

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГИМНАЗИЯ №3

Рекомендована
Методическим Советом
МАОУ Гимназия № 3
Протокол № 6
«27» «02» 2020г.
Председатель МС
О.Ю. Белова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ХОРЕОГРАФИЯ»

Направленность: художественная
Уровень программы: стартовый
Возраст учащихся: 11 лет (5 класс)
Срок реализации: 1 год (102 ч.)
Формы организации: очная

Автор-составитель:
Алферова Ольга Николаевна,
Педагог дополнительного образования

Инта
2020

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты».

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа курса хореография, разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СанПин 2.4.4.3172 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019г. № 07-13/631).

Актуальность

Социально-экономические изменения во всех сферах жизни общества привели к смене ценностных ориентаций в образовании. Ведущей целью образования становится не объём усвоенных знаний и умений, а гармоничное разностороннее развитие личности, дающее возможность реализации уникальных возможностей человека, подготовка ребёнка к жизни, его психологическая и социальная адаптация.

В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телевизора, занятия хореографией становятся особенно актуальными.

Хореография является одним из необходимых составляющих музыкального - эстетического образования детей, приобщая подрастающее поколение к богатству и многообразию танцевального и музыкального творчества. Дает возможность почувствовать свою национальную принадлежность, познакомиться и проникнуть в образную сущность танцевальной культуры других народов. Духовное возвышение, вызванное стремлением как можно точнее выразить мысль, заложенную в музыкальном произведении при помощи художественного движения, в процессе погружения в мир прекрасного оказывает облагораживающее, положительное воздействие на личность ребенка в целом. Танец развивает эстетический вкус, воспитывает нравственные качества и возвышенные чувства, но и, в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние на физическое развитие ребенка. Систематические занятия танцем способствуют укреплению его здоровья, снижению гиподинамии, снятию перегрузок, формируют правильную осанку, укрепляют мышцы, учат координировать свои движения и владеть своим телом. Особая ценность танца заключается как раз в том, что физические, эмоциональные, интеллектуальные и духовные процессы здесь соединяются в единое целое. При этом понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов. Заметные изменения происходят под влиянием занятий танцем и в способности детей ориентироваться в пространстве. Большое влияние занятия хореографией оказывают на развитие творческого потенциала и общекультурного развития детей. Также танец и хореография – искусство коллективное, которое учит работать в коллективе, способствует развитию с ранних лет чувства коллективизма, требовательности друг к другу, доброты, принципиальности и других социально-значимых качеств.

Новизна (отличительные особенности)

Программа «Хореография» предназначена для развития музыкально-двигательной культуры на принципах органического слияния движения и музыки. Данная программа является модифицированной. Она разработана на основе программ: «Художественное движение», И.Е. Кулагиной, «Ритмика в школе» Ж.Е. Фирилевой, А.И. Рябчикова, О.В. Загрядской. В отличие от программы «Художественное движение», в программу «Хореография» добавлены разделы: «Народная хореография», «Классический и балльный танец» для достижения требуемых результатов и удовлетворения запросов, обучающихся и их родителей, в тоже время программа составлена для неспециализированных школ. В программе учтены принципы оптимального сочетания форм проведения занятий и методов художественного образования и эстетического воспитания.

Классификация программы

Тип – одноуровневая

Вид по уровню усвоения – стартовый

Направленность – художественная

Форма обучения - очная

Категории учащихся - 5 класс

Режим занятий - 2 раза в неделю: 1 раз по часу и 1 раз 2 часа

Итого: 3 часа в неделю

Вид занятий – групповые

Срок реализации программы – 1 год

Состав группы- постоянный

Годы обучения (классы)	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Всего часов на учебный год
5 класс	3ч.	34	102ч.
Всего часов:			102ч.

1.2 Цели и задачи программы

Цель:

- гармоничное развитие обучающегося средствами музыкально - двигательной культуры,
- формирование основ знаний в области хореографии, культуры движений,
- воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных действий, укрепление здоровья.

Развивающие задачи:

-содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата – формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия.
-способствовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.
-совершенствовать кондиционные двигательные качества (мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростную силу) и координационные способности.

Обучающие задачи:

-способствовать расширению кругозора, знаний в области хореографической культуры, формированию знаний, умений и навыков в области движений, танца и музыки.
-содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, памяти, внимания.
-содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных композициях.

-содействовать развитию творческих и созидательных способностей – мышления, воображения, находчивости, познавательной активности.

Воспитательные задачи:

-привить интерес к занятиям танцами.

-воспитывать самостоятельность, закрепощенность, умение творчески выражать эмоции и мысли в танцевальных движениях.

-поддерживать стремление к разумному лидерству, инициативности, воспитывать трудолюбие, готовность к взаимопомощи.

-воспитывать уважение к педагогам, товарищам, партнерам по танцу.

-прививать навыки к здоровому образу жизни, личной и общественной гигиены, опрятности, в костюме и внешнем виде.

1.3. Содержание программы

Учебно-тематический план

5 класс

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	Практика(интерактивные занятия)	
1	Вводное занятие.	1	1		Опрос
1.1.	Разнообразие танцевальных культур.				
1.2.	Русский танец.				
1.3.	Мужской и женский танец.				
2	Народно-сценический танец.	14	3	11	Контроль движений, элементов танца.
2.1.	Элементы русского танца.	5	1	4	
2.2	Элементы мужского танца.	4	1	3	
2.3.	Выстукивающий.	5	1	4	
3	Классический экзерсис.	10	3	7	Открытое занятие.
3.1.	Классический экзерсис у станка.	6	2	4	
3.2	Классический экзерсис на середине.	4	1	3	
4	Современный танец.	17	2	15	Новогодний праздник.
4.1.	Разминочный комплекс.	9	1	8	
4.2.	Эстрадная разминка.	8	1	7	
5	Импровизации.	10	2	8	Творческое задание.
5.1.	Пластический этюд.	10	2	8	
6	Танцевальные композиции.	42	4	38	Отчетный концерт.
6.1.	Репетиционная работа.	31	2	29	
6.2.	Постановочная работа.	11	2	9	
7	Волшебный мир хореографии.	6	6		Показ, рассказ.
7.1.	Русский танец.	2	2		
7.2.	Наследие.	4	4		
8.0.	Итоговое занятие	2	2		Подведение итогов.
	Итого:	102	23	79	

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие.

Тема 1.1. Разнообразие танцевальных культур.

Теория: самобытность национальных танцев.

Тема 1.2. Русский танец.

Теория: отличительные особенности русского танца.

Раздел 2. Народно-сценический танец.

Тема 2.1. Элементы русского танца.

Теория: манера исполнения, сходство и различия мужского и женского танца.

Практика: основной шаг, поклон, «рисунки» танца, переходы, распространенные движения.

Раздел 3. Классический экзерсис.

Тема 3.1. Классический экзерсис у станка.

Теория: правила исполнения.

Практика: комбинации элементов: plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement releve lent, grand battement jete, вторая форма port de bras.

Тема 3.2. Классический экзерсис на середине.

Теория: правила исполнения.

Практика: вторая форма port de bras, plie, battement tendu, battement tendu jete, battement releve lent.

Раздел 4. Современный танец.

Тема 4.1. Разминочный комплекс.

Теория: правила исполнения.

Практика: упражнения для различных групп мышц:

Тема 4.2. Эстрадная разминка.

Теория: знакомство с правилами исполнения.

Практика: разучивание элементов в эстрадном характере: plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre,

Раздел 5. Импровизации.

Тема 5.1. Пластический этюд.

Теория: музыкальной основой данного приема является жанр пьесы: исходя из него выбираются движения, «строится» их пластика.

Практика: работа в группах: подбор музыки по желанию группы, подбор движений, танцевальных связок.

Раздел 6. Танцевальные композиции.

Тема 6.1. Репетиционная работа.

Теория: правила поведения в актовом зале, и на сцене ДК.

Практика: грамотное, четкое исполнение танцевальной композиции.

Тема 6.2. Постановочная работа.

Теория: размещение на площадке относительно предметов и друг друга.

Практика: разводка танца по движениям и по рисунку. Разучивание движений, разучивание комбинаций, танцевальных связок.

Раздел 7. Волшебный мир хореографии.

Тема 7.1. Русский танец.

Теория: национальный костюм, сценический костюм.

Тема 7.2. Наследие.

Теория: Показ концертных номеров.

1.4. Планируемые результаты

Материал программы направлен на реализацию приоритетных задач образования — формирование всестороннего гармоничного развития личности при образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование, а также развитие основных двигательных (физических) жизненно важных качеств — гибкости, ловкости, быстроты движений, мышечной силы и выносливости. Учебный материал позволяет

сформировать у школьников научно обоснованное отношение к окружающему миру, с опорой на предметные, метапредметные результаты и личностные требования.

Личностные, метапредметные и предметные результаты

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других детей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении хореографической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное).
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.)
- формирования навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела, и др.), показателями основных физических качеств (силы, выносливости, координации, гибкости).
- формирование навыка систематического наблюдения за исполнительским мастерством (Четкость, точность, музыкальность, ритмичность, пластичность).

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»:

2.1 Календарный –учебный график программы

Программа «хореография» 5 класс 3ч в неделю. Всего: 102ч.

Учебный период: с 07.09 по 27.05

Количество учебных недель: 34 учебные недели

Продолжительность каникул:

Осенние- с 28. 10 по 04.11

Зимние -с 28.12 по 08.12

Весенние- с23.03 по 29.03

Праздничные дни:

24.02-праздничный день

8,9 марта –праздничные дни

1,2,9 мая- праздничные дни

Сроки контрольных процедур

месяц	мероприятие	класс	Деятельность (название танцевальной композиции)
октябрь	День учителя	5	Танец «Детство»
декабрь	Новый год	5	Танцевальная композиция «Дедов Морозов»
январь	Открытое занятие	5	Демонстрация занятия родителям
февраль	Конкурс-фестиваль «Северные узоры»	5	Танец «Дети войны»
март	Открытое занятие	5	Демонстрация занятия родителям
апрель	Отчетный концерт	5	Танец «Дети войны»
май	9 мая	5	Танец «Дети войны»

Календарный учебный график

5 класс

№	Тема урока	Количество часов	Характеристика учебной деятельности	Дата проведения занятия/факт
1	Вводное занятие.	2	Разнообразие танцевальных культур. Русский танец.	07.09/07.09
2	Народно-сценический танец.	1	Разучивание движений русского танца.	09.09/09.09
3	Народно-сценический танец.	2	Разучивание движений русского танца.	14.09/14.09
4	Народно-сценический танец.	1	Повторение пройденного материала.	16.09/16.09
5	Народно-сценический танец.	2	«Хлопушки», присядка.	21.09/21.09
6	Народно-сценический танец.	1	Выстукивающий: «ключ», «двойной удар», «двойной два шага».	23.09/23.09
7	Народно-сценический танец.	2	Повторение пройденного материала.	28.09/28.09
8	Народно-сценический танец.	1	Выстукивающий, «хлопушки»	30.09/30.09
9	Народно-сценический танец.	2	Крутки, связки, шаги, положения рук.	05.10/05.10
10	Народно-сценический.	1	Повторение.	07.10/07.10
11	Репетиционная работа.	2	Закрепление пройденного материала.	12.10/12.10
12	Репетиционная работа.	1	Исполнение пройденного материала.	14.10/14.10
13	Постановка.	2	Начало разводки номера.	19.10/19.10
14	Постановка.	1	Разводка номера.	21.10/21.10
15	Репетиционная работа.	2	Повторение.	26.10/26.10
16	Репетиционная работа.	2	Повторение.	09.11/09.11

17	Постановка.	1	Разводка номера.	11.11/11.11
18	Репетиционная работа.	2	Работа над техникой исполнения.	16.11/16.11
19	Постановка.	1	Разводка финала.	18.11/18.11
20	Репетиционная работа.	2	Работа над техникой исполнения.	23.11/23.11
21	Репетиционная работа.	1	Работа над выразительностью исполнения.	25.11/25.11
22	Репетиционная работа.	2	Работа над выразительностью исполнения.	30.11/30.11
23	Классический танец.	1	Повторение ранее изученного.	02.12/02.12
24	Классический танец.	2	Разучивание комбинаций.	07.12/07.12
25	Классический танец.	1	Разучивание комбинаций.	09.12/09.12
26	Классический танец.	2	Повторение, середина.	14.12/14.12
27	Классический танец.	1	Повторение, середина.	16.12/16.12
28	Классический танец.	2	Закрепление пройденного материала.	21.12/21.12
29	Классический танец.	1	Исполнение пройденного материала.	23.12/23.12
30	Современный танец.	2	Разучивание разминочных упражнений.	27.12/27.12
31	Современный танец.	2	Разминка. «Релакция-контракция».	11.01/11.01
32	Современный танец.	1	Разминка, разучивание в эстрадном характере battement tendu.	13.01/13.01
33	Современный танец.	2	Повторение.	18.01/18.01
34	Современный танец.	1	Разминка, разучивание в эстрадном характере battement tendu jete.	20.01/20.01
35	Современный танец.	2	Разминка, разучивание в эстрадном характере ronde de jambe par terre.	25.01/25.01
36	Современный танец.	1	Повторение.	27.01/27.01
37	Современный танец.	2	Разминка, разучивание в эстрадном характере grand battement jete.	01.02/01.02
38	Современный танец.	1	Повторение.	03.02/03.02
39	Современный танец.	2	Закрепление пройденного материала.	08.02/08.02
40	Современный танец	1	Исполнение пройденного материала.	10.02/10.02
41	Постановка.	2	Разводка композиции.	15.02/15.02.
42	Постановка.	1	Повторение, связки, переходы.	17.02/17.02
43	Постановка.	2	Разводка композиции.	22.02/22.02
44	Постановка.	1	Повторение, связки, переходы.	25.02/25.02
45	Репетиционная работа.	2	Работа с композицией.	29.02/29.02
46	Репетиционная работа.	1	Работа с композицией.	02.03./02.03
47	Репетиционная работа.	2	Исправление ошибок.	07.03./07.03
48	Репетиционная работа.	2	Работа над техникой исполнения.	14.03./14.03
49	Репетиционная работа.	1	Работа над техникой исполнения.	16.03./16.03
50	Репетиционная работа.	2	Работа над выразительностью	21.03./21.03

			исполнения.	
51	Репетиционная работа.	1	Работа над выразительностью исполнения	23.03./23.03
52	Репетиционная работа.	2	Работа с композицией.	24.03/24.03
53	Репетиционная работа.	2	Работа с композицией.	04.04/04.04
54	Репетиционная работа.	1	Закрепление.	06.04./06.04
55	Репетиционная работа.	2	Исполнение композиции.	11.04./11.04
56	Импровизации.	1	Формирование групп, подбор характера этюда.	13.04./13.04
57	Импровизации.	2	Подбор музыки.	18.04/18.04
58	Импровизации.	1	Подбор движений.	20.04/20.04
59	Импровизации.	2	Разработка этюда по движениям, танцевальные связи.	25.04./25.04
60	Импровизации.	1	«Дорабатывание» этюдов.	27.04/27.04
61	Импровизации.	1	Показ, обсуждение этюдов.	04.05./04.05
62	Импровизации.	1	Показ, обсуждение этюдов.	11.05./11.05
63	Волшебный мир хореографии.	2	Национальный костюм, сценический костюм.	16.05./16.05
64	Наследие.	1	Просмотр концертных номеров.	18.05./18.05
65	Наследие.	2	Просмотр концертных номеров.	23.05./23.05
66	Наследие.	1	Просмотр концертных номеров.	25.05./25.05
67	Итоговое занятие.	2	Подведение итогов.	27.05./27.05
	ИТОГО			102

2.2. Условия реализации

Материально-техническое обеспечение:

Помещение, зеркала, магнитофон, музыкальный центр, аудио и видеозаписи, компакт диски, инвентарь, костюмы.

Методическое обеспечение:

Подборка бесед, подбор музыкального материала, разработка танцевальных композиций, участие в городских мероприятиях, конкурсах, фестивалях, посещение городских мероприятий.

Организационное обеспечение:

Необходимый контингент учащихся, расписание занятий.

Методы организации учебно-воспитательного процесса: фронтальный (раздельный, поточный, посменный), групповой, круговой.

Приемы организации учебно-воспитательного процесса: показ, объяснение, подводящие упражнения, углубленное разучивание, повторение упражнений (простое, вариативное), этап закрепления и совершенствования.

Кадровое обеспечение- педагог дополнительного образования. Общий трудовой стаж – 39 лет. Квалификационная категория – первая (приказ от 26.10.2017 года)

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Для реализации программы используются разные виды контроля:

Текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий.

Промежуточный – праздники, соревнования, конкурсы.

Итоговый – открытые занятия, концертные номера.

Формой подведения итогов считать: выступления на школьных праздниках, торжественных и тематических линейках, участие в школьных мероприятиях, классных часах, отчетных концертах, городских мероприятиях.

Форма контроля	Критерии
Викторина Тест Опрос	Правильность ответа Полнота ответа Использование дополнительной литературы
Практическое задание – показ <i>-комплекс упражнений</i> <i>-проведение разминки</i> Творческое задание <i>-импровизации</i>	Подготовить комплекс упражнений для различных групп мышц. Провести разминку. Подбор музыки, движений, «танцевальных связок», исполнение, выдержанность стиля, соответствие музыкального и хореографического материала.
Концерт <i>Демонстрация танцевальных композиций на праздниках и отчетных концертах.</i>	Умение распределять площадку. Умение оценивать происходящее на сцене. Грамотное и эмоциональное исполнение танцевальных номеров.

2.5. Методические материалы.

Образовательные технологии:

- технология полного усвоения. Авторы: американские психологи Кэррол и Блум
- поэтапная модульноблочная технология по А.Я. Гальперину.
- здоровьесберегающие технологии
- использование игровых технологий.
- информационно-коммуникационные технологии.
- личностно-ориентированное обучение.

Хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владения культурой движения (гибкость, выворотность, пластичность).

Хореографические методы:

- метод разучивания по модулям (движение делится на простые части, и каждая часть разучивается отдельно);
- целостный метод разучивания (заключается в разучивании движения целиком в замедленном темпе);
- метод временного упрощения движения (сложное упражнение сводится к простой структуре и разучивается в таком виде, затем движение постепенно усложняется, приближаясь к законченной форме).

Принципы дидактики:

- принцип сознательности и активности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип систематичности.

Для реализации программы в работе с занимающимися применяются следующие методы:

- метод использования слова;
- метод наглядного восприятия;
- практический метод;
- игровой метод (на начальном этапе обучения).

Методические материалы:

- видеоматериалы с мастер-классами;
- открытыми уроками;
- концертными программами заслуженных коллективов России;
- презентации.

Литература для педагога:

1. Бекина С.И, Ломова Т.П, Соковнина Е.Н. Музыка и движение - Москва, 2002г.
2. Горский Б.А Технология разработки авторской программы дополнительного образования детей. // Дополнительное образование - 2001. - № 1.
3. Ивановский Н.П. Бальный танец - Калининград, 2004г.
4. Климов А. Основы русского народного танца - Москва, 2004г,
5. Кулагина И.Е. «Художественное движение» Программы дополнительного образования Министерства образования Высшей школы РФ, 2005г.
6. Лисицкая Т.С. Гимнастика и танец - Москва, 2003г.
7. Лопухов А.В, Ширяев А.В, Бачаров А.И. Основы характерного танца - Санкт-Петербург, 2007г.
8. Ж. Е. Фирилева, А. И. Рябчиков, О В. Загрядская «Ритмика в школе» Ростов-на-Дону, 2014г.
9. Н. Тарасов «Классический танец» Москва, 1981г.
10. Н. П. Базарова «Классический танец» Ленинград 1984г.
11. Климов А. Основы русского народного танца - Москва, 2004г,
12. Мур А. Бальные танцы - Москва, 2004г.
13. Мур А. Начальный курс танца - Москва, 2002г.
14. Роот З. Танцы с нотами - Москва, 2006г.

<http://skazochi.narod.ru>

<http://zvukoff.ru/a4503.html>

<http://it-n.ru/communities>.

[xrp?cat_no=5025&lib_nj=23221&tmpl=lib](http://www.za-pfrtoi.ru/)

<http://www.za-pfrtoi.ru/>

<http://www.obruch.msk.ru>

<http://www.ed.ug.ru>

<http://www.school.edu.ru>

<http://www.edu.ru>

http://www.edukation.rekom.ru/4_2000/aldoshina.htm.

<http://www.uroki.net/> <http://www.schoollessons.narod.ru>