

I. Комплекс основных характеристик программы

**1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности для учащихся МАОУ «СОШ №46» является неотъемлемой частью дополнительного образования.

Дополнительное образование - вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом и профессиональном совершенствовании. Дополнительное образование является одной из возможностей ребенка вхождения в социальную деятельность через собственный выбор сферы творчества. Дополнительное образование направлено на развитие творческого потенциала детей, обеспечение условий для личностного роста и создание возможностей творческого развития, чему служит художественно-эстетическое воспитание, в частности, занятия хореографией.

Благодаря систематическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Занятия хореографией способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

**Направленность** программы - художественная.

**Нормативно - правовые документы:**

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-03 «Об образовании в

Российской Федерации»;

- Концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение

Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по

дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства

просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»);

- Методическими рекомендациями по проектированию общеразвивающих

программ (включая разноуровневые Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «О направлении информации»).

**Отличительные особенности программы, новизна** программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы возможности учащихся старшего возраста, основные направления хореографии: гимнастика, классический, народно-сценический и современный танцы. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента каждого учащегося, а также на развитие его сценической культуры.

          В связи с возрастающим интересом детей и подростков к танцевальной

культуре, необходимостью полного удовлетворения жизненно необходимой потребности человека – движения, а также учитывая, что движение является важнейшим средством воспитания, возникла **актуальность** разработки комплексной программы обучения детей с одиннадцатилетнего возраста.

Педагогическая целесообразностьзаключается в комплексном психологическом и эмоциональном воздействии на учащихся. Используются техники импровизации и танцевально-двигательной терапии. Импровизация дает собственную свободу выбора движения в танце, играет основную роль в развитии творческой личности. Она требует глубокой внутренней работы, открытого сознания, формирования предельно ясных целей, для раскрытия потенциальных возможностей пустого пространства. Основной задачей хореографии является побуждение к спонтанным выразительным движениям, благодаря осуществлению которых развивается подвижность и укрепляются силы не только на физическом, но и на психическом уровне. Таким образом, она, опираясь на искренность тела, представляет собой психологическую работу через движение. Через символы и образы, дает возможность освободиться от физической и эмоциональной скованности, повышает социальную адаптивность, расширяет границы для самопознания и открывает путь к самосовершенствованию и достижению внутренней гармонии.

**Цель программы -** приобщение детей к здоровому образу жизни, совершенствование творческих способностей учащихся, формирование эстетических, культурных и нравственных ценностей, посредством обучения хореографическому творчеству.

**Задачи:**

**1. Обучающие:**

- закрепить теоретические знания, практические умения и навыки в области

хореографического искусства;

- научить применять полученные практические навыки и теоретические знания в области хореографического искусства;

- закрепить знания, полученные о различных танцевальных направлениях, научить самостоятельно пользоваться полученным лексическим материалом;

- сформировать навык танцевальной импровизации;

- улучшить эмоциональную выразительность, научить работать с различными

эмоциональными состояниями.

**2. Развивающие:**

- приобщить к танцевальному искусству и культуре;

- мотивировать на самообразование;

- сформировать толерантное отношение к любым видам искусства и их национальным особенностям;

- укрепить здоровье, опорно-двигательный аппарат, мышечный корсет, физическую выносливость;

- сформировать музыкальный слух, танцевальную выразительность;

- закрепить навыки зрительной и музыкальной памяти;

- сформировать навыки танцевальной координации.

**3. Воспитательные:**

- создать и научить поддерживать сплоченный коллектив;

- задать общие цели, задачи и мотивировать на высокие результаты;

- сформировать навыки работы в паре, малой группе и коллективе;

- сформировать эстетическую культуру, нравственное отношение друг к другу;

- улучшить и развить коммуникативные способности;

- привить чувство ответственности и самостоятельности;

- сформировать общую культуру личности, способность ориентироваться в

современном обществе.

**Отличительные особенности данной программы является**синтез движения и музыки, формирующий учащихся сферу чувств, координацию, музыкальность и артистичность; развивает слуховую, зрительную, моторную (мышечную) память; учит благородным манерам; воспитывает художественный вкус.

В реализации программы участвуют дети обоего пола от 7 до 17 лет. Дети объединяются в группу с учетом возраста, психологических особенностей и физических данных. Набор в объединение осуществляется при наличии медицинской справки о допуске к занятиям хореографией по личному заявлению родителей (законных представителей), согласию об обработке персональных данных и копии свидетельства о рождении ребенка.

**Адресат:** программа рассчитана на учащихся 7-17 лет.

**Режим занятий:**

Продолжительность одного академического часа – 45 минут.

Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 2 часа.

Занятия проводится 2 раза в неделю продолжительностью 1 час.

**Объём программы**– 72 часа в год.

**Срок освоения** – 1 год.

**Особенности организации образовательного процесса** – традиционная.

**Форма обучения**: групповая.

**Учебный (тематический) план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование дисциплин,**  **разделов, тем** | **Количество часов** | | | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Всего**  **часов** | **Теория** | **Практика** |
| **1.** | Вводное занятие | 1 | 1 | - | - |
| **2.** | Классический танец | 17 | 1 | 16 | Открытый урок |
| **3.** | Народно-сценический танец | 18 | 1 | 17 | Открытый урок |
| **4.** | Гимнастика | 17 | 1 | 16 | Открытый урок |
| **5.** | Современный эстрадный танец | 18 | 1 | 17 | Открытый урок |
| **6.** | Итоговое занятие | 1 | - | 1 | Тест-опрос |
| **Итого:** | | 72 | 5 | 67 | - |

**Содержание программы**

**1.Вводное занятие (1 час)**

**Теория.**Цели и задачи на предстоящий учебный год.  Расписание. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в хореографическом классе.

**2. Классический танец (17 часов)**

**Теория:**Классический танец – фундамент хореографического творчества. Г.Ульянова – российская балерина.

**Практика**: Экзерсис у станка: demi-plie, grand-plie, battement  tendu, battement tendu  jete, rond de jambe parterre, battements frappes, battements fondus, battements releves lens, battements developpes, grands battements jetes.

Экзерсис на середине зала выполняется на полупальцах и с большой амплитудой движения: demi-plie, grand-plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe parterre, battements frappes, battements fondus, battements releves lens, battements developpes, grands battements jetes.

Упражнения по диагонали. Вращения: Туры, fouette и пируэт на месте и с продвижением по диагонали.

**3. Народно-сценический танец (18 часов)**

**Теория:**Особенности исполнения русского народного танца.

**Практика**: Экзерсис у станка: позиции ног; позиции и положения рук; постановка корпуса.

Композиции русского народного танца на середине зала: положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка»; подготовка к началу движения (preparation); переводы ног из позиции в позицию; приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям.

Упражнение с напряженной стопой (battments tendus) из 1-й позиции прямой на каблук с полуприседанием (demi-plie) на опорной ноге. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 3-й и 5-й позиции вперед, в сторону и назад с полуприседанием в исходной позиции. Маленькие броски (battments tendus jetes) вперед, в сторону и назад по 3-й открытой позиции с полуприседанием на опорной ноге. Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги по опорной в открытом положении на всей стопе. Развертывание работающей ноги на 45 градусов (battement developpes) вперед, в сторону и назад, на вытянутой   ноге.

Элементы танца: раскрывание и закрывание рук, поклоны, притопы, пере топы, простой (бытовой) шаг, простой русский шаг, боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции, «Гармошка», при падание. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям). Бег на месте с продвижением вперед и назад на полу пальцах. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя. «Веревочка» простая. «Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом. «Ключ» простой (с переступанием). Chane с поджатыми ногами – руки по 1 позиции.

**4. Гимнастика (17 часов)**

**Теория:** Режим питания, распорядок дня, правило личной гигиены, закаливания. Самоконтроль состояния здоровья. Стретчинг.

**Практика:**Акробатика: сальтовые элементы; рондад-фляк-сальто назад с поворотами; двойное сальто назад; комбинации акробатических прыжков.

Опорный прыжок: переворот вперед с поворотом на 360, переворот вперед – сальто вперед.

Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса. Упражнения для развития силы мышц рук. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения для развития мышц спины. Упражнения для развития мышц ног, связок голеностопного сустава. Упражнения для развития выносливости. Упражнения на гибкость и подвижности в суставах. Упражнения для развития координации. Упражнения для укрепления вестибулярного аппарата.

Стретчинг. Релаксационные упражнения. Дыхательные практики.

**5.Современный эстрадный танец (18 часов)**

**Теория:**Жизнь и творчество Элвина Эйли и Майкла Джексона.

**Практика:**«Экзерсис non-stop»:demi и grandplie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот. Demi и grandplie в сочетании с releve. Battement tendu с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот. Battement tendu с использованием brash. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска. Battement tendujete с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот. Battement tendujete с использованием brash. Battement tendujete с подъемом пятки опорной ноги во время выноса на носок или Rond de jambe parterre с подъемом ноги на 45 градусов. Ronddejambeparterre с подъемом на 90 градусов. Grand battemen tjete c подъем пятки опорной ноги во время броска. Grand battman jete по всем направлениям через developpes. Арабески.

Упражнения stretch-характера (растяжка). Импровизация. Индивидуальные постановки обучающихся: подбор музыкального материала, составление схем создания номера, создание танцевальных этюдов на основе изученного материала.

**6.Итоговое занятие (1 час)**

Промежуточная аттестация учащихся.

**Планируемый результат**

В результате освоения данной программы обучающиеся смогут **знать**:

* основные понятия и стили хореографии;
* виды и жанры хореографии;
* историю появления различных направлений хореографии;
* специальную терминологию.

**уметь:**

* выразительно и ритмично двигаться в соответствии с музыкой;
* выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии;
* выполнять комплексы дыхательных, ритмико-гимнастических, музыкально-ритмических упражнений;
* слушать музыку, понимать её характер, настроение, знать музыкальные термины, определяющие характер музыки;
* определять сильную и слабую доли, выражать их с помощью пластики, мимики, жестов, движений.

**Личностные результаты:**

• Уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России; осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, традициям и ценностям Российского народа на примере истории национальных видов народных танцев;

• знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России;

• сформированность положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к изучению хореографии;

• развитость эстетического и этического сознания через освоение культуры движения и культуры тела.

• формирование уважительного отношения к истории и культуре других народов;

• сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни;

• развитие двигательной активности;

• формирование способности к эмоциональному восприятию материала;

• развитие танцевальных навыков;

• понимание роли танца в жизни.

**Метапредметные результаты:**

• Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия, регулятивные, познавательные, коммуникативные;

• освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

• умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

• организация учебного сотрудничества и совместной деятельности с учителем и сверстниками;

• готовить свое выступление и выступать с хореографическими композициями на сцене;

• соблюдать нормы этики и этикета.

**Предметные результаты:**

• принимать и сохранять учебную задачу;

• самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

• осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;

• оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

• осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной деятельности.

**Организационно – педагогические условия**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Основные характеристики образовательного процесса** |  |
| **1** | Количество учебных недель | 34 |
| **2** | Количество часов в неделю | 2 |
| **3** | Количество часов | 72 |
| **4** | Недель в 1 полугодии | 16 |
| **5** | Недель во 2 полугодии | 18 |
| **6** | Начало занятий | 15 сентября |
| **7** | Выходные дни | 31.12.-09.01. |
| **8** | Окончание учебного года | 31 мая |

**Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение**:

Техническое оснащение: компьютер, фотоаппарат, USB накопитель, аппаратура для музыкального сопровождения занятий (музыкальный центр).

**Кадровое обеспечение:**

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее профессиональное образование, обладать профессиональными знаниями в хореографическом творчестве, знать специфику дополнительного образования, иметь практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

**Методическое обеспечение**

Предполагаемые методы и приемы организации образовательного процесса:

1. По способу организации занятия:

- словесные – устное объяснений элементов, беседа, диалог, опрос;

- наглядные – показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдение, показ (исполнение) педагогом комбинаций;

- практические – выполнение упражнений обучающимися.

2. По уровню деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративные – восприятие и усвоение информации;

- репродуктивные – воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности.

3. По форме организации деятельности учащихся:

- фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;

- коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

Используемые **дидактические материалы:**

- Учебные и методические пособия;

- Материалы интернет-сайтов;

- Иллюстрирующие материалы (видеоматериалы и фотографии).

При проведении занятия необходимо руководствоваться следующими принципами:

- нагрузку увеличивать постепенно;

- чередовать упражнения быстрые и медленные;

- темп исполнения упражнений должен быть медленным с последующим ускорением;

- важно следить за дыханием и самочувствием обучающихся.

Основные методы работы педагога на занятии – показ движений и объяснение методики исполнения с акцентом на наиболее важных моментах и основных понятиях. Методы показа и объяснения варьируются. При этом главная задача – активизировать мышление и творческие способности учащихся в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

Особое внимание следует уделять правильной постановке корпуса, рук, головы, овладению навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела, развитию физических профессиональных данных обучающихся.

Движения, танцевальные связки, танцевальные вариации и композиции осваиваются постепенно: сначала в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности мышц ног т. д., затем – с ускорением. Новые элементы изучаются в чистом виде, затем комбинируются в различных сочетаниях.

На начальных этапах обучения различным танцевальным движениям отводится большая часть урока, впоследствии время исполнения сокращается за счет ускорения темпа и соединения отдельных движений в комбинации.

Реализация программы подразумевает участие учащихся в разнообразных концертах (учебных, отчетных, родительских собраниях-концертах), фестивалях и конкурсах. Подобные мероприятия способствуют приобщению детей и родителей к культурной форме проведения досугового времени, духовно сближают их и формируют новые интересы семьи. Конкурсы позволяют детям быстрее продвигаться в художественном и техническом развитии, становясь мощным средством мотивации к занятиям хореографией.

В целях повышения профессионального и творческого опыта рекомендуется посещение открытых уроков в других учебных заведениях, мастер-классов, творческих фестивалей, концертов профессиональных хореографических коллективов, спектаклей театров оперы и балета, творческих встреч с мастерами хореографического искусства.

**Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

Формы аттестации: открытое занятие, блиц-опросы, концертная деятельность, творческий отчет коллектива, видео- и фото- материалы, выступления перед родителями.

Промежуточная и итоговая аттестация учащихся проводится в соответствии с локальным актом - положением, устанавливающим порядок и формы проведения, систему оценки, оформление и анализ результатов промежуточной и итоговой аттестации учащихся в соответствии с требованиями дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы «Детского хореографического объединения «Креатив» предполагаются: открытые занятия для родителей, контрольные уроки, выступления в различных концертных программах, конкурсах, фестивалях.

Реализация этой программы возможна на основе следующих принципов:

целенаправленность учебного процесса; систематичность и регулярность занятий; постепенность развития природных данных учащихся; строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами танца; доступность учебного материала; учёт возрастных физических и технологических возможностей детей; результативность обучения; индивидуальный подход в обучении; комфортная эмоциональная среда на занятиях в коллективе.

**Список используемой литературы**

**ДЛЯ ПЕДАГОГА:**

1. Базарова Н. Классический танец.- Л.: Искусство 2005.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. «Респект Люкс» СП.: 2005.
3. Васильева Е. Танец.- М.: Искусство, 2008.
4. Джозеф С.Хавилер «Тело танцора» 2013г.
5. Захаров Р. Искусство балетмейстера.- М.: Искусство, 2005.
6. Захаров Р.Сочинение танца.- М.: Искусство, 2008г.
7. Калинина С.А. Духовная культура России. - М., 2006.
8. Левинов А. «Мастер балета» 2013.
9. Мессерер А. Танец. Мысль. Время.- М.: Искусство, 2007г.
10. Никитин В.Ю. Модерн-танец: начало обучения / В.Ю. Никитин .- М., 2009
11. Петровский Е.Н. Культурное наследие. - М., 2007.

12. Секрет танца. – СПб: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век»,2008.

13. Сломский Ю. Дидло. – Л.-м.: Искусство, 2008г.

14. Советские балеты: Крат. Содержание. – М.: Сов. Композитор, 2005г.

15. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, 2007г.

16. Хочу танцевать: Метод. Пособие. – М.: Махаон, 2006г.

17. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 2010г.

18. Эльшин Н. Образы Танца. – М.: Знание, 2013г.

**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

1. Аркина Н. Балет и литература.- М.; Знание, 2005.
2. Ваганова А. Основы классического танца.- М.: 2007.
3. Вашкевич А. «История хореографии». – М.: 2012.
4. Карп П.Младшая муза. – М.: Дет. лит., 2006.
5. Никитин В. Модерн-джаз танец: начало обучения. – М.,2005. – («Я вхожу в мир искусств»; № 5)
6. Пасютинская В. Волшебный мир танца: Кн. для учащихся. – М.: Просвещение, 2005.
7. Поиграем, потанцуем: Упражнение для детей дошкольного возраста. – СПб: АКЦИДЕНТ, 2007.

8. Столярова А.А. «Тридцать четыре куклы», Куклы для детей и взрослых,

10. Страна волшебная – балет: Очерки. – М.: Дет. лит., 2007.

11. Лэрд Уолтер. Техника латиноамериканских танцев.- М.«Артис»,2008.

12. Спиридонова И.А. Сюжетные танцы. - М., «Советская Россия»,2010.

13. Уральская В.И. «Рождения танца»,2013г.

14. Филатов И. Д. Дорога к танцу.- М.,«Планета», 2009.

15. Пин Ю.С.Пересмотренная техника латиноамериканских танцев.-С.-Пб., «Rеst», 2009.

16. Рубштейн Нина. Закон успешной тренировки. - М., «Один из лучших»,2008.

17. Рубштейн Нина. Что нужно знать, чтобы стать первым. - М., «Маренго Интернейшнл принт», 2009.