

Управление образования Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 12

ОБСУЖДЕНА на заседании
Педагогического совета
МБОУ СОШ № 12
Протокол от 25.05.2024г. № 5

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 12

Л.Ю. Жигалова

Приказ от 25.05.2024г. № 25.05/1-ОД



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ПЛАНЕТА ТАНЦА»**

Возраст обучающихся: 6,5-18 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:

Борисова Людмила Владимировна,
педагог дополнительного образования

Нижний Тагил
2024 год

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1. Пояснительная записка.	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Содержание программы	5
1.4. Планируемые результаты реализации программы	12
Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	14
2.1. Календарный учебный график	14
2.2. Условия реализации программы	15
2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	16
СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ/ЛИТЕРАТУРЫ	18

Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы – спортивно-оздоровительная

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Получение общего эстетического, морального и физического развития. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учит понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Также в настоящее время в развитии детей стоит остро проблема гиподинамии (недостаток движения), что способствует возникновению заболеваний в сфере скелетно-мышечного аппарата. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои 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, формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Новизна программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение.

Отличительной особенностью является активное использование интерактивной игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий.

Педагогическая целесообразность Программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия.

Данная общеразвивающая программа разработана на основе следующих *нормативных документов*:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ);
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН);
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об

- утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок);
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196»;
 6. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
 7. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»);
 8. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологическими возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
 9. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
 10. Устав МБОУ СОШ № 12;
 11. Положение о дополнительных общеобразовательных – дополнительных общеразвивающих программах Учреждения.

Адресат программы

Программа ориентирована на обучение и воспитание детей 6,5 – 18 лет, принятых в коллектив без специального отбора, по заявлению родителей (законных представителей) и имеющих разные стартовые способности.

Количество учащихся в группе – от 1 до 10 человек.

Объем, срок освоения программы и режим занятий.

Количество занятий в неделю и их продолжительность по нагрузкам определяется в соответствии с СанПиН.

Продолжительность одного академического часа – 45 минут.

Перерыв между учебными занятиями -10 минут.

Общее количество часов в неделю для одной группы – 1 час.

Программа рассчитана на 4 года обучения.

Объем программы – 136 часов

Количество часов за год –34 часа.

Особенности организации образовательного процесса

Форма обучения – очная

Методы обучения: словесный, наглядный, практический

Формы проведения занятия: занятие-беседа, праздник, занятие-репетиция, занятие мастер-класс, занятие -тренировка.

Формы организации деятельности: фронтальная, индивидуальная, индивидуально-групповая, с использованием дистанционных технологий и электронных форм обучения.

Педагогические технологии: индивидуального обучения, группового обучения, коллективного взаимообучения, игровой деятельности, коллективной творческой деятельности.

Структура каждого занятия зависит от конкретной темы и решаемых в ней задач.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель: формирование целостной, духовно- нравственной, гармонично развитой личности средствами хореографического искусства.

Для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов определены следующие задачи:

Обучающие:

- обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- обучение детей приемам актерского мастерства;
- обучение навыкам правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии.

Развивающие:

- развитие физических данных ребенка, улучшение координации движений;
- развитие у детей музыкально-ритмических навыков;
- развитие у детей активности и самостоятельности общения;
- создание базы для творческого мышления детей средствами хореографии;
- развитие коммуникативных компетенций по линии «дети-взрослые» и «дети-дети», в том числе с использованием Интернет-технологий.

Воспитательные:

- формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;
- формирование потребности здорового образа жизни;
воспитание патриотизма.

Оздоровительные:

- способствовать профилактике плоскостопия;
- способствовать формированию правильной осанки;
- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- способствовать развитию функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной системы организма.

1.3. Содержание программы

Учебный план

В образовательной программе «Планета танца» распределение учебной нагрузки может быть представлено следующим образом:

Модуль 1 (1-й год обучения) – 1 час в неделю x 34 недели = 34 часа.

И так по каждому модулю.

Содержание направлено на знакомство обучающихся с ритмикой и элементами детской хореографии и выразительными средствами танца.

В течение года дети знакомятся с основными танцевальными шагами, прыжками, партерной гимнастикой, учатся двигаться с предметами, ориентироваться в пространстве, выполнять простые танцевальные этюды.

Это позволяет им раскрыть в себе возможность познания мира через образы, игру, музыку и движение, узнать свои новые способности.

Изученные элементы ритмики применяются для выполнения простых танцевальных движений:

- вращений,
- «хлопков и притопов»,
- «ковырялочки»,
- галопа и полька-шага.

Простые танцевальные движения используются для создания танцевальных композиций, так же начинается обучение азбуке классического танца.

Учебный план к программе «Хореография»

	Тема	Кол-во часов				В том числе							
		1 год	2 год	3 год	4 год	теория				практика			
						1 год	2 год	3 год	4 год	1 год	2 год	3 год	4 год
1.	Вводное занятие	1	1	1	1	1	1	1	1	-	-	-	-
2.	Азбука танца	2	2	2	2	-	-	-	-	2	2	2	2
3.	Музыкальная грамота	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1
4.	Творческая мастерская	3	3	3	3	-	-	-	-	3	3	3	3
5.	Рисунок танца	2	2	-	-	-	-	-	-	2	2	-	-
6.	Композиция танца	-	-	2	2	-	-	-	-	-	-	2	2
7.	Постановочная работа	4	4	4	4	-	-	-	-	4	4	4	4
8.	Основы классического танца	4	4	4	4	1	1	1	1	3	3	3	3
9.	Партерная гимнастика	4	4	4	4	-	-	-	-	4	4	4	4
10.	Игровые технологии	3	-	-	-	-	-	-	-	3	-	-	-
11.	Современный танец	-	3	3	-	-	-	-	-	-	3	3	-
12.	Народный танец	-	-	-	3	-	-	-	-	-	-	-	3
13.	Репетиционная работа	4	4	4	4	-	-	-	-	4	4	4	4
14.	Сценическая практика. Концертная и конкурсная деятельность	4	4	4	4	-	-	-	-	4	4	4	4
15.	Итоговые занятия	1	1	1	1	1	1	1	1	-	-	-	-
	Итого:	34	34	34	34	4	4	4	4	30	30	30	30

Содержание учебно-тематического плана 1 года обучения

Вводное занятие. Введение в образовательную программу. Знакомство с участниками танцевального коллектива. Правила техники безопасности, поведения во время занятий и внешнего вида обучающихся.

Практическая часть. Игра «Давай познакомимся».

Азбука танца. Знакомство с различным характером, темпом, строением музыкального произведения (вступление, части), изучение динамических оттенков (фортепиано, стаккато-легато, акцент), изучение длительностей нот (целые, половины, четвертные, восьмые), понятие о ритмическом рисунке. Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Точное окончание и начало движения вместе с началом и окончанием музыкальной части. Движения в различных темпах, передача хлопками и ногами различного рисунка. История возникновения танца как вида искусства.

Практическая часть. Игры организующего порядка, музыкальные игры, танцы-минутки.

Музыкальная грамота. Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Такт и затакт.

Практическая часть. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например: оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и др.

Творческая мастерская. Исследование творческих запросов и возможностей исполнителей. Посещение концертов с последующим анализом просмотренного, использование для детального разбора видеоматериалов.

Рисунок танца. Понятие «рисунок танца». Основные рисунки: круг, диагональ, полукруг, вертикальная линия, горизонтальная линия, колонки, ручеек, змейка, галочка. Интервалы, распределение сценического пространства. Броуновское движение.

Постановочная работа. Понятия: артистизм в танце, сюжет, композиция, художественное воплощение музыкального материала. Рождение образов, этюды на эту тему. Постановка танцевального номера.

Основы классического танца. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук. Искусство танцевального поклона.

Практическая часть. Упражнения у станка. Позиции ног – 1, 2, 3. Позиции рук – подготовительная 1, 2, 3. Arrondi, allonge. Исполнение деми плие, батман тандю, деми рон де жамб пар тер, сюр ле ку де пье, батман фраппе, батман релеве лян на 45°

Партерная гимнастика. Особенности и отличия партерной гимнастики от других видов. Ее роль в развитии суставно-двигательного аппарата, коррекции физических недостатков. Музыкально-ритмические упражнения. Фигурная маршировка: движение ритмично, в соответствии с характером музыка, ее ритмом. Изучение движений, сочетающих хлопки, прыжки, притопы в разном ритмическом рисунке и комбинациях. Движения на координацию.

Практическая часть. Комплекс упражнений для коррекции осанки, нарушений свода стопы (косолапие, плоскостопие). Упражнения на напряжение и расслабление

мышц; на выработку выворотности ног; на развитие гибкости: бабочка, лягушка, русалка, лодочка, корзиночка, колечко, книжка, кукла, ножницы

Игровые технологии как форма усвоения танцевального опыта людей. С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «вращения» личности. Личностное самоопределение – это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность. Игры «Звук настанет и удары ладоней», «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию», «Я в музыке услышу кто ты, что ты», «Музыкальный теремок», «Игры на развитие актёрского мастерства».

Репетиционная работа. Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке.

Сценическая практика. Концертная и конкурсная деятельность. Правила поведения перед, во время и после концерта, выступления на сцене. Выступление с подготовленным танцевальным номером на различных концертных и конкурсных площадках.

Практическая часть. Фрагменты танцевальных композиций под различные танцевальные композиции.

Итоговое занятие. Подведение итогов.

Содержание учебно-тематического плана 2 года обучения

Вводное занятие. Особенности занятий по программе второго года. Правила техники безопасности, поведения во время занятий и внешнего вида обучающихся. Вопросы дисциплины во время выступлений, планы, цели и задачи на новый учебный год.

Практическая часть. Игра «Снежный ком».

Азбука танца. Продолжение работы над осанкой, координацией, чувством ритма и развитием двигательной памяти. Большое внимание уделяется развитию музыкальности, пластичности движения, эмоциональности выражения движения, начинается работа над выворотностью и танцевальностью, изучение сценического пространства и сценической культуры. Танец среди других видов искусства.

Практическая часть. Работа над постановкой корпуса, над развитием чувства ритма, над умением ориентировать в пространстве. Танцевальные элементы. Танцевальные связки.

Музыкальная грамота. Особенности метроритма, чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые и медленные). Медленные и быстрые плясовые русские.

Творческая мастерская. Элементы свободной образно – тематической пластики, пантомимы и гротеска. Понятие термина «контраст». «Точки» и «линии» в колонках по 3,4,5 участников и в 1 колонне. Сочинение этюдов в разных музыкальных композициях. Освоение приёма образных метаморфоз (руки – крылья) и приёма «выразительного жеста». Освоение приёма контрастных эмоциональных состояний. Упражнения на вариативности движений. Упражнения на актёрской выразительности, освоение исполнительского мастерства танцора. Эмоции в танце.

Постановочная работа. Понятия: артистизм в танце, сюжет, композиция,

художественное воплощение музыкального материала. Рождение образов, этюды на эту тему. Постановка танцевальных номеров.

Основы классического танца. Повторяются в более ускоренном темпе упражнения, пройденные за год первый обучения. Дополнительно изучается уровень подъема ног. Подготовительное движение руки. Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении – тан релеве пар тер. Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка. Практическая часть. Перегибы корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3,4,5. Позиции рук – подготовительная 1, 2, 3; вначале изучается на середине, при неполной выворотности ног. Деми плие в 1,2,3,4,5-й позициях (вначале лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой), батман тандю с 1-й позиции, позднее с 5-й позиции в сторону, вперед, позднее назад, деми рон де жамб пар тер – вначале лицом к станку, позднее держась за станок одной рукой. Эпольман.

Партнерная гимнастика. Скелет туловища: ребра, грудина, позвоночник. Влияние положение таза на изгибы позвоночника. Выворотность, виды, ее значение, развитие. Правильность выполнения движений, распределение нагрузки.

Практическая часть. Комплекс упражнений для коррекции осанки, нарушений свода стопы (косолапие, плоскостопие). Упражнения на напряжение и расслабление мышц; на выработку выворотности ног; на развитие гибкости: бабочка, лягушка, русалка, лодочка, корзиночка, колечко, книжка, лебедь, кукла.

Современный танец. Терминология. История возникновения танца «Модерн». Релаксация позвоночника. Распределение напряжения и расслабления. Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца. Стилль contemporary. Стилль неоклассика.

Практическая часть. Позиции рук и ног. Изоляция. Упражнения для позвоночника. Координация. Уровни. Кросс. Перемещение в пространстве. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д. Танцевальные комбинации.

Репетиционная работа. Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения танца. Точность исполнения рисунков и их перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке.

Сценическая практика. Концертная и конкурсная деятельность. Правила поведения перед, во время и после концерта, выступления на сцене. Выступление с подготовленным танцевальным номером на различных концертных площадках.

Практическая часть. Фрагменты танцевальных композиций под современные и классические ритмы.

Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения

Вводное занятие. Особенности занятий по программе третьего года обучения. Правила техники безопасности, поведения во время занятий и внешнего вида обучающихся. Вопросы дисциплины во время выступлений, планы, цели и задачи на новый учебный год.

Практическая часть. Игра «Лучшее о ближнем».

Азбука танца. Бег: танцевальный бег, бег с высоко поднятыми коленями, бег с

ногами взхлест. Имитационная ходьба: шаг с остановкой на одной ноге («журавлиный»), шаг с полуприседанием («кошачий»). Диско-импровизация. Продолжение работы над чувством ритма. Постановка жеста.

Практическая часть. Танцевальные элементы. Танцевальные связки. Игра «Я в музыке слышу, кто ты, что ты».

Музыкальная грамота. Динамические оттенки в музыке. Форте - громко, пиано - тихо. Крещендо-усиление, диминуэндо-ослабление. Сочетание синкопированных и несинкопированных ритмов. Ритмические рисунки в движении.

Творческая мастерская. Упражнения на доверие и релаксацию. Психофизический тренинг на снятие эмоциональной закрепощенности: упражнение на развитие сценического внимания, упражнение на развитие творческой свободы, упражнения на работу в пространстве, упражнения на взаимодействие, упражнения на развитие мышц лица. Что есть импровизация. Импровизация в паре. Импровизация с фиксацией. Беседа о знаменитых театрах балета, артистах балета, балетмейстерах, хореографах.

Постановочная работа. Постановка танцевальных номеров в разных формах и жанрах танца. Умение видеть и исправлять ошибки, неточности друг друга. Выявление и развитие творческих способностей к сочинению танца у детей в условиях самостоятельного хореографического творчества.

Основы классического танца. Основные правила движений у станка. Понятие о поворотах (ан деор и ан дедан). Движения – связки (па де буре). Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра. Adagio. Battement fondu. Grand plie по I. II позиции. Продолжение работы с эпольман: эстетика и логика смены положения. Passe par terre. Комбинации прыжков по точкам. Комбинации прыжков со сменой позиций ног. Шене. Вращения – туры, пируэты. Переход к grande battement, в том числе, jete. Assemble.

Партнерная гимнастика. Большое внимание уделяется растяжке мышц, а также укреплению кора (спины и мышц живота). Упражнения комбинируются с классическими позициями рук. Продолжение работы со стопой, разработкой подъема, укреплением голеностопа. Закачка мышц.

Практическая часть. Комплекс упражнений для коррекции осанки, нарушений свода стопы (косолапие, плоскостопие). Упражнения на напряжение и расслабление мышц; на растяжку; на укрепление мышц брюшного пресса; на развитие гибкости: самолетик, лебедь, ножницы, лягушка, буква П, пловец, складочка.

Современный танец. Развитие координации, более точное исполнение движений, дальнейшее освоение технических принципов джаз-модерн танца. Упражнения усложняются. Многообразие современной хореографии.

Практическая часть. Упражнения для позвоночника. Уровни и смена уровней. Кросс. Передвижение в пространстве, Комбинация или импровизация. Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

Репетиционная работа. Отработка готовых танцевальных номеров. Работа над синхронностью исполнения танца. Точность исполнения рисунков и их перестроений в танце. Правильность и точность исполнения движений.

Сценическая практика. Концертная и конкурсная деятельность. Правила поведения перед, во время и после концерта, выступления на сцене. Выступление с

подготовленным танцевальным номером на различных концертных площадках.

Практическая часть. Фрагменты танцевальных композиций под современные и классические ритмы.

Содержание учебно-тематического плана 4 года обучения

Вводное занятие. Особенности занятий по программе четвертого года обучения. Правила техники безопасности, поведения во время занятий и внешнего вида обучающихся. Вопросы дисциплины во время выступлений, планы, цели и задачи на новый учебный год.

Практическая часть. Игра «Три слова о себе».

Азбука танца. Сложные ритмические рисунки и ритмы. Подскоки на месте в повороте. Гравитация: перекаты, повороты на полу; спускание на пол через прыжки. Танец рок-н-ролл: основные элементы.

Практическая часть. Танцевальные элементы. Танцевальные связки. Игра «Изобрази настроение».

Музыкальная грамота. Темповые обозначения: адажио – медленно, анданте – неспеша, аллегро – скоро. Ритмические рисунки в движении.

Творческая мастерская. Танцы народов мира: некоторые названия. Элементы фламенко, сиртаки, ирландских танцев, лезгинки, Хора. Использование приёма контрастных эмоциональных состояний. Упражнения на вариативности движений. Упражнения на актёрскую выразительность, освоение исполнительского мастерства танцора. Сюжетный танец.

Постановочная работа. Постановка танцевальных номеров в разных формах и жанрах танца. Совершенствование исполнительского мастерства. Возможность попробовать себя в роли помощника педагогу в постановке номеров для младших участников коллектива.

Основы классического танца. Усложненные комбинации у станка. Passe par terre. Attitude на 90 градусов. Battement developpe и envelope. Эшапе по I. II. IV. V позициям. Шажман де пье. Руаяль. Усложненные комбинации adagio. Де визе анкар. Pas balance. Balance у станка. Pas ballone. Sissonne simple. Глиссад. Кабриоль. Продолжение работы над вращениями: туры, пируэты. Тур ан дедан и ан деор. Тур пике. Одинарные, двойные, тройные пируэты.

Партнерная гимнастика. Особое внимание уделяется растяжке мышц, а также укреплению кора (спины и мышц живота). Упражнения комбинируются с классическими позициями рук. Продолжение работы со стопой, разработкой подъема, укреплением голеностопа. Закачка мышц. Исполнение комбинаций классического танца на полу: это помогает лучше контролировать распределение нагрузки при исполнении движений, избавиться от неравной разработанности сторон тела (смещение вправо, влево).

Практическая часть. Комплекс упражнений для коррекции осанки, укрепления голеностопа. Упражнения на напряжение и расслабление мышц; на растяжку; на укрепление мышц брюшного пресса; на развитие гибкости: лягушка, буква П, пловец, складочка, шпагат, мостик, разножка, звездочка.

Народный танец. Раскрывание и закрывание рук на пояс по I. II. III позиции. Положение рук в русском народном танце. Ключи. Притопы. Вращения в русском танце. Отличие русского народного танца от стилизованного танца.

Практическая часть. Девичий ход с переступанием. Припадание. Поочередные удары ребром каблука, двойные удары каблука. Повороты по I прямой позиции. Подскоки на месте. Одинарная и двойная дробь сверху, снизу. Абертас. Блинчики. «Бегунок» по прямой, по диагонали. Простой русский шаг.

Репетиционная работа. Отработка готовых танцевальных номеров. Работа над синхронностью исполнения танца. Точность исполнения рисунков и их перестроений в танце. Правильность и точность исполнения движений.

Сценическая практика. Концертная и конкурсная деятельность. Правила поведения перед, во время и после концерта, выступления на сцене. Выступление с подготовленным танцевальным номером на различных концертных площадках.

Практическая часть. Фрагменты танцевальных композиций под современные, народные и классические ритмы.

1.4. Планируемые результаты

Личностные результаты

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Наличие сформированного образа «Я»; любознательность и интерес к новому поиску решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и танцевальные движения.

Метапредметные результаты

регулятивные

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, слышать сильные и слабые доли в музыке, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные педагогом ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце.

познавательные

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- сохранять правильную дистанцию во время исполнения танца вне зависимости от рисунка;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок, галоп».

коммуникативные

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Предметные результаты:

После первого года обучения воспитанники будут:

Знать:

1. характерные особенности хореографии как вида искусства.
2. понятие "хореографический образ", его составляющие.
3. понятие «артистизм в танце»;
4. понятия: осанка, выворотность, апломб, точки зала, открытая и закрытая нога, сценическая культура, сценическая площадка,
5. позиции рук, ног;
6. положение головы;
7. положение корпуса относительно зрителя;
8. танцевальный репертуар.

Уметь:

1. выполнять упражнения подготовительного и начального развивающего комплекса;
2. выполнять упражнения, включающие понятие "центр", "баланс", "дыхание", "спираль", "свинг", "изоляция" и т.п.;
3. выполнять упражнения развивающего комплекса в усложненном варианте (полупальцы, 45*, 90*, во вращении, в прыжке и других сочетаниях);
4. понимать характер музыки, уметь выразить его в движении;
5. понятие музыкальных размеров;
6. уметь выразить свое понимание предлагаемой музыки через импровизированный танец;
7. уметь танцевать в ансамбле:
 - а) согласовывать общие движения со своими под музыку и без нее.
 - б) ориентироваться на сценической площадке;
 - в) четко выполнять хореографический рисунок;
 - г) следовать хореографической лексике.

После второго года обучения воспитанники будут:

Знать:

1. понятие танцевальная комбинация;
2. правила исполнения и терминологию новых элементов и комбинаций классического, современного танца;
3. понятие эпольман (epaulement) и его виды;
4. роль музыкального сопровождения в танце (понятия: аккорд, акцент, кульминация, темп и др.);
5. понятие слабой и сильной доли в музыке;
6. вид современного танца (contemporary, модерн, джаз-модерн);
7. элементарные знания по анатомии человека, его мышцах, связках, суставах;

Уметь:

1. координировать свое тело в статике и динамике;

2. воспринимать усложненную танцевальную лексику;
3. слышать увеличение темпа музыкального произведения и передать его в движении;
4. самостоятельно исполнять выученные движения и комбинации;
5. чувствовать и передавать эмоцию в движении;
6. использовать логическую, мышечную и музыкальную память в работе над танцевальными элементами.

После третьего года обучения воспитанники будут:

Знать:

1. понятие крещендо и диминуэндо;
2. понятие форте и пиано;
3. правила исполнения и терминологию новых элементов и комбинаций классического, современного танца;
4. понятие импровизация;
5. знаменитые театры балета, артистов балета, балетмейстеров, хореографов.

Уметь:

1. импровизировать как самостоятельно, так и в паре;
2. использовать жесты в танце;
3. сохранять устойчивость на полупальцах;
4. видеть недочеты в исполнении движений другими участниками коллектива;
5. исполнять логичные переходы между танцевальными связками в импровизации;
6. чувствовать свободу на танцевальной площадке.

После четвертого года обучения воспитанники будут:

Знать:

1. темповые обозначения в музыке;
2. некоторые названия танцев народов мира;
3. понятие актерской выразительности;
4. понятие glissade (глиссад);
5. понятие pas (прыжок);
6. отличие русского народного танца от стилизованного танца.

Уметь:

1. исполнять туры и пируэты;
2. отличать вращения классического танца от народного;
3. исполнять движения некоторых танцев народов мира;
4. исполнять движения русского народного танца;
5. исполнять сложные комбинации у станка, на середине зала и прыжков по классическому танцу;
6. содействовать в постановке танцевальных номеров педагогу.

Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график определяет количество учебных недель и количество учебных дней, продолжительность каникул, даты начала и окончания учебных периодов/этапов

№ п\п	Основные характеристики образовательного процесса	Кол-во (сроки)
1.	Количество учебных недель	34
3.	Количество часов в неделю	1
4.	Количество часов в год	34
5.	Неделя в I полугодии	15
6.	Неделя во II полугодии	19
7.	Набор детей в объединение	с 1 по 14 сентября
8.	Реализация рабочей программы	с 15 сентября по 31 декабря с 9 января по 31 мая
9.	Новогодние каникулы	с 1 по 8 января

Примечание: конкретное количество учебных дней и учебных недель, точные даты начала и окончания учебных периодов корректируются на каждый конкретный учебный год.

2.2. Условия реализации программы

Материально технические условия:

Наименование	Количество (из расчета на количество обучающихся)
Костюмерная	1
Концертные костюмы	30
Актовый зал	1
Ноутбук	1
Колонки	2
Микшерский пульт	1
Флешнакопитель	1

Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагога, участвующего в реализации программы устанавливаются в соответствии с требованиями профессионального стандарта.

Методическое обеспечение программы:

Учебные и методические пособия:

Специальная, методическая литература (литература по хореографии) (См. список литературы).

Материалы из опыта работы педагога:

- Дидактические материалы (схемы, таблицы, иллюстрации, фотографии, рисунки, раздаточный материал по темам программы, памятки, инструкции и др.)
- Методические разработки
- Компьютерные презентации
- Конспекты открытых занятий, сценарные разработки праздников, игровых программ и т.д.;

Информационно-техническое и материально-техническое обеспечение:

- Репетиционное помещение
- Звуковое оборудование: аудиотехника, видеотехника, сценическое оборудование
- Костюмерная
- Компьютерные системы
- Фонотека, видеотека

Педагогические технологии, используемые в обучении.

- Личностно – ориентированные технологии;
- Игровые технологии;
- Технология творческой деятельности;
- Социально-коммуникативные технологии;
- Технология наставничества и др.

2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Критерии оценки

О достижении результатов следует судить:

- по оценке творческой продукции ребенка - исполнению им танца,
- по повышению уровня общей и физической культуры,
- по отношениям в коллективе.

Формы подведения итогов:

- Открытые занятия;
- Концерты для родителей внутри коллектива;
- Участие в школьных мероприятиях и праздниках;
- Участие в фестивалях и конкурсах танца;
- Проведение итоговых концертов в конце учебного года.

Контроль, оценка результатов обучения детей:

- «Предварительный контроль» - перед началом учебного года, а также перед изучением новой темы.
- «Поурочный контроль» - результат усвоения предложенного материала.
- «Промежуточный» - контрольные задания, тесты, показательные уроки.
- «Итоговый» - в конце учебного года.

Итоговые занятия. Открытое занятие для родителей, педагогов школы как промежуточный итог, демонстрация успехов. Положительная оценка всех участников коллектива за год занятий, пожелания на лето каждому индивидуально.

Для определения уровня развития интереса были выработаны следующие критерии:

Отношение воспитанников к хореографическим занятиям.

1. Участие в творческо-познавательной деятельности.
2. Владение знаниями о балетных спектаклях, профессиональных танцевальных коллективах, артистах, постановщиках, балетмейстерах и т.д.
3. Умение обоснованно высказывать свое мнение о хореографическом спектакле, танце.
4. Интерес к театральным постановкам, концертным программам, конкурсам, фестивалям.

Определены следующие уровни развития интереса к хореографическому искусству у воспитанников: высокий, средний, низкий.

Высокий уровень характеризуется наличием выраженного интереса к хореографии, воспитанник имеет развитый хореографический вкус, желает продолжить обучение в хореографическом коллективе, участвует в большинстве проводимых концертов и мероприятиях, может назвать свои любимые балетные спектакли, профессиональные коллективы, знает имена ведущих балетмейстеров, артистов балета, его речь ярка, образна, эмоциональна. Имеет потребность в постоянном самосовершенствовании через хореографию.

При *среднем* уровне развития интереса к хореографическому искусству воспитанник относится к хореографическим занятиям положительно, но о продолжении занятий в хореографическом коллективе ответить затрудняется. В творческо-хореографической деятельности участвует, но не проявляет устойчивого интереса к исполнительному творчеству. Может назвать любимый спектакль, профессиональный хореографический коллектив, но объяснить причину выбора затрудняется.

Низкий уровень характеризуется нейтральным отношением к хореографии, хореографические занятия безразличны или не нравятся. Затрудняется назвать любимый балетный спектакль, профессиональный хореографический коллектив, театр, артиста балета, балетмейстера. В творческой деятельности коллектива участвовать не имеет желания.

СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ/ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Алексеева Л.Н. Танцы для детей – М., 1982.
2. Антропова Л.В. Теория и методика преподавания классического танца.- Орел:ОГИИК, 2000
3. Барышникова Т. Азбука хореографии - М.,2001
4. Бекина С. Музыка и движение - М., 1983.
5. Белибихина Н. А., Королева Л. А. Организация дополнительного образования в школе. Планирование, программы, разработки занятий – Волгоград: «Учитель», 2009
6. Бриске И.Э. Основы детской хореографии - Ч., 2012
7. Базарова Н.П., В. Мей Азбука классического танца – Л.: «Искусство», 1983
8. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Издание шестое. СПб.: Издательство «Лань», 2000
9. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование – М. Просвещение, 2010
10. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. М.: Просвещение, 2010
11. Иванов А.В. Портфолио в начальной школе. М.: Просвещение, 2011
12. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. - М., 1972.
13. Митрохина Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии.- Орел: ОГИИК, 2001
14. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. –М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006
15. Пасютинская В. Волшебный мир танца. - М., 1985.
16. Пидкасистый П.И. Методы и формы контроля в педагогике.- М.:Просвещение, 2000г.
17. Подласый И.П. Педагогика.- М.:Просвещение, 2002г.
18. Роот З. П. Музыка и движение - М., 1996.
19. Роот З. Танцы в начальной школе. – М.: Айрис-пресс, 2006
20. Руднева С., Фиш А. 17.Ритмика. Музыкально-ритмическое движение. - М., 1972.
21. Степанов П.В. Программы внеурочной деятельности. - М.: Просвещение, 2011г.
22. Череховская Р. Танцевать могут все. - Мн., 1973.
23. Шаталов А.А. Психолого-педагогическая диагностика качества образования. - М.: «Школьные технологии», 2008г.
24. Шеренев В.Г. От ритмики к танцу – М.: Один из лучших,2008
25. Шоган В.В. Технология личностно-ориентированного урока. – Ростов-на-Дону: Учитель, 2003 г.

Для учащихся:

1. http://www.divadance.ru/video/dvi_1_child_detskiy_dancemix_13-16let_podrostki.htm
2. <https://www.realrocks.ru/detitvorschestvo/video/>
3. <https://video-uprazhnenija.ru/category/uchimsya-tancevat-doma/>

