

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГУРЬЕВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА «ШКОЛА БУДУЩЕГО»  
ПОСЕЛОК ЛУГОВОЕ

Принята на заседании  
методического (педагогического) совета  
от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г  
Приказ № \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ «Школа будущего»  
\_\_\_\_\_/А.В. Голубицкий/  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Хореография»**

Возраст учащихся: 9 -10 лет  
Срок реализации: 9 месяцев

Автор программы:  
Насибулина Марина Григорьевна  
педагог дополнительного образования

п. Луговое, 2023.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

Предметом хореографии как учебной дисциплины является развитие в учащихся как их физиологических, так и творческих потребностей.

Программа направлена на получение базового объема знаний, умений и навыков в области хореографии, развитие творческих способностей детей, расширение кругозора в области хореографического искусства.

Хореография - один из древнейших видов искусства, обладает огромными возможностями для полноценного развития ребенка, становления его как личности, развитой духовно и физически. Искусство танца является одним из ранних проявлений творчества человека.

Танец воплощает в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, создает новую пластику, поэтому он интересен и близок современному поколению. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье, помогает раскрыть внутренний мир, сформировать в детях уверенность в себе, упорство, трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения.

Танец является неотъемлемой частью пластической культуры человека. Через изучение основ хореографии дети приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, у них формируется художественно-эстетический вкус.

В настоящее время хореография является одним из востребованных видов искусства, способствующего развитию личности, эстетическому воспитанию и реализации творческого потенциала ребенка, что делает эту программу особенно актуальной и своевременной на сегодняшний день.

### **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Программа «Хореография» разработана с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и планируемых результатов основного общего образования. Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности обучающихся основного общего образования общеобразовательной школы.

**Ведущая идея** программы состоит в приобщении к искусству хореографии, которое обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного и физического развития, является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я».

## **Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

Экспозиция – это как вступление к рассказу, которое знакомит зрителя с характером действующих лиц, вводит в курс событий.

Завязка – начало, возникновение действия; начинает просматриваться замысел, определяется конфликтная ситуация или переход к изложению основного пластического материала в бессюжетном танце.

Ступени развития действия – главная часть танца, где разворачиваются события или излагаются основные рисунки танца; действие движется к кульминации.

Кульминация – наивысшая точка напряжения действия, достигающаяся в танце, в отношениях героев.

Развязка – заключительная часть произведения. Она может быть интенсивной, короткой, следующей за кульминацией, или постепенной, растянутой, но она обязательно должна быть логическим окончанием танца.

Контраст – это резко выраженная противоположность. Закон контраста играет важную роль в постановке и имеет отношение ко всем элементам композиции: теме, сюжету, музыке, лексике, рисунку, костюму, декорации и освещению.

Рисунок танца - это расположение и перемещение исполнителей по сценической площадке в определенной последовательности.

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Хореография» имеет художественную направленность.

### **Уровень освоения программы**

Программа с базовым уровнем освоения.

### **Актуальность образовательной программы**

Актуальность программы обусловлена социальным заказом на гуманистическую направленность образования и необходимостью художественного воспитания личности ребенка, формирования общей культуры, возможностью последующей самореализации в жизни.

### **Педагогическая целесообразность образовательной программы**

Педагогическая целесообразность программы способствует развитию творческих способностей, т.к. танцевальное искусство синтезирует воображение, эмоции, образное мышление и другие, важные для детского творчества процессы.

### **Практическая значимость образовательной программы**

Практическая значимость программы состоит в формировании у обучающихся навыков танцевального искусства, создание соответствующей учебной социально-профессиональной среды для обучающихся, оптимизация форм, средств и методов развития знаний умений и навыков обучающихся.

### **Принципы отбора содержания образовательной программы.**

Набор учащихся осуществляется на бесконкурсной основе, в объединение принимаются все желающие, по результатам медицинского осмотра не имеющие медицинских противопоказаний. Главная задача помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

### **Отличительные особенности программы**

Программа «Хореография» разработана с использованием дополнительных общеобразовательных программ

«Хореография» Заболотской М.А. (Программно-методическое обеспечение образовательного процесса детского объединения дополнительного образования. Сборник образовательных программ. Серия «Дополнительное образование детей: мастерство и творчество». Сборник №9. / под ред. З.А. Каргиной, к.п.н., доц. - Издательство «ИСК» 2006) и «Основы обучения современным направлениям танца в системе дополнительного образования» Никитина В.Ю.

Отличительной особенностью программы «Хореография» является синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: современный танец, русский народный танец, классический танец, ритмика. Акцент ставится на изучение хореографии.

Практическая деятельность неразрывно связана с изучением истории хореографического искусства, знакомством с постановками современных балетмейстеров и мировой музыкальной культурой. Средствами занятий у детей формируются творческие способности, эстетические эмоции, чувства, представления о красоте движений и звука, формы и цвета.

Данная программа отличается изучением одних и тех же тем и особенностей современных танцевальных стилей, начиная с первого года обучения и постепенно совершенствуя танцевальное мастерство, опираясь на более высокий уровень развития художественно-эстетических и физических качеств детей на последующих годах обучения. Это придает программе в целом возвратно-поступательный характер занятий с детьми разного возраста, обучение происходит «по спирали».

Реализация программы позволяет решать многие проблемы воспитания подрастающего поколения: социального, нравственного, художественно-эстетического и гражданского характера.

### **Цель образовательной программы**

Развитие творческих способностей обучающихся, формирование эстетических, культурных и нравственных ценностей посредством обучения современному танцу.

### **Задачи образовательной программы**

#### *Обучающие:*

- Обучение основам различных техник танцев и основным движениям.
- Обучение точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств.
- Расширение кругозора в области хореографии, истории музыки, сценического костюма.
- Освоение французской терминологии, используемой в классическом танце.
- *Развивающие:*
- Физическое развитие через систему специальных упражнений.
- Развитие специальных способностей: выворотности, гибкости, пластичности, апломба, музыкального слуха.
- Развитие музыкально-исполнительских способностей.
- Развитие чувства ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности, координации движений, умения ориентироваться в пространстве, концентрации внимания, выносливости, способности самостоятельно действовать, выбирать способ решения задач.
- Развитие устойчивой мотивации к занятиям хореографией.

#### *Воспитательные:*

- Развитие познавательной и жизненной активности, самостоятельности, коммуникабельности.
- Воспитание чувства коллективизма и взаимопомощи, ответственности за свою деятельность.
- Воспитание трудолюбия и стремления к достижению намеченной цели.
- Воспитание художественного вкуса, художественно-творческого мышления и интереса к искусству.

### **Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Данная программа предназначена для детей 3-4 класс, вне зависимости от пола, уровня подготовки, имеющих знания и умения, учащихся МБОУ СОШ «Школы будущего» поселок Луговое.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Набор детей в объединение – ученики 3-4 класса, группа формируется из числа учащихся образовательной организации, реализующей программу.

Программа объединения предусматривает групповые, фронтальные

формы работы с детьми.

Состав групп 15 человек.

Программа реализуется в рамках проекта «Губернаторская программа «УМная ПРОдленка» и является бесплатной для обучающихся.

### **Формы обучения по образовательной программе**

Обучение осуществляется в очной форме.

Форма проведения учебных занятий – групповая. Занятия предполагают наличие здоровые берегающих технологий: организационных моментов, динамических пауз, коротких перерывов, проветривание помещения, физкультминутки.

Форма обучения – групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом.

При определении режима занятий учтены санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей.

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Продолжительность занятий установлена на основании СанПин 2.4.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». Продолжительность одного занятия - 40 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю, по 1 академическому часу.

### **Объем и срок освоения образовательной программы**

Занятия проводятся 2 раз в неделю по 1 академическому часу. Программа рассчитана на 9 месяцев обучения. Данный период позволяет обучающимся освоить позиции ног и рук, научиться слушать ритм и уметь выполнять танцевальные упражнения под музыку. По завершению каждого раздела программы проводятся занятия, на которых дети показывают изученный материал.

### **Основные методы обучения**

Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Формы и методы обучения в хореографии бывают разные и эффективность применения определенных из них, в различных условиях зависит, от определенных условий. Методы обучения в хореографии можно разделить на наглядные, словесные и практические.

Словесные - основаны на рассказе, объяснении.

Практические - на непосредственном обучении навыкам хореографии.

Наглядные - это важнейшие методы обучения в хореографии и воздействия на детей.

Первоначальное представление о движении, учащийся на всех этапах обучения может получить только из показа, так как дети впитывают грамотный и выразительный показ педагога. По исполнению детей можно определить уровень знаний педагога и его стиль работы. Словесное объяснение не в состоянии дать образа движения в целом, но и его роль, несомненно, важна.

## **Планируемые результаты**

### **Предметные результаты.**

- назначение хореографического зала, правила поведения в нем;
- основные танцевальные позиции ног и рук классического танца;
- понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг»;
- понятия «Ровная спина», «Вытянутая стопа»;
- назначение разогрева, его последовательность;
- понятие «Музыкальное вступление»;
- понятие «Танцевальный образ».
- К концу первого года обучения обучающиеся будут уметь:
  - ориентироваться в хореографическом зале, делать простые перестроения;
  - ритмично двигаться, передавать хлопками и притопами ритмический рисунок;
    - исполнять небольшие танцевальные комбинации под руководством педагога;
    - исполнять комплекс растяжки 1-го года обучения под руководством педагога;
    - исполнять разогрев самостоятельно;
    - исполнять простые танцевальные комбинации;
    - представлять себе заданный образ под заданную музыку;
    - освоить постановку корпуса, позиции ног, рук классического танца;
    - освоить позиции рук, ног, джаз танца.
    - чувство ритма;
    - координация;
    - гибкость; пластичность;
    - воображение.
- К концу первого года обучения у обучающихся будет воспитано:
  - дисциплина; навыки поведения на сцене;
  - уважение к педагогу;
  - внимание к другим обучающимся.
- К концу второго года обучения обучающиеся будут знать:

- основные упражнения классического танца (battements tendu jete, rond de jambe par terre, прыжки Saute по I, II, V позициям);
- понятие синкопа и ритмический рисунок музыки;
- понятие «образ» танца, «сюжет» танца, «внутренний монолог»;
- дети должны понимать и правильно оценивать произведения современного танца.
- быстро ориентироваться в хореографическом зале, делать различные перестроения;
- самостоятельно выполнять выученные танцевальные комбинации на середине;
- исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и направлениях, сочетая их с движениями рук и головы;
- выделять синкопу, передавать хлопками ритмический рисунок;
- исполнять основные элементы классического танца;
- создавать образ на заданную музыку, придумать движения под свой образ;
- самостоятельно исполнять не менее 2 концертных номеров.
- К концу второго года обучения у обучающихся будет развито:
  - шаг;
  - выворотность;
  - гибкость и пластика движений;
  - танцевальная память;
  - фантазия.
- К концу второго года обучения у обучающихся будет воспитано:
  - культура поведения на занятии и на сцене;
  - уважение к партнеру.

### **Личностные результаты**

- К концу обучения по Программе у обучающихся будет воспитано:
  - уважение и принятие духовных и культурных ценностей, нравственные установки;
  - эстетическое восприятие и взгляды, художественный вкус;
  - образное мышление, творческий подход;
  - трудолюбие и ответственность за качество своей деятельности;
  - согласование и координация совместной творческой деятельности с другими ее участниками.
- К концу обучения по Программе у обучающихся будет развито:
  - умение самостоятельно ставить цель, планировать, осуществлять, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленными задачами;



- самостоятельная организация и выполнение различных творческих заданий.

Косвенными результатами программы являются *метапредметные результаты*:

- сформированность личностной позиции учащегося в образовании, познавательной активности, самостоятельности, стремления к самообразованию;
- сформированность у учащихся универсальных учебных действий: умения принять учебную задачу, самостоятельно продумать план её реализации, организовать и контролировать процесс выполнения учебной задачи, достичь результата, проанализировать результат, выявить ошибки и самостоятельно их исправить.

### **Механизм оценивания образовательных результатов**

Для оценки полученного результата в целом необходимо оценить личный результат детей. У каждого ребенка в процессе обучения получается свой личный результат и свой личный успех, связанный с личными качествами. Темп освоения программы и путь ребенок выбирает сам вместе с педагогом. Поэтому в начале учебного года проводится собеседование с каждым ребенком для определения его стартового состояния. Контроль по итогам каждого года обучения может показать личные успехи ребенка. В то же время одним из показателей результата обучения может служить желание ребенка продолжать обучение в студии, активность участия ребенка в концертной деятельности, а так же результат этого участия – места, занятые на конкурсах и фестивалях. Уровень знаний, умений и навыков проверяется в форме контроля.

При этом различается три вида контроля: - начальный (проводится в начале учебного года) - текущий (проводится в течение учебного года по отдельным темам и видам деятельности) - итоговый (проводится в конце каждого года обучения)

Контроль проводится в следующих формах: Наблюдение за поведением ребенка на занятиях, во время конкурсов, концертов и др. Опрос по теме; выполнение практического задания на уроке; выполнение самостоятельной работы и принятие самостоятельного решения; выполнение творческих заданий; выступление на фестивалях, конкурсах.

Анализ поведения обучающегося по месту проведения контроль различается следующим: во время занятий во время открытого занятия или тематического праздника во время фестивалей, конкурсов различного уровня (в студии, в Центре, во время мероприятия районного, окружного, городского уровня), что показывает уровень подготовленности, как каждого учащегося, так и группы в целом. Важно показать результат обучения детей их родителям. Для этого проводятся открытые уроки для родителей, отчетные концерты.

Каждый родитель может увидеть успехи своего ребенка, поддержать его, похвалить

### **Формы подведения итогов реализации образовательной программы**

- входной контроль (входная диагностика) – наблюдение.
- текущий контроль (промежуточная аттестация) – открытое занятие.
- итоговый контроль (итоговая аттестация) – концертная деятельность.

Контроль уровня освоения материала учащимися осуществляется по результатам выполнения практических заданий на каждом занятии. Критерии оценки результативности определяются на основании содержания программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

Диагностика проводится в форме открытых занятий, опроса и наблюдений педагога. Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка.

Критериями оценки усвоения программы являются следующие: восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать);

элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок, строение музыкального произведения);

развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, выворотность, шаг, стопа, баллон, апломб, вестибулярный аппарат);

знание элементарных танцевальных понятий; степень усвоения танцевального репертуара.

### **Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы.**

- условия набора учащихся: прием всех желающих;
- условия формирования групп: разновозрастные;
- особенности организации образовательного процесса: программа реализуется в течение одного года;

#### **Основные формы организации образовательного процесса.**

Учащиеся обязательно участвуют в следующих направлениях деятельности:

- концертных программах на основе современных постановочных технологий;

- в системе конкурсного движения в контексте непрерывного образования (конкурсы, форумы, творческие поездки);

- в процессе репетиционной и постановочной работы к конкретному мероприятию.

## **Материально-технические условия (обеспечение).**

### **Материально-техническое обеспечение реализации программы:**

- танцевальный класс;
- оборудованный вентиляционной системой;
- зеркалами и станками;
- комната для переодевания;
- аудио- и видеоаппаратура;
- аудио- и видеоматериалы;
- наличие танцевальных костюмов;
- музыкальный материал для проведения занятий;

**Информационное обеспечение** включает в себя ряд презентаций и видео фильмов на электронном носителе для демонстрации творческих коллективов, для знакомства с танцевальным направлением.

**Кадровое обеспечение.** Программу реализуют педагоги дополнительного образования, имеющий педагогическое образование.

### **Дидактическое обеспечение реализации программы:**

Для организации учебного процесса необходимо широко использовать различные методические и дидактические средства:

- музыкально-ритмические игры
  - видео материалы по классическому, историко-бытовому, бальным и современным танцам
  - печатные издания для танцоров: «Звезды над паркетом», «Балет», «Антрэ», «Современные эстрадные танцы», «Вестник танцевальной жизни» и др.
  - книги и пособия по изучению бального и современного танцев
  - разработки занятий
  - репертуарные планы по годам обучения
  - сценарии мероприятий
  - фонотека – записи фонограмм к танцевальным постановкам и занятиям
  - кроссворды, ребусы, карточки-задания по изученным темам
  - книги и методические пособия по изучению теоретической части программы «Современный танец»
- Приемы и методы организации хореографической работы.

### **Оценочные и методические материалы.**

Основными видами отслеживания результатов освоения учебного материала являются входной, промежуточный и итоговый контроль. Осуществляется контроль следующим образом:

#### **Входной контроль:**

Проводится в начале учебного года. Отслеживается уровень подготовленности обучающихся. Контроль проводится в форме диагностики.

**Текущий контроль:**

Осуществляется в виде подготовки и выступления на открытом занятии. Текущий контроль позволяет отследить насколько обучающимися освоен пройденный материал.

**Итоговый контроль:**

Проводится в конце учебного года. Цель его проведения – определение уровня усвоения программы каждым обучающимся. Формы проведения: участие в конкурсах и выступление на заключительном отчетном концерте.

Проявление творческой инициативы, самостоятельности, умения работать в команде.

**Оценочный материал**

Диагностическая карта контроля уровня обученности группы №\_\_

\_\_\_\_\_  
(ФИО педагога)

\_\_\_\_\_  
Месяц, год

№ п/п	ФИ	Теоретич. знания	Практич. умения и навыки				Участие в творческих конкурсах/ концертах	Итого
1.								
2.								
3.								

**Критерии оценки показателей обучающихся по образовательной программе «Робототехника»**

Критерии – \_\_\_\_\_

**5 баллов** – освоил в полном объеме все теоретические знания, танцевальные номера, участие в конкурсах и отчетном концерте, выполнил летнее задание.

**4 балла** – освоил в полном объеме все теоретические знания, танцевальные номера.

**3 балла** – освоил более половины теоретических знаний и танцевальных номеров.

**2 балла** – освоил менее половины теоретических знаний и танцевальных номеров.

**1 балл** – частично усвоил образовательную программу.

**0 баллов** - не освоил образовательную программу.

**СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

Тема 1 Вводное занятие. Беседа о технике безопасности.

Тема 2. Учебно-тренировочная работа. Азбука музыкального движения.

Музыкально-пространственные упражнения в темпе и ритме музыки.

1.1. Маршировка на месте, вокруг себя, вправо, влево, по кругу и др. рисунках.

1.2. Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный, умеренный).

1.3. Ритм музыкального произведения.

1.4. Ритмическая разминка на месте.

Пространственные музыкальные упражнения и передвижения в различных рисунках в характере музыкального произведения.

2.1. Характер музыкального произведения: весёлая, грустная, тревожная.

2.2. Передвижения в характере музыки.

2.3. Пространственные упражнения.

2.4. Разминка в музыке.

различных характеров.

Танцевальные шаги и бег.

3.1. Танцевальные шаги с носка, подъёмом ноги, согнутой в колене, на полупальцах, с продвижением, на месте и со сменой положения рук.

3.2. Танцевальный бег: лёгкий бег, с отбрасыванием ног назад, в стороны, вперёд и т.д.

3.3. Подскоки, галоп.

Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.

4.1. Точки класса.

4.2. Постановка корпуса.

4.3. Изучение позиций рук и ног.

4.4. Хлопки.

4.5. Притопы.

4.6. Прыжки (соте по 6 позиции и с поджатыми).

Постановочная работа над этюдом.

Тема 3. Партерный экзерсис.

1. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы.

2. Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе: «Бабочка», «Лягушка» и т.д.

3. Упражнения для развития танцевального шага.

4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса.

4.1. Путём прогиба назад: «Змея», «Кошечка», «Качели», «Кораблик», «Кузнечик».

4.2. Путём наклона вперёд: «Книжка», «Страус» и др.

5. Упражнения для развития прыжка.

6. Постановка образного пластического этюда.

7. Силовой экзерсис

Тема 4. Элементы классического танца.

Экзерсис у станка:

1. Постановки корпуса (лицом к станку).

Повторение позиции ног – I, II, III, V и позиции рук – подготовительное положение, I, II, III. Preparation, как вступление к движению. Releve на полупальцы. Demi pliés в I, II, V позициях.

2. Battement tendus из I позиции. (По усвоению можно проучивать из V позиции).

3. Grand – plies в I, II, V, позициях.

4. Demi rond de jamb par terre: en dehors. Точки экарте.

5. Demi rond de jamb par terre: en dedans. Точки экарте.

6. Passe par terre с остановкой в первой позиции.

7. Положение ноги на sou – de – pied.

8. Battement tendu jete с I позиции.

Экзерсис на середине:

9. Вращения. Работа над удерживанием точки.

10. Вращения шене.

11. Прыжки cote по I, II, V позициям. Примечание: при изучении каждого нового термина производится запись в тетрадь.

12. Постановочная работа над этюдом в классическом репертуаре.

Тема 5. Элементы народного танца.

1. Позиция рук – 1.2.3 на талии. Позиции ног в народном танце. Танцевальные шаги и притопы.

2. Основные движения русского танца: «Гармошка», «Ёлочка», «Ковырялочка» и её разновидности.

3. Припадания (на месте, с продвижением, вокруг себя).

4. Хлопушки: в ладоши, по бедру, в простых ритмических рисунках.

5. Этюд на основе выученных элементов.

Тема 6. Элементы эстрадного танца.

1. Характерные движения Hip-hop направления.

2. Основные пространственные перемещения джазового танца.

3. Contemporaries. Партерные связи.

4. Соединение трёх направлений в единую эстрадную комбинацию.

Тема 7. Танцевально-образная импровизация.

1. Образы природы в танце. Сочинение образного этюда.

2. Рисуем музыку. Найти в музыке образы насекомых.

3. Хореографическая зарисовка обитателей водного мира и птиц.

4. Танцуем сказку «Теремок».

Тема 8. Репетиционно – постановочная работа. Постановка танца детской тематики в стиле эстрадной хореографии.

Тема 9. Итоговое занятие.

Проверка знаний, умений и навыков. Итоговая аттестация. Открытый итоговый урок.

#### Учебный план.

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
				Самостоятельная подготовка	

1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности.	1	1			Входной
	Учебно-тренировочная работа. Азбука музыкального движения.	10	2	8		Текущий
2	Партерный экзерсис	10	2	8		Текущий
3	Элементы классического танца	10	2	8		Текущий
4	Элементы народного танца.	10	2	8		Текущий
6	Элементы эстрадного танца	10		8	2	Текущий
7	Танцевально-образная импровизация	10		6	4	Текущий
8	Репетиционно – постановочная работа	10		8	2	Текущий
9	Итоговое занятие	1		1		Итоговый
	<b>Всего:</b>	<b>72ч</b>	<b>9ч</b>	<b>55ч</b>	<b>8ч</b>	

Тема1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и правилам поведения.  
Введение в программу.

Тема2. Учебно-тренировочная работа Гимнастика.

1.Упражнения для стоп.

1.1. Шаги: а) на всей стопе; б) на полупальцах;

1.2. Сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции;

1.3. Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола (сокращенная I позиция), вытянуть стопы по I позиции;

1.4. Releve на полупальцах в VI позиции у станка.

2.Упражнения на выворотность.

2.1. Лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в I;

2.2. "Лягушка": а) сидя, б) лежа на спине, в) лежа на животе; г) сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в "замок", подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса.

3. Упражнения на гибкость вперед.

3.1. "Складочка" по VI позиции с обхватом рук за стопы;

3.2. "Складочка" по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь

развести их в стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются;

3.3. Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи) встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах);

3.4. Наклон вперед прогнувшись, кисти на плечах, локти отведены в стороны, взгляд перед собой.

4. Развитие гибкости назад.

4.1. Лежа на животе, port de bras назад с опорой на предплечья, ладони вниз- «поза сфинкса»; 4.2. Лежа на животе, port de bras на вытянутых руках;

4.3. "Колечко" с глубоким port de bras назад, одновременно ноги согнуть в коленях, носками коснуться головы;

4.4. Стоя на коленях, скручивание корпуса с наклоном вправо назад, правой рукой коснуться левой пятки, и упершись в нее, подать бедра сильно вперед.

5. Силовые упражнения для мышц живота.

5.1. Лежа, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз;

5.2. "Уголок" из положения -сидя, колени подтянуть к груди;

5.3. Стойка на лопатках с поддержкой под спину.

6. Силовые упражнения для мышц спины.

6.1. "Самолет". Из положения - лежа на животе, одновременно подъем и опускание ног и туловища;

6.2. "Лодочка". Перекаты на животе вперед и обратно;

6.3. Отжимание от пола;

7. Упражнения на развитие шага.

7.1. Лежа на полу, battements releve lent на 90° по 1 позиции вперед;

7.2. Лежа на полу, grand battement jete по 1 позиции вперед;

7.3. Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок), медленно развести ноги в стороны до шпагата, собрать ноги в 1 позицию вверх;

7.4. Шпагаты: прямой, на правую, на левую ноги;

Тема 3. Элементы классического танца.

Экзерсис у станка:

1. Комбинация demi и grand plie по I, II, V позициям. Battements tendu из V позиции во все направления (промежуточная раскладка).

2. Комбинация Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

3. Battements tendu jete с V позиции. Повторение положения sou-de-pied.

4. Battements releves lents на 90° в сторону и назад.

5. Grand battement в сторону.

6. Комбинация на растяжку. На середине зала:

7. Temps lie par terre вперед и назад.



8. Allegro: Temps saute по I, II, V позициям в комбинации и с увеличением темпа.

9. Allegro: Changement de pieds.

10. Вращения. Шене, шаг поворот по 6 позиции.

Тема 4. Элементы народного танца

1. «Ковырялочка» с поскоком в усложнённых комбинациях.

2. «Моталочка»: без мазка и с мазком. Упадания и припадания.

3. «Молоточки». Комбинированные движения.

4. Дробные движения: ключ простой одинарный, трилистник, дорожка с одинарным и двойным ударом.

5. «Верёвочка».

6. Вращения: «блинчик» с вытянутыми и поджатыми ногами.

7. Вращения: «бегунец». 8. Постановочная работа на основе выученных элементов.

Тема 5. Современный танец

1. Технический приём – Изоляция: движения изолированными центрами.

1.1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

1.2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.

1.3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.

1.4. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, Jelly roll.

1.5. Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.

1.6. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

2. Тренаж для позвоночника.

2.1. Flat back вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль.

2.2. Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll (“волна” передняя, задняя, боковая).

3. «Координация».

3.1. Свинговое раскачивание двух центров.

3.2. Принцип управления “импульсивные цепочки”.

3.3. Координация движений рук и ног, без передвижения

4. «Уровни».

4.1. Основные уровни: “стоя”, “сидя”, “лёжа”.

- 4.2. Упражнения стрэч-характера в различных положениях.
- 4.3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта.
- 4.4. Упражнения на contraction и release в положении «сидя».
5. «Кросс. Перемещение в пространстве».
- 5.1. Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.
- 5.2. Шаги по квадрату.
- 5.3. Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
- 5.4. Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу.
- 5.5. Прыжки: hop, jump, leap.
6. «Комбинация или импровизация»
- 6.1. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.
- 6.2. Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца.
- Тема 6. Танцевально-образная импровизация
1. Танцуем сказку «Репка».
2. Сказочные образы. Групповая работа на сочинение хореографической сказки.
3. Исполнение творческого задания по группам.
4. Сочинение образного этюда (с воображаемым предметом, виде какого либо предмета).
- Тема 7. Репетиционно-постановочная работа
- Разучивание и отработка движений танца.
- Постановка танца.
- Работа с солистами и отстающими.
- Отработка танца.
- Тема 8. Итоговое занятие
- Открытое занятие или отчётный концерт. Итоговая аттестация.

### Календарно-учебный график. на 2023/2024 учебный год

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Хореография»
1.	Начало учебного периода	01.09.2023г.
2.	Продолжительность учебного периода Возраст детей (класс)	34 учебных недель 9-10 лет
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Продолжительность учебных занятий	Продолжительность учебного часа – 40 минут
6.	Время проведения учебных занятий	15.00-18.00

7.	Продолжительность перемен	-
8.	Окончание учебного года	30 мая 2024г.
9.	Каникулярное время: осенние, зимние, весенние	Работа по расписанию
10.	Летнее время	-
11.	Аттестация обучающихся	Промежуточная – в конце каждой четверти Итоговая – май 2023г.
12.	Комплектование групп	31.05.2023г. – 31.08.2023г.
13.	Дополнительный прием обучающихся	В течении учебного года согласно заявлениям (при наличие свободных мест)

### **Воспитательная работа**

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством хореографии. Используемые формы воспитательной работы:

- технология развивающего обучения;
- технология индивидуализации обучения;
- личностно-ориентированная технология;
- компетентностного и деятельностного подхода.
- здоровьесберегающие,
- игровые,
- проблемного обучения.

Методы:

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы:

- образный показ педагога,
- эталонный образец
- показ движения лучшими исполнителями,
- наглядно-слуховой приём,
- использование наглядных пособий.

Словесный метод состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ,

- инструкция,
- беседа,
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца,
- прием раскладки хореографического па.

Практический метод обогащен комплексом приёмов:

- игровой приём.
- соревновательность,
- комплексный прием обучения,
- динамичность (повторяемость движений),
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений,
- развитие пластических линий,
- хореографическая импровизация,
- приём художественного перевоплощения.

Очень эффективен психолого-педагогический метод:

- приём педагогического наблюдения,
- проблемного обучения и воспитания,
- приём индивидуального подхода к каждому ребёнку,
- приём контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха,

- педагогическая оценка исполнения ребенком танцевальных упражнений.

Планируемый результат: повышение мотивации к хореографии и созданию собственных танцевальных постановок; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

### **План воспитательной работы на учебный год.**

№	Название мероприятия, события	Направление воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятия	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и сплоченность	Нравственное воспитание	В рамках занятия	Сентябрь-май
3.	Досуг и художественная деятельность.	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание;	Концерт, открытый урок, конкурсы	Сентябрь-май

	<p>«Линейка»</p> <p>«Осенний бал»</p> <p>День учителя</p> <p>Новогодняя елка</p> <p>8 марта</p> <p>23 февраля</p> <p>9 мая</p> <p>Участие в конкурсах</p> <p>Участие в концертах.</p>	воспитание семейных ценностей.		
3.	<p>Беседа о праздниках:</p> <p>Международный женский день.</p> <p>День защитника отечества.</p> <p>День Победы.</p>	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей.	Беседа	<p>Ноябрь.</p> <p>Апрель.</p>
4.	Неделя здоровья	Оздоровительная деятельность.	Неделя здоровья	В течении года
5.	Собрание с родителями	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	Собрания.	<p>Сентябрь-май.</p> <p>В течении года.</p>

## Список литературы

### Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области"

### Для педагога дополнительного образования:

1. А.Н.Беликова – «Бальные танцы» Москва, «Советская пресса» 1984 г.
2. Н.Базарова – «Азбука классического танца»
3. В.Мей – Ленинград «Искусство» 1983 г.
4. С.Л. Слуцкая – «Танцевальная ритмика», Тольятти «Линка – Пресс» 2006 г.
5. Татьяна Суворова – «Танцевальная ритмика для детей», Санкт – Петербург «Музыкальная палитра» 2007 г.
6. Георгий Портнов – «Ну-ка, дети, встаньте в круг!,,,» Пособие для преподавателей ритмики и хореографии. Санкт – Петербург «Композитор»
7. Программы дополнительного художественного образования детей – издательство Москва «Просвещение» 2007г.

8. Методика преподавания классического танца в самодеятельном хореографическом коллективе» Фадеева С.; Л. 1988г.
9. Методика Т.Константиновой «Стретчинг и саморегуляция». СПб. 1993 г.
10. «Современный балльный танец» (под редакцией Степанова В. и Уральской В. – М., 1978г.).
11. Васильева – Рождественская М.В. «Историко-бытовой танец»: Учеб. пособие. -2-е изд., пересмотр. – М.: Искусство, 1987. – 382 с.: рис.
12. Устинова Т. «Русские танцы» М. 1975 г.

Для обучающихся и родителей:

1. Т. Барышникова «Азбука хореографии»
2. Т. Ткаченко «Народные танцы.
3. И. Воронина «Историко-бытовой танец»
4. Н. Вашкевич «История хореографии»
5. Т.И. Васильева «Тем, кто хочет учиться балету»

Интернет-ресурсы:

<http://www.balletmusic.ru> (балетная и музыкальная музыка);

<http://www.horeograf.com/>

<http://www.balletmusic.ru/>

[http://plie.ru/?vpath=/news/data/ic\\_news/334/](http://plie.ru/?vpath=/news/data/ic_news/334/)