


Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Иркутска
«Детско-юношеский центр «Илья Муромец»

«Рассмотрено»:
Методическим советом
Протокол № 1

от «08» сентября 2020 г.

«Утверждено»:
Директор МБУ ДО г.Иркутска
ДЮЦ «Илья Муромец»
Е.В.Кузнецова
«08» сентября 2020 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
«II ступенька хореографии»**

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 7-9 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель: Танкович Екатерина Александровна,
педагог дополнительного образования

Иркутск, 2020-2021

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Учебно-тематический план	7
Содержание программы	7
Календарно-тематический план.....	9
Материально-техническое обеспечение	12
Список литературы	13
Приложение 1. Педагогический мониторинг	14

Пояснительная записка

"Танец — самое возвышенное, самое волнующее и самое прекрасное из всех искусств, поскольку он не просто отражение жизни или отвлечение от нее, а сама жизнь".

Жан Жорж Новерр.

Мы живем в нашем теле, без него невозможно существование в этом мире, оно является выражением нашей души. Это единство нельзя разорвать, не прервав одновременно и жизнь. Когда душа и тело находятся во взаимодействии, влияют друг на друга – развивается гармоническая, уравновешенная личность. Тело и его процессы – это фундамент личности. Через тело можно понять личность, сущность человека, через тело можно строить, развивая эту сущность намного сильнее. Любое хорошее воспитание во все времена было неразрывно связано с работой над телом. Красивый, полноценный человек представляется нам прямым, энергичным, с хорошей осанкой, походкой, умением пластично двигаться, танцевать, управлять своим телом, а достигается такое гармоничное развитие личности благодаря занятиям хореографией.

Хореография – это танцевальное искусство, которое позволяет вырабатывать не только высокую физическую культуру тела, но и психологическую культуру: танцы дарят радость человеку, доставляют удовольствие, расслабляя после психических и нервно - эмоциональных нагрузок. Поэтому занятия хореографией являются важным этапом в воспитании детей.

В наше время у каждого ребенка есть возможность развиваться полноценно и гармонично, уделяя внимание дополнительному образованию, многие останавливают свой выбор именно на хореографии, раскрывают свои творческие способности, танцуя в профессиональных и любительских коллективах.

Образовательная программа разработана на основе:

Анализа государственных программ для учреждений дополнительного образования:

1. Е.Е.Навиславская «Ритмопластическое воспитание ученика хореографического коллектива с элементами актерского мастерства» - Санкт-Петербург, 2013.
2. Л.А Аникина «Ритмика 1- 4 классы» - Тайшет, 2012.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно - постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения и с учетом нормативных требований документов:

- закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, ст. 12,33,58,59,75;
- порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008;
- СанПиН 2.4.4.3172 – 14, утвержденного Постановлением №41 от 04.07.2014г;
- письма службы по контролю и надзору в сфере образования Иркутской области «О структуре и содержании дополнительных общеразвивающих программ» 14.04.2015г. №75-37-0768/15
- Устава учреждения.

Практическая значимость – непосредственное приобщение к искусству танца дает детям настоящее творческое удовлетворение, незаметно для ребенка глубоко воздействуют на его взгляды, способствуют появлению в его характере новых положительных черт. Важнейшей целью педагога-хореографа является создание дружного, целеустремленного коллектива. Дети с большей серьезностью будут изучать технику танца тогда, когда поймут, что, не овладев ею, они не смогут исполнять танцевальные партии из репертуара коллектива. В связи с этим следует подчеркнуть еще одну сторону педагогической деятельности хореографа: необходимо пробуждать в детях искренний интерес к занятиям, зажигая в них огонек творческого соревнования и инициативы, ставя перед детьми доступные цели и задачи.

Детская хореография – это всестороннее развитие личности. Занятия хореографией не только укрепляют здоровье, но и дисциплинирует, воспитывают трудолюбие; раскрепощают и раскрывают индивидуальность ребенка. По данным специалистов, танцующие дети быстрее развиваются и добиваются успехов, чем их не танцующие сверстники.

Новизна данной образовательной программы заключается в комплексном использовании трех методов: метода ритмических упражнений, метода хореографической коррекции и методики партерного стретчинга. Выбор основных методов обучения основан на возрастных и индивидуальных особенностях детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Цель программы: данная образовательная программа включает в себя: классический танец, русский народный танец, современный танец, партерную гимнастику. Занятия танцами укрепляют здоровье, эмоциональное состояние детей; развивают координацию движений, гибкость, ловкость, чувство ритма; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Сформировать художественно-эстетический вкус, умение ориентироваться в различных стилях хореографии, определяя технику исполнения танцующих.
2. Расширить область знаний хореографического искусства при прохождении этапов обучения классическому и народно-сценическому танцам.
3. Сформировать навыки осмысленного и выразительного исполнения хореографических упражнений и элементов.

Развивающие:

1. Развить эластичность и подвижность мышц; разработать и укрепить опорно-двигательный аппарат.
2. Развить чувства ритма и музыкальности у детей, умения слышать и чувствовать музыку, понимать музыкальный материал.
3. Развить зрительную, слуховую и моторную (мышечную) памяти.
4. Развить артистизм и эмоциональность в исполнении.
5. Развить творческое воображение в постановке этюдов и композиций.

Воспитательные:

1. Воспитать активное, творческое отношение к жизни, самостоятельность и инициативность.
2. Сформировать навыки коллективной работы.
3. Воспитать трудолюбие и самодисциплину, целеустремленность.
4. Воспитывать интерес к хореографическим спектаклям и национальной народной хореографии.

Направленность рабочей образовательной программы: художественная.

Программа опирается на методики преподавания хореографических дисциплин Е.Е. Навиславской, А.И Константиновой, Ю.И Громова, И.Г Генслер и др., педагогические труды А.Я. Вагановой, Г.П. Гусева, А.А Сапогова, Ж.Г. Хаас.

Возраст обучающихся: 7-10 лет.

Сроки реализации программы: 1 год

Форма занятий: групповое обучение.

Режим занятий: недельная нагрузка - 4 часов (144 часов в год).

Год обучения	Режим занятий	Кол-во часов в неделю
I	2 раза в неделю по 2 часа	4 (144 в год)

Количество детей в группе: 12-15.

Практический курс

Год обучения предполагает обязательные дисциплины:
Классический танец. Народный танец. Основы современного танца.

Теоретический курс

Хореографическая терминология. Тематические рассказы (история хореографии), просмотр видеоматериалов.

Групповая работа. Специальная подготовка, постановка массовых танцевальных номеров.

Индивидуальная работа. Постановка сольных номеров, работа с аккомпаниатором.

Основные педагогические принципы, используемые при работе с детьми:

- строгая логика в построении учебного процесса в целом и урока в частности;
- постепенность и четкая последовательность в нарастании физических нагрузок и технических трудностей;
- обязательная систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии природных данных и способностей ученика;
- принцип: наглядности, доступности подаваемой информации (показ, словесное объяснение, индивидуальное исправление неточностей каждого ребенка при необходимости)
- связь теории с практикой;

Как **результат работы**: 1) *промежуточная аттестация* – итоговые тестирования обучающихся (декабрь, май) (см. Приложение 1), открытые занятия (декабрь), коллективный класс-концерт (май);

2) *концертная деятельность*: выступление на конкурсах, мероприятиях и концертах.

В результате реализации программы обучающиеся будут знать:
основные элементы классического, народного и современного танца;
особенности постановки корпуса, головы, ног, рук;
основы партерной гимнастики.

В результате реализации программы обучающиеся будут уметь:
Исполнять танцевальные этюды и композиции;
самостоятельно ориентироваться в пространстве и выполнять фигурные построения;
исполнять танцевальные комбинации;
исполнять хореографические номера на конкурсах, концертах.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Часы		
		кол-во часов	теория	практика
1.	Инструктаж по технике безопасности	2		2
2.	Основы классического танца	12	5	7
3.	Эстрадный танец	10	2	8
4.	Общая физическая подготовка	14		14
5.	Исполнительское мастерство	10	3	7
6.	Современный танец	44	5	39
7.	Работа на середине	22	2	20
8.	Концертная деятельность	26	7	19
9.	Промежуточная аттестация	4	-	4
	Итого	144	26	118

Содержание программы

1. Упражнения у станка

Exsersis на основе классического танца.

Понятийно – терминологический аппарат классического танца. Постановка корпуса рук, ног, головы у станка и на середине зала. Изучение движений групп: battement tendu, ronds, plie, allegro.

Exsersis на основе народного танца.

Понятийно – терминологический аппарат народного танца. Постановка корпуса рук, ног, головы у станка и на середине зала в характере народно-сценического танца. Изучение движений групп: battement tendu, ronds, plie, allegro в характере народного танца; вращения, дробные выстукивания. Разучивание танцевальных комбинаций на основе материала русского, белорусского, украинского танцев и танцев народов Прибалтики.

2. Современный танец.

Изучение основных положений джазового танца, изучение позиций ног, рук, положение кисти. Изучение комбинаций на основе элементов джазового танца.

3. Работа на середине

Прыжки - развитие силы бедра, эластичность и крепость связок ступней и коленей.

Туры - учимся ориентироваться в пространстве и развиваем устойчивость.

4. **Концертно-сценическая деятельность.**

Постановка танцевальных номеров на основе изучаемого материала

Концертно-сценическая практика, участие в районных хореографических конкурсах.

Календарно-тематический план

№ Занятия	Сроки	Тема занятий	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
1,2		Инструктаж по технике безопасности	2		2
Основы классического танца			12	5	7
3,4		Постановка корпуса	2	1	1
5,6		Позиции рук и ног	2	1	1
7,8		Exsersis у станка	2	1	1
9,10		Exsersis на середине	2	1	1
11,12		Подготовка к вращениям	2	1	1
13,14		Allegro	2		2
Эстрадный танец			10	2	8
15,16		Пространственная ориентация	2	1	1
17,18		Проработка различных частей тела	2		2
19,20		Развитие координации	2		2
21,22		Рисунки танца	2	1	1
23,24		Работа в продвижении	2		2
Общая физическая подготовка			14		14
25,26		Работа над стопами	2		2
27,28		Работа над подколенными связками	2		2
29,30		Растяжение и укрепление спины	2		2
31,32		Работа над мышцами пресса	2		2
33,34		Работа над ахилловым сухожилием	2		2
35,36		Работа над силой ног	2		2
37,38		Работа над силой рук	2		2
Исполнительское мастерство			10	3	7
39,40		Индивидуальная работа	2	1	1
41,42		Парная и групповая работа	2		2
43,44		Актерское мастерство	2	1	1
45,46		Культура исполнителя	2	1	1

47,48		Работа над сценическим образом	2		2
Современный танец			44	5	39
49,50		Изоляция	2		2
51,52		Позиции рук и ног	2		2
53,54		Exsersis на середине и в партере	2		2
55,56		Импровизация	2		2
57,58		Cross	2		2
59,60		Основные позиции рук (изучаем 5 позиции)	2		2
61,62		Основные позиции джазового танца	2		2
63,64		Исполнение основные элементов джазового танца на середине зала	2		2
65,66		Промежуточная аттестация	2		2
67,68		Отработка элементов на середине зала	2		2
69,70		Основы техники спиралей	2		2
71,72		Основные шаги «кроссы»	2	1	1
73,74		Отработка изученного материала.	2		2
75,76		Закрепление изученного материала.	2		2
77,78		Вращения	2	1	1
79,80		Подготовка к вращениям по точкам.	2		2
81,82		Виды вращений	2		2
83,84		Подготовка к вращениям на месте – туры	2	1	1
85,86		Прыжки для разогрева	2		2
87,88		Простые прыжки – sotte; с поджатыми; ножницы	2		2
89,90		Прыжки в высоту	2		2
91,92		Прыжки в длину	2	2	
93,94		Прыжки в длину, отработка на середине	2		2

Работа на середине			22	2	20
95,96		Прыжки (allegro)	2	1	1
97,98		Temps levé sauté	2		2
99, 100		Правильное затягивание мышц в воздухе.	2		2
101, 102		Отработка Pas échappé	2		2
103, 104		Pas assemblé (знакомство)	2		2
105, 106		Туры – вращения; учимся держать точку и развиваем устойчивость	2		2
107, 108		В каждом зале 8 точек. Понятие «держать точку»	2		2
109, 110		Отработка техники поворота	2		2
111, 112		Отработка вращений на середине зала	2		2
113, 114		Вращения по диагонали	2		2
115, 116		Итоговое практическое занятие по блоку прыжки и вращения	2		2
Концертная деятельность			26	7	19
117, 118		Постановка танцевальных номеров	2		2
119, 120		Постановка танцевального номера на основе изучаемого материала.	2	1	1
121, 122		Понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг»	2	1	1
123, 124		Основные ходы и движения. Построение рисунков номера	2	1	1
125, 126		Изучение нового материала	2	1	1
127, 128		Культура исполнителя	2	1	1
129, 130		Поведение на сцене	2	1	1
131, 132		Участие в концертах различного уровня	2		2

133, 134		Участие в концертах различного уровня	2		2
135, 136		Концертная деятельность	2		2
137, 138		Отработка и закрепления танцевального материала	2		2
139, 140		Отработка и закрепления танцевального материала	2		2
141, 142		Подготовка к открытому уроку	2	1	1
143, 144		Промежуточная аттестация	2		2
Всего			144	26	118

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации данной программы необходимо следующее:

Занятия хореографией должны проходить в просторном, проветренном классе. Прикрепляемая вдоль стены палка (станок) должна соответствовать росту, находиться на уровне талии или чуть выше. Опоры устанавливают напротив зеркал. При занятиях зеркало помогает проверить правильность выполнения упражнений, стройности, осанки, красоту позы. Оно отмечает и ошибки, и достижения. Форма для занятий должна быть удобной и не стеснять движений (танцевальное трико и купальник), танцевальная обувь: балетки, народные туфли, сапоги. Волосы аккуратно причесаны и собраны в пучок. Занятие должно проводиться под музыкальное сопровождение, что способствует музыкальному образованию детей.

Музыкальная аппаратура, музыкальные диски, музыкальный материал. Мягкие коврики для занятия стретчингом (в количестве не менее – 15 штук).

Список литературы

1. Балет. Танец. Хореография [Текст]: краткий словарь танцевальных терминов и понятий / Сост. Н.А. Александрова. - СПб.: Лань; Планета музыки, 2008. - 416 с.: ил.
2. БАЛЕТ. Энциклопедия / Под ред. Ю. Григоровича. - М., 1981.
3. Базарова Н.П. Классический танец. СПб.: Лань, Планета Музыки, 2009. — 192 с: (+ вклейка, 12 с.)
4. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Рольф, 1999. - С. 35.
5. Барышникова Т. Основы хореографии. - М., 2001. - 272 с.
6. Блатова А.Н.: - уч.-метод. пособие по народно-характерному танцу. М., 1966.
7. Богданов Г.Ф. Работа над композицией и драматургией хореографического произведения. Ч.3.: Учебно-методическое пособие / Г.Ф. Богданов. - М., 2007. - 192 с.
8. Богданов Г.Ф. Работа над музыкально-танцевальной формой хореографического произведения. Ч. 4. Вып. 1.: учебно-методическое пособие / Г.Ф. Богданов. - М.: ВЦХТ, 2008. - 144 с.
9. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Учебники для ВУЗов. Специальная литература . - 6-е изд. — СПб.: Лань, 2000. — 158 с.
10. Вильсон Гленн. Психология артистической деятельности: таланты и поклонники. – М.: «Когито-Центр», 2001. – 384 с.
11. Генслер И. Г. Методика преподавания характерного танца : учеб. пособие / И. Г. Генслер. – 2-е изд. – СПб. : Академия Русского балета имени А. Я. Вагановой, 2012. – 161 с.
12. Громов Ю. И., Рубахина Н. А. Методика учебно-творческой работы в самодеятельном танцевальном коллективе. - Л., 1968. - 116 с.
13. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актёра [Текст] / Ю.И. Громов.- 2-е изд., испр. – СПб.: Планета музыки, 2011.- 256с.
14. Захаров Р.В. Искусство балетмейстера. М.: Искусство, 1954. - 432 с.; ил.
15. Константинова А.И. Игровой стретчинг: методика работы с детьми дошкольного возраста. – СПб, 1993. – 76с.
16. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. Приложение к методике игрового стретчинга. – СПб, 1994. – 72с.
17. Митрохина Л. В. Основы актерского мастерства в хореографии: Учебное пособие/ Л. В. Митрохина. – Орел.: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2003. – 108с.

Приложение 1. Педагогический мониторинг

Пояснительная записка

С целью определения уровня усвоения образовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточные аттестации. Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-ти бальной системе и фиксируются в таблицах.

Первичная диагностика

Цель: определить физическое состояние ребенка, уровень его готовности к выполнению образовательной программы.

Задачи:

- определить уровень знаний теоретического материала и практических умений, навыков, предусмотренных программой.

Срок проведения: сентябрь

Форма проведения: собеседование, выполнение практического задания.

Содержание (см. промежуточная аттестация)

Промежуточная аттестация

Цель: выявить соответствие уровня теоретической и практической подготовки обучающихся программным требованиям.

Задачи:

- определить уровень усвоения обучающимися теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;

- определить уровень сформированности практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь

Форма проведения: открытое занятие.

Теоретическая часть:

- знание основной терминологии классического танца (экзерсиса у станка) – выворотные классические позиции рук, ног; положение кисти; основные виды пор-де-бра рук;

- знание основных элементов русского танца (гармошка, моталочка, ковырялочка и другие);

- знание основных шагов и поз современного танца (джазовые позиции, степовые шаги – основные виды).

Практическая часть:

- исполнение классических комбинаций экзерсиса у станка: plie, battement tandu, battement jete, battement rond de jambe parter;

- исполнение танцевальных комбинаций в русском характере на середине зала, показ отдельных элементов народного танца;
- демонстрация основных шагов современного танца по диагонали, кросс – продвижение, линейным рисункам.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1-4 балла) – обучающийся не владеет теоретическими знаниями, не выполняет комплекс упражнений у станка и на середине зала.

Средний уровень (5-8 баллов) – обучающийся отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, выполняет все упражнения классического и народного танца, но допускает не точности.

Максимальный уровень (9-10 баллов) – обучающийся показывает высокий уровень знаний теоретического материала и практических навыков, выполняя все упражнения данного этапа обучения.

Промежуточная аттестация

Цель: выявить соответствие уровня теоретической и практической подготовки обучающихся программным требованиям.

Задачи:

- определить степень усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами второго года обучения;
- выявить уровень усвоения теоретических знаний;
- определить уровень развития индивидуальных творческих способностей;
- провести анализ полноты реализации программы второго года обучения.

Срок проведения: май

Форма проведения: класс – концерт

Содержание

Теоретическая часть:

- знание терминологии allegro на середине зала: разделы прыжков и туров; правила исполнения прыжков и туров;
- знание терминологии классического и народного танца в объеме 2-го года обучения, охватывая экзерсис у станка и на середине зала;
- знание программных танцевальных этюдов.

Практическая часть:

- групповое и индивидуальное исполнение танцевальных этюдов на середине зала в характере русского, украинского, белорусского танцев и танцев народов Прибалтики;
- исполнение сложного комплекса упражнений на координацию движений в технике модерна, разбивка на группы движений по частям тела;
- демонстрация концертных номеров с раскрытием характеров своих персонажей и качественным исполнением трудной насыщенной лексики.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1-4 балла) – обучающийся овладел менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой.

Средний уровень (5-8 баллов) – обучающийся овладел не менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практический умений, навыков, предусмотренных программой.

Максимальный уровень (9-10 баллов) – обучающийся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой.