

Управление образования Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
ГИМНАЗИЯ № 86
Ассоциированная школа ЮНЕСКО

ПРИНЯТА на заседании
педагогического совета
Протокол № 10
от «1» 06 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОАУ Гимназии № 86
_____ Банникова Т.В.
от « » _____ 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ХОРЕОГРАФИЯ»

Возраст обучающихся: 7 - 18 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Журавлева Александра Владимировна,
педагог дополнительного образования

г. Нижний Тагил
2023 год

Содержание
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«ХОРЕОГРАФИЯ»

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Адресат программы
- 1.3. Объем и срок освоения программы
- 1.4. Форма обучения
- 1.5. Особенности организации образовательного процесса. Режим занятий
- 1.6. Цель и задачи программы
- 1.7. Содержание программы: учебный план программы, содержание учебного плана
- 1.8. Планируемые результаты

Раздел 2. Комплекс организационно- педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Оценочные материалы
- 2.4. Методические материалы
- 2.5. Список литературы

ПРИЛОЖЕНИЕ

Раздел №1.Комплекс основных характеристик программы

1.1.Пояснительная записка

Направленность программы – художественная.

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 и даются детям в игровой форме и адаптированы для младших школьников.

Отличительной особенностью является активное использование 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.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы хореографии» составлена на основе:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.

2. Приказа Минобрнауки России от 09.11.2018. N196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020. №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. №196").
3. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г. N61573).
4. Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. «О направлении информации «Методические рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».
5. Устава Муниципального автономного общеобразовательного учреждения МАОУ Гимназия №86.

Основными задачами программы являются:

- Разучить простые комбинации классического экзерсиса.
- Развивать хореографические данные учащихся.
- Изучить основные точки ориентиров в хореографическом классе
- Способствовать укреплению здоровья детей: способствовать развитию опорно-двигательного аппарата; формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия.
- Содействовать формированию нравственно - коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим, чувства такта и культурного поведения.

1.2.Адресат программы

Данная программа предназначена для занятий с детьми, имеющими склонность к танцевальной деятельности. В группы принимаются все желающие заниматься дети в возрасте от 6-18 лет. Наполняемость групп составляет от 12 до 15 человек. Обучение по данной программе создаёт благоприятные условия для интеллектуального и духовного и физического воспитания личности ребёнка,

социально-культурного и профессионального самоопределения, развития познавательной активности и творческой самореализации учащихся. Программа строится на основе знаний возрастных, психолого-педагогических, физических особенностей детей подросткового возраста.

1.3. Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на один год обучения. Общая продолжительность обучения составляет 102 часа, количество часов в учебной неделе - 3. В учебную группу принимаются все желающие, без специального отбора. Наблюдается 3 учебные группы. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 3 часа, с перерывом 10-15 мин. Структура каждого занятия зависит от конкретной темы и решаемых в ней задач.

1.4. Форма обучения

Ведущей формой работы является очная.

1.5. Особенности организации образовательного процесса

Состав группы учащихся – 12-15 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Кратность занятий в неделю и их рекомендуемый режим регулируется нормами СанПин «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации дополнительного образования детей». После каждого часа занятий устанавливается перерыв 10 минут для отдыха учащихся и проветривания помещений.

1.6. Цель и задачи программы

Цель программы:

Вовлечение детей в мир танца и получение ими первичных знаний хореографического искусства.

Задачи:

Обучающие:

- Ознакомление с особенностями изучаемых танцев, приемами актерского мастерства и точного и выразительного исполнения движений.
- Формирование у учащихся танцевальных знаний, умений, навыков на основе овладения программным материалом.
- Изучение движений различных видов сложности, этюдов, комбинаций, танцев.

- Организация постановочной и концертной деятельности.

Развивающие:

- Развитие мотивации на творческую деятельность.
- Приобщение обучаемых к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса и интересов.
- Становление и развитие физической подготовки – выносливости, пластики, гибкости, координации, музыкальности.
- Развитие способности к самостоятельной и коллективной работе.

Воспитательные:

- Формирование ценностных ориентиров для адаптации в жизни в обществе.
- Формирование художественного вкуса.
- Создания условий для общения.
- Создание дружного и крепкого коллектива.

1.7. Содержание программы

Учебный план к программе «Хореография»

№ п/п	Название модуля	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	1 год обучения	102	15	87	Отчетный концерт

Учебно-тематический план 1 год обучения

<i>№ темы</i>	<i>Наименование темы</i>	<i>Количество часов</i>
1	Вводное занятие. Перспективы и требования к обучению. Техника безопасности на занятиях танцами.	3
2	Азбука музыкального движения Т.Б. на занятиях	21
3	Упражнение на пластику и подвижность суставов	24
4	Танцевальные рисунки, элементы танцев. Упражнение на пластику и подвижность суставов	24
5	Музыкально-ритмические композиции. Этюд на заданную тему	30
	ВСЕГО:	102

Содержание учебного плана

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

ТЕМА № 1. Вводное занятие Перспективы и требования к обучению. Техника безопасности на занятиях танцами (3 час)

ТЕМА № 2. Азбука музыкального движения (21 часа)

Элементы музыкальной грамоты: темп, ритм, жанр, характер, динамика, структура музыкального произведения. Динамические оттенки, характер музыки. Темп и его значение. Ритм как организующее начало в музыке. Музыкальные формы. Жанр музыки в танцевальных движениях.

ТЕМА № 3. Упражнение на пластику и подвижность суставов (24 часов)

Основные исходные положения рук. Позиции рук. Упражнения «Змейка», «Улитка», «Калачи», «Воротца», «Тройка», «Диагональ». Круг внутри круга. Подскоки вперед, назад, в сторону, на двух ногах, на одной. Шаг с проскоком и шаг с подскоком. Растяжки и шпагаты. Укрепление мышц живота. Упражнения «Подкова», «Мельница», «Скрепочка», «Мост», «Коробочка», «Прятки».

ТЕМА № 4. Танцевальные рисунки, элементы танцев. Упражнение на пластику и подвижность суставов. (24 часа)

Умение ориентироваться в движении. Смена направления движения. Перестроения из одного круга на два и наоборот. Круг внутри круга. Подскоки вперед, назад, в сторону, на двух ногах, на одной. Шаг с проскоком и шаг с подскоком. Различия в исполнении. Галоп прямой в паре и по одному. «Ножницы» во все стороны и с удержанием 45 градусов. «Моталочка», «Гармошечка», «Елочка». Приподания по 3 позиции.

ТЕМА № 5. Музыкально-ритмические композиции (30 час)

Этюд на заданную тему. Вальс. Танцевальная программа. Подготовка к концертам. Репетиция перед отчетным концертом

1.8. Планируемые результаты

Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Выпускник научится:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Выпускник получит возможность научиться:

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Регулятивные УУД:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

Познавательные УУД:

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Коммуникативные УУД:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.

К концу учебного года учащиеся должны знать:

- особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);
- ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;
- знать понятие «музыкальный метр»;
- комбинации общеразвивающих упражнений;
- ритмические комбинации;

К концу учебного года учащиеся должны уметь:

- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным

признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец классический, народный, эстрадный, современный;

- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять изученные танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса, школы.

Раздел №2. Комплекс организационно- педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Начало учебного года - 01.09.2022

Окончание учебного года - 31.08.2023

Учебные периоды	Сроки	Продолжительность	Количество учебных дней
1 четверть	с 01.09.2022 по 30.10.2022	8 недель 4 дня (60 календарных дней)	49 учебных дней
2 четверть	с 07.11.2022 по 25.12.2022	7 недель (49 календарных дней)	42 учебных дней
3 четверть	с 09.01.2023 по 19.03.2023	10 недель (70 календарных дней)	57 учебных дня
4 четверть	с 27.03.2023 по 31.05.2023	9 недель 3 дня (66 календарных дней)	54 учебных дня
итого		35 недель 5 дней (250 календарных дней)	33 недели и 4 дня (202 учебных дней)

Календарно-тематический план

1 год обучения

№ Раздела /урока	Содержание	Количество часов
РАЗДЕЛ 1	Вводное занятие. Перспективы и требования к обучению. Техника безопасности на занятиях танцами.	3
Урок 1	Вводное занятие. Перспективы и требования к обучению. Техника безопасности на занятиях танцами.	3
РАЗДЕЛ 2	Азбука музыкального движения Т.Б. на занятиях	21
Урок 1	Азбука музыкального движения Т.Б. на занятиях	3
Урок 2	Азбука музыкального движения Т.Б. на занятиях	3
Урок 3	Азбука музыкального движения Т.Б. на занятиях	3
Урок 4	Азбука музыкального движения Т.Б. на занятиях	3

Урок 5	Азбука музыкального движения Т.Б. на занятиях	3
Урок 6	Азбука музыкального движения Т.Б. на занятиях	3
Урок 7	Азбука музыкального движения Т.Б. на занятиях	3
РАЗДЕЛ 3	Упражнение на пластику и подвижность суставов	24
Урок 1	Упражнение на пластику и подвижность суставов, Т.Б. на занятиях	3
Урок 2	Упражнение на пластику и подвижность суставов. Основные исходные положения рук. Позиции рук. Т.Б. на занятиях	3
Урок 3	Упражнение на пластику и подвижность суставов. Основные исходные положения рук. Позиции рук. Т.Б. на занятиях	3
Урок 4	Упражнение на пластику и подвижность суставов. Упражнения «Змейка», «Улитка», «Калачи», «Воротца», «Тройка», «Диагональ». Круг внутри круга. Подскоки вперед, назад, в сторону, на двух ногах, на одной. Шаг с проскоком и шаг с подскоком. Т.Б. на занятиях	3
Урок 5	Упражнение на пластику и подвижность суставов. Упражнения «Змейка», «Улитка», «Калачи», «Воротца», «Тройка», «Диагональ». Круг внутри круга. Подскоки вперед, назад, в сторону, на двух ногах, на одной. Шаг с проскоком и шаг с подскоком. Т.Б. на занятиях	3
Урок 6	Упражнение на пластику и подвижность суставов. «Устойчивость на полупальцах». Т.Б. на занятиях	3
Урок 7	Упражнение на пластику и подвижность суставов. Растяжки и шпагаты. Укрепление мышц живота. Упражнения «Подкова», «Мельница», «Скрепочка», «Мост», «Коробочка», «Прятки». Т.Б. на занятиях	3
Урок 8	Упражнение на пластику и подвижность суставов. Растяжки и шпагаты. Укрепление мышц живота. Упражнения «Подкова», «Мельница», «Скрепочка», «Мост», «Коробочка», «Прятки». Т.Б. на занятиях	3
РАЗДЕЛ 4	Танцевальные рисунки, элементы танцев. Упражнение на пластику и подвижность суставов	24
Урок 1	Танцевальные рисунки, элементы танцев. Упражнение на пластику и подвижность суставов. Т.Б. на занятиях	3
Урок 2	Умение ориентироваться в движении. Смена направления движения. Перестроения из одного круга на два и наоборот. Т.Б. на занятиях	3
Урок 3	Круг внутри круга. Подскоки вперед, назад, в сторону, на двух ногах, на одной. Шаг с проскоком и шаг с подскоком. Различия в исполнении. Галоп прямой в паре и по одному. Т.Б. на занятиях	3
Урок 4	«Ножницы» во все стороны и с удержанием 45 градусов. «Моталочка», «Гармошечка», «Елочка». Приподания по 3 позиции. Т.Б. на занятиях	3
Урок 5	Умение ориентироваться в движении. Смена направления движения. Перестроения из одного круга на два и наоборот. Т.Б. на занятиях	3
Урок 6	Круг внутри круга. Подскоки вперед, назад, в сторону, на двух ногах, на одной. Шаг с проскоком и шаг с подскоком. Различия в исполнении. Галоп прямой в паре и по одному.	3
Урок 7	«Ножницы» во все стороны и с удержанием 45 градусов. «Моталочка», «Гармошечка», «Елочка». 3 позиция. Т.Б. на занятиях	3
Урок 8	Танцевальные композиции. Т.Б. на занятиях	3
РАЗДЕЛ 5	Музыкально-ритмические композиции. Этюд на заданную тему	30
Урок 1	Муз.- ритм. Композиции. Этюд на заданную тему. Т.Б. на занятиях	3
Урок 2	Муз.- ритм. Композиции. Этюд на заданную тему. Т.Б. на занятиях	3
Урок 3	Муз.- ритм. Композиции. Этюд на заданную тему. Т.Б. на занятиях	3
Урок 4	Муз.- ритм. Композиции. Вальс. Т.Б. на занятиях	3
Урок 5	Муз.- ритм. Композиции. Вальс. Т.Б. на занятиях	3
Урок 6	Муз.- ритм. Композиции. Вальс. Т.Б. на занятиях	3
Урок 7	Муз.- ритм. Композиции. Подготовка к концертам. Т.Б. на занятиях	3
Урок 8	Муз.- ритм. Композиции. Подготовка к концертам. Т.Б. на занятиях	3
Урок 9	Репетиция перед отчетным концертом	3
Урок 10	Итоговое занятие. Отчетный концерт группы	3
	ВСЕГО	102

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации образовательной программы необходимо:

- музыкальная аппаратура, аудио записи;
- видео материалы;
- DVD диски (с аудио и видео материалами);
- DVD диски с обучающими материалами;
- компьютер;
- проектор;
- экран;
- сменная обувь;
- костюмы для выступлений (платья, сарафаны, кофты, юбки, топы).

2.4. Оценочные материалы

Основной формой отчета о работе творческого объединения является участие в выставке детского технического творчества, конкурсе «Адрес детства – мой Нижний Тагил», «Волшебный каблучок», «Тинейджер-лидер» районных и городских праздниках, юбилейных концертах, школьных праздниках, празднике «За честь гимназии». По результатам всех выступлений, конкурсов, учащиеся вместе с педагогами делают выводы о личном творческом росте, мастерстве каждого члена объединения, намечают пути устранения замеченных недостатков, а также отмечают удачные моменты, хорошие выступления. Во время подведения итогов за год педагоги делают оценку деятельности объединения в целом, а также обсуждают перспективы дальнейшей деятельности.

Текущий контроль

Текущий контроль знаний направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения учащегося к изучаемому предмету, организацию регулярного выполнения домашних занятий и иных видов самостоятельной работы обучающихся, повышение уровня освоения текущего учебного материала, преследование воспитательных целей с учётом индивидуальных психологических особенностей учащихся. Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Текущий контроль знаний обучающихся осуществляется регулярно (каждый урок) преподавателем, ведущим предмет, согласно расписанию занятий в течение учебных четвертей и полугодий. Результаты текущей успеваемости (оценки) фиксируются в журналах успеваемости и дневниках обучающихся. Формы текущего контроля успеваемости определяет преподаватель с учетом контингента обучающихся, содержания учебного материала и используемых им образовательных технологий.

2.4. Методические материалы

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
- Тематические папки («История хореографии», «Классический танец», «Хореографические профессиональные коллективы», картотека игр)

2.5. Список литературы

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 29.07.2017 г.).
2. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа»: постановление Президента РФ от 4 февраля 2010 г. Пр-271.
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 2018 г., г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Федеральная целевая программа «Развитие дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года».
5. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4.09.2014 г. №1726-р).
6. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. №1008)
7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
8. СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» от 04. 07.2014 года №41.

9. Сборник программ общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением./Научный руководитель Н.М. Лаврухина./Под ред. О.А. Петрашевича. - Мн. - Национальный институт образования, 2005.
10. Богданов Г. Урок Русского народного танца. - М., 1995.
11. Устинова Т. Бережь красоту русского народного танца. - М., 1959.
12. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движения. - М., 1984.
13. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. - СПб, 1996.
14. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М., 2004.
15. Гусев Г.П. Этюды. - М., 2004.
16. Звездочкин В.А. Классический танец. - М., 2003.
17. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. - М., 2004.
18. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - М., 1989.
- Никитин В.Ю. Модерн-джаз. - М., 2005.