МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ИРКУТСКА
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №69
(МАОУ г. Иркутска СОШ №69)
664053, Иркутская область, город Иркутск, улица Летописца Нита Романова, 23.
тел./факс 8 (3952) 488680, e- mail: school69_irk@mail.ru

Утверждено приказом директора
МАОУ г. Иркутска СОШ №69
№ 4 - ОД от «09 » января 2021 г.

Дополнительная общеразвивающая программа хореографического ансамбля «Эволюция движения» «Путешествие в страну хореографии»

направленность: художественная

срок реализации программы: 1 год

Составитель:
Низовец Ангелина Сергеевна,
педагог дополнительного образования
МАОУ г. Иркутска СОШ №69

г. Иркутск, 2021 год

Содержание

1. Пояснительная записка…….....3
2. Организационно-педагогические условия ……..……..5
3. Учебный план……...……6
4. Календарный учебный график.....…….....7
5. Содержание разделов программы ……..…8
6. Учебно-тематическое планирование……..…….....11
7. Оценочные материалы……...…..……13
8. Методические материалы……..…….13

Пояснительная записка

Данная дополнительная общеразвивающая программа для младшего школьного возраста рассчитана на один год обучения в объеме 144 часа, по два академических часа два раза в неделю. Содержание представленной программы определяется в рамках художественной направленности.

Программа разработана на основе требовании Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года (далее - Федеральный закон № 273-ФЗ)

Актуальность программы: культуры и образования особую значимость приобретают вопросы художественно-творческого развития подрастающего поколения. В обществе возрастает потребность в высокоинтеллектуальных творческих личностях, способных самостоятельно решать возникающие трудности, принимать нестандартные решения и воплощать их в жизнь. Всё это требует разработки новых методов воспитания подрастающего поколения и влечёт за собой не традиционность подходов к художественному воспитанию - как основе дальнейшего совершенствования личности.

Хореографическое искусство всегда привлекало к себе внимание детей. Оно приобрело широкое распространение в дошкольных учреждениях, общеобразовательных школах. Хореографические отделения в школах искусств и хореографические школы показали себя на практике как перспективная форма эстетического воспитания детей и подростков, в основе которой лежит приобщение их к хореографическому искусству. Оно обеспечивает более полное развитие индивидуальных способностей детей, и поэтому обучение в хореографических коллективах должно быть доступно значительно большему кругу детей и подростков. Они любят искусство танца и посещают занятия в течение достаточно длительного времени, проявляют настойчивость и усердие в приобретении танцевальных знаний и умений. Используя специфические средства искусства танца, заинтересованность детей, преподаватели хореографии имеют возможность проводить большую воспитательную работу.

Программа «Путешествие в страну хореографии» направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить ребенка воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально – нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Настоящая программа нацелена на обучение и воспитание детей в сфере области хореографии:

- развивает у детей художественный вкус, воспитывает у них благородство и изящество исполнения, формирует общую культуру;

- знакомит с основными элементами классического, народного, историко-бытового и современного танца;

- способствует развитию воображения, даёт выход личного раскрепощения для дальнейшего творчества;

- творческий подход к изучению хореографии – воспитание у детей культуры танца, т.е. познание истории культуры различных народов через танец;

- формирование эстетического воспитания;

- физическое развитие, улучшение состояния здоровья детей;

- выявление и проявление таланта у более способных детей в области хореографии;

- усвоение классического танца, который способствует красоте и выразительности движений, силе и ловкости, формирует и способствует всестороннему развитию творческой личности;

- урок ведётся целенаправленно, реализуя замысел педагога.

Срок реализации программы – 1 учебный год.

Всего часов – 144, по два академических часа два раза в неделю

Программный материал - классический танец.

Форма режим занятий – систематические репетиции согласно расписанию.

Цели и задачи

Цель: раскрытие творческой личности учащегося средствами хореографического искусства; создание условий для самореализации учащегося в творчестве; создание благоприятных условий для укрепления здоровья; формирование духовно – нравственной личности учащегося средствами танцевального искусства.

В соответствии с данными целями выдвинуты **следующие задачи:**

Образовательные:

- обучение учащихся танцевальным движениям;
- формирование умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формирование культуры движения, выразительности движений и поз;
- формирование умения ориентироваться в пространстве;

Воспитательные:

- развитие у учащихся активности и самостоятельности;
- формирование общей культуры личности учащегося;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве –
- учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех;
- привлечение учащихся к изучению танцевальных традиций;

Развивающие:

- развитие творческих способностей детей, воображения и фантазии;
- развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;
- развитие исполнительских навыков в танце;

Оздоровительные:

- укрепление здоровья учащегося;

- развитие ловкости, гибкости, координации движений, умения преодолевать трудности;
- формирование осанки.

Организационно-педагогические условия:

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. Обувь должна быть легкой, облегчающей свободу движений (балетки). Форма для занятий должна быть удобной и не стеснять движений (лосины и купальник). Волосы аккуратно причесаны и собраны в пучок. Занятие должно проводиться под аккомпанемент, что способствует музыкальном образованию детей.

Для эффективной работы необходимо использовать пример педагога, использование фонотеки, кассеты с записью музыкальных инструментов, видеоматериал, наглядные пособия в виде стендов с рисунками, изображающими позиции ног и рук, использование интернет технологий (работа с музыкальными сайтами, подготовка презентаций, информация о конкурсах и концертах, поиск литературы по программе обучения).

Планируемые результаты:

Знать:

- знать позиции рук и ног классического танца;

- знать правила постановки ног у станка;

- знать о истории возникновения танца.

Уметь:

- показать все позиции ног;

- показать все позиции рук;

- держать правильную постановку корпуса;

Успешность реализации данной Программы зависит от рационального использования следующих принципов обучения: научности, наглядности, связи теории с практикой, доступности и последовательности.

Учебный план

Название раздела	Количество часов		Всего часов
	Теор.	Практ.	
Вводное занятие	1	0	1
Партерная гимнастика	4	40	44
Упражнения на ориентировку в пространстве	2	14	16
Упражнения для разминки	2	22	24
Классический танец	2	26	28
Репетиционно-постановочная деятельность	1	20	21
Поговорим о танце	6	0	6
Промежуточная аттестация (открытый урок)	0	2	2
Итоговая аттестация (открытый урок)	0	2	2
	18	**126**	**144**

Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	1 год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Продолжительность непосредственно образовательного блока	36 недель
Продолжительность учебной недели	6 дней
Продолжительность 1 учебного часа	45 минут
Окончание учебного года	31 мая 2021 год

Содержание программы

Партерная гимнастика

Теория: Позы и позиции, правильное исполнение упражнений.

Практика:

1. Работа стопами в положении сидя.
2. В положении сидя наклоны корпуса вперед к ногам
3. Поднимание и опускание то корпуса, то ног в положении лежа на животе.
4. Упражнения на растяжку
5. «Лодочка»
6. «Рыбка»
7. «Лягушка»
8. «Коробочка»
9. «Березка»
10. Упражнения на гибкость стоя на коленях
11. Мостик

Классический экзерсис

Основы хореографии. Позиция рук и ног.

Основной задачей в первый год обучения является постановка рук и ног, корпуса, головы. Позиция ног (1-я, 2-я, 3-я, 5-я), позиция рук (1-я, 2-я, 3-я).

Plie, grand-plie

Battement tendu

Preparation

Навыки выворотного положения ног

Экзерсиз у станка и на середине зала. Гимнастические упражнения на гибкость, растяжки, перегибы корпуса, лёгкие спортивные упражнения в комплексе с хореографией

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- игра «Найди свое место»;

- простейшие построения: линия колонка;

- простейшие перестроения: круг;

- сужение круга, расширение круга;

- интервал;

- различие правой, левой руки, ноги, плеча;

- повороты вправо, влево;

- пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7);

Упражнения для разминки:

- повороты головы направо, налево;

- наклоны головы вверх, вниз, направо, налево;

- наклоны корпуса назад, вперед, в сторону;

- движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами;

- повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед;

- повороты плеч с одновременным полуприседанием;

-движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх;

- «Качели» (плавный перекат с полупальцев на пятки);

- чередование шагов на полупальцах и пяточках;

- прыжки поочередно на правой и левой ноге;

- простой бег (ноги забрасываются назад);

- прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без;

- бег на месте и с продвижением вперед и назад.

Репетиционно-постановочная работа

Изучение движений, связок, композиций танцев. Рисунок танца. Образ в танце. Актерское мастерство В итоге постановка танцев.

Учебно-тематическое планирование

№ П.п	Наименование тем	Кол-во часов
1	Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном зале	2
2.	Вход в танцевальный зал. Построение в линии. Перестроения	2
3.	Партерная гимнастика – постановка корпуса, позиции и позы упражнений	2

4.	Партерная гимнастика – упражнения для укрепления мышц спины	2
5.	Партерная гимнастика – упражнения на выворотность стопы. Постановка у станка	2
6.	Партерная гимнастика – упражнения на гибкость. Позиции рук и ног в классическом танце	2
7.	Партерная гимнастика. Позиции рук и ног в классическом танце	2
8.	Стретчинг. Классический экзерсис – деми и гранд плие по I позиции ног	2
9.	Повторение пройденного	2
10.	Партерная гимнастика- мостик, шпагат. Классический экзерсис. Марш по кругу	2
11.	Партерная гимнастика Классический экзерсис – релеве по 1 позиции ног. Марш с перестроениями	2
12.	Партерная гимнастика Классический экзерсис. Танцевальный бег	2
13.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис.	2
14.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис.	2
15.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис – деми и гранд плие по I позиции	2
16.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Подготовка к вращениям.	2
17.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Умение вступать в движение	2
18.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис (Повторение)	2
19.	Повторение пройденного материала	2
20.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Прохлопывание ритмического рисунка	2
21.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Прохлопывание и протопывание ритмического рисунка	2
22.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Прослушивание и обсуждение музыки к постановочному танцу	2
23.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Танцевальная импровизация на музыку к постановочному номеру	2
24.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Марш с предметом в руках	2
25.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Прыжки, подскоки	2

26.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Шаг-приставка с перестроениями	2
27.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Работа в парах с предметами	2
28.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. До за до в линиях, колонах, парах	2
29.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Расположение на сцене, за кулисами	2
. 30.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Беседа – поведение во время выступления	2
31.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Постановочная работа – танец «Веселые поварята»	2
32.	Повторение пройденного	2
33.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис у станка и на середине зала.	2
34.	Партерная гимнастика. Репетиционно-постановочная работа – танец «Веселый повар»	2
35	Партерная гимнастика. Репетиционно-постановочная работа – танец «Веселый повар»	2
36.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Припадание	2
37.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Репетиционно-постановочная работа	2
38.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Репетиционно-постановочная работа	2
39.	Партерная гимнастика Классический экзерсис на середине зала – освоение устойчивости	2
40.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Вращения.	2
41.	Партерная гимнастика Классический экзерсис на середине зала .	2
42.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Репетиционно-постановочная работа	2
43.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Репетиционно-постановочная работа	2
44.	Повторение пройденного	2
45.	Партерная гимнастика. Положения рук в паре	2

46.	Упражнения на ориентировку в пространстве: - «звездочка».	2
47.	Повторение пройденного материала (Постановка корпуса, головы, рук и ног.)	2
48.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис.	2
49.	Постановочная работа.	2
50.	Середина зала – классический экзерсис.	2
51.	Классический экзерсис. позиции ног	2
52.	Репетиционный процесс.	2
53.	Репетиционный процесс.	2
54.	Партерная гимнастика.	2
55.	Повторение пройденного материала	2
56.	Партерная гимнастика Классический экзерсис у станка .	2
57.	Классический экзерсис – деми и гранд плие по I позиции	2
58.	Классический экзерсис – деми и гранд плие по I позиции у станка	2
59.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Веревочка	2
60.	Партерная гимнастика. Классический экзерсис. Веревочка	2
61.	Середина зала – классический экзерсис –батман тандю	2
62.	Постановочная работа.	2
63.	Классический экзерсис у станка – релеве по пяти позициям	2
64.	Репетиционный процесс.	2
65.	Классический экзерсис у станка и на середине зала .	2
66.	Классический экзерсис - прыжки большие и маленькие по I и II позиции ног.	2
67.	Репетиционно-постановочная работа	2
68.	Репетиционно-постановочная работа	2
69.	Репетиционно-постановочная работа	2
70.	Классический экзерсис у станка и на середине зала – прыжки большие и маленькие по I и II позиции ног с переводом рук из подготовительной в I и II позиции.	2
71.	Повторение пройденного	2
72.	Открытое урок.	2

Оценочный материал

Входной контроль знаний проводится в начале учебного года.

Текущий контроль осуществляется педагогом объединения, в пределах учебного времени, отведенного на освоение программы. Текущий контроль проводится с целью объективной оценки качества освоения программы, а также стимулирования деятельности обучающихся, подготовки к промежуточной аттестации и обеспечения максимальной эффективности учебного процесса. Для оценки качества подготовки используются различные формы и методы контроля. Текущий контроль осуществляется в форме устного опроса; защиты практических заданий, творческих работ; выполнения самостоятельных работ и других форм контроля, предусмотренных программой учебной дисциплины.

Промежуточная аттестация проводится в форме – открытого урока.

Оценочный лист

ТЕМА	Критерии оценивания (5-ти бальная система)									
1. Поговорим о танце	«5б»-выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок. «4б» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких. «3б» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но при повторных выполнениях можно улучшить результат. «2б» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.									
2. Постановка корпуса										
3. Позиции ног										
4. Позиции рук										
5. Партерная гимнастика										
ИТОГО:										

Методические материалы

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, направленный на духовно-нравственное развитие и воспитание учащихся, сохранение и развитие культурного разнообразия. Личностно-ориентированное обучение, направленное на индивидуальное развитие учащихся. Основными принципами программы являются: «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «создание ситуации успеха».

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения. Далее учащиеся знакомятся с ритмическим характером и темпом. Освоение техники исполнения возможно путем протанцовывания в медленном темпе. Перемена темпа еще более развивает чувство ритма. Дети быстрее осваивают движение, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся «считывать» движения. Но необходимо также развивать способность самостоятельно выполнять движения, слушая музыку. Необходимо концентрировать внимание на правильном исполнении.

Памятка танцора

1.Работай над своим телом. Постоянно. Тренируй баланс, координацию, силу, выносливость, легкость, пластику, растяжку, следи за осанкой и весом. Очень-очень трудно выглядеть хорошо в танце, если ты не выглядишь хорошо вне танца.

2. Уделяй как можно больше времени базе и технике. Без точной техники, всё что ты делаешь выглядит дилетантским.

3. Классный танцор — не тот, кто знает много хитрых фигур, а тот — кто выглядит круто на простых.

4. Всегда отрабатывай в полную силу — на занятиях, на практике, на концертах. Если танцуешь, не стараясь хоть что-то улучшить — ты не растешь.

5. Делая только то, что дает преподаватель, ты обречен навсегда остаться хуже него. Придумывай, изобретай, учись на стороне.

6. Невозможно достичь успеха в том, от чего не получаешь удовольствия.