточн ая аттестация				
4	Детский танец				
5	Народно-сценический танец				

2.6. Список литературы

Список литературы.

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон № 273-ФЗ;
2. Санитарные правила СП2.4.3648-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного

государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28;

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31.03.2022г. N 678-р;

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Список литературы для педагога:

1. Бальные танцы: репертуарный аннотированный список. – М., 1965.
2. Гавликовский Н. А. Руководство для изучения танцев – СПб., 1899.
3. Де-Колиньярю Практический самоучитель бальных танцев для обоего пола. – М., 1896.
4. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М, искусство 1999.
5. Васильева Т.К. «Секрет танца».
6. Зуев Е.И. «Волшебная сила растяжки», М, 1990.
7. Захаров Р. «Работа балетмейстера с исполнителями».
8. Костровицкая В. «Школа современного танца».
9. Станиславский К. «Моя жизнь в искусстве».
10. Захаров Р. Беседы о танце. – М., 1937.
11. Краковская В. М. Западноевропейский балетный театру Очерки истории: в 4 т., т. 1. – Искусство, 1979.
12. Максин А. Изучение бальных танцев. – М., 1839.

Список литературы для обучающихся:

1. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. В помощь музыкальным руководителям, воспитателям родителям/ Художники Ю.В. Турилова, В. Н. Куров. – Ярославль: Академия развития: Академия, К*: Академия Холдинг, 2000. – 112 с.: ил. – (Серия: «Детский сад день за днем»).

2. Нарская Т. Б. Классический танец: Учебно-методическое пособие. – Челябинск, 1998. – 156 с.

3. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца. 3 изд., стер. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2007. – 344с.: ил. – (Мир культуры, истории и философии).

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Вводное занятие								
					1	Вводное занятие	Хореографический зал	
Модуль 1. «Ритмика и эстрадный танец»								
1.1					1	Инструктажи по ТБ на занятиях.	Хореографический зал	
1.2					1	Реверанс. Точки зала.	Хореографический зал	
1.3					2	Позиции рук, ног в классическом танце. 1,2,3.	Хореографический зал	
1.4					3	Позиции рук и ног в народном и классическом танце.	Хореографический зал	
Модуль 2. «Азбука классического танца и партерная гимнастика»								
2.1					1	Развитие пластической выразительности движений рук.	Хореографический зал	
2.2					1	Движения по диагонали: марш, прыжки, подскоки, галоп.	Хореографический зал	
2.3					2	Портретная гимнастика: упражнения для стопы, вытянутость носочков.	Хореографический зал	

2.4					2	Постановка танца, соединение выученных упражнений. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	Хореографический зал	
Модуль 3. «Промежуточная аттестация»								
3					2	Промежуточная аттестация. Повторение и совершенствование ранее изученного хореографического материала.		
Модуль 4. «Детский танец»								
4.1					2	Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон	Хореографический зал	
4.2					2	Шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами отработка	Хореографический зал	
4.3					1	Диагональ. Боковой ход. Пскоки в комбинации.	Хореографический зал	
4.4					1	Работа в парах «Кружение»	Хореографический зал	

4.5					1	Отработка движений «почемучка»	Хореографический зал	
4.6					1	Соединений всех движений в танец	Хореографический зал	
Модуль 5. «Современный танец»								
5.1					1	Упражнения для развития координации.		
5.2					2	Элементы современной хореографии. Изучение параллельных позиций ног; изучение положений рук и основных положений корпуса.		
5.3					2	Элементы современной хореографии. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения.		
5.4					2	Постановка танца. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.		
5.5					2	Совершенствование		

						разученных танцев.		
Итоговая аттестация								
					2	Итоговая аттестация. Итоговое занятие.	Хореографический зал	

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Вводное занятие								
					1	Вводное занятие	Хореографический зал	
Модуль 1. «Ритмика и эстрадный танец»								
1.1					1	Инструктажи по ТБ на занятиях.	Хореографический зал	
1.2					1	Реверанс. Точки зала.	Хореографический зал	
1.3					2	Позиции рук, ног в классическом танце. 1,2,3.	Хореографический зал	
1.4					3	Позиции рук и ног в народном и классическом танце.	Хореографический зал	
Модуль 2. «Азбука классического танца и партерная гимнастика»								
2.1					1	Развитие пластической выразительности движений рук.	Хореографический зал	
2.2					1	Движения по диагонали: марш, прыжки, подскоки, галоп.	Хореографический зал	
2.3					2	Портретная гимнастика: упражнения для стопы, вытянутость носочков.	Хореографический зал	

2.4					2	Постановка танца, соединение выученных упражнений. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	Хореографический зал	
Модуль 3. «Промежуточная аттестация»								
3.1					2	Промежуточная аттестация. Повторение и совершенствование ранее изученного хореографического материала.	Хореографический зал	
Модуль 4. «Детский танец»								
4.1					2	Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон	Хореографический зал	
4.2					2	Шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами отработка	Хореографический зал	
4.3					1	Диагональ. Боковой ход. Поскоки в комбинации.	Хореографический зал	

4.4					1	Работа в парах «Кружение»	Хореографический зал	
4.5					1	Отработка движений «почемучка»	Хореографический зал	
4.6					1	Соединений всех движений в танец	Хореографический зал	
Модуль 5. «Народно-сценический танец»								
5.1					1	Знакомство детей с танцевальными движениями. Прослушивание музыки	Хореографический зал	
5.2					1	Выдвижение ноги в сторону и вперёд в сочетании с полуприседанием под счет	Хореографический зал	
5.3					1	Выдвижение ноги в народном характере с носки на каблук	Хореографический зал	
5.4					1	Танцевальная импровизация.	Хореографический зал	
5.5					2	Постановка танца. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием	Хореографический зал	

						импровизации.		
Итоговая аттестация								
					2	Итоговая аттестация. Итоговое занятие.	Хореографический зал	

