

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Назаровский районный Дом детского творчества»**

Приложение №4

**Дополнительная
общеобразовательная программа
«Современная хореография»**

Уровень: базовый

Возраст детей: 5-7 лет

Срок реализации: 1 год

Направленность программы: техническая

**Составитель: Макарова А.И.
Музыкальный руководитель**

п. Степной



ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая дополнительная общеобразовательная программа «Конструирование» разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования обучающихся».

Направленность (профиль) программы

Программа художественной направленности, направлена на вооружение воспитанников знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня.

Новизна программы

Характерными особенностями данной программы являются достижение максимальной усвояемости материала за счет темпоритма занятий и наличие собственной системы хореографической работы с детьми с использованием инновационных приемов и методов обучения:

- мастер-классов с приглашением педагогов других танцевальных коллективов;
 - применение психофизических тренингов для создания комфортной обстановки и развития креативности;
 - презентации самостоятельных работ учащихся – творческие танцевальные конкурсы внутри коллектива и показ этих работ на концертах.
- Эти особенности определяют новизну программы.

Актуальность

Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Общеобразовательная программа «Современная хореография» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально-организованное движение. Особенность искусства танца в том,



что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа танца через своеобразную и сложную технику этого искусства раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

Хореография как сценическое искусство имеет свою специфику и, следовательно, свою систему воспитания и обучения, она очень актуальна в современном мире в силу того, что потребность в движении генетически заложена в человеческом организме и обусловлена всем ходом его эволюционного развития. Врачи-физиологи утверждают, что без движения человек не может быть абсолютно здоровым. Регулярные занятия способствуют улучшению циркуляции крови и снабжению тканей организма кислородом, повышению мышечного тонуса. С точки зрения медицины танцы – это лекарство от стрессов и депрессий, а также профилактика таких заболеваний, как гипертония и ишемическая болезнь сердца.

Кроме основных разделов программа включает в себя такие разделы как: «Ритмика», «Постановочная и индивидуальная работа», «История танца» (выбор тем по усмотрению педагога), «Искусство балетмейстера» (по усмотрению педагога), система творческих заданий на развитие творческой свободы детей - курс актерского мастерства (выбор упражнений по усмотрению педагога). Последние разделы являются дополнительными в случае, если класс очень продвинутый и хорошо подготовленный.

Отличительные особенности программы

«Современная хореография» заключаются в самой структуре программы, в её содержательной части, в организационно-педагогической основе обучения:

- групповая форма работы в сочетании с индивидуальным подходом;
- обучение, развитие и воспитание на основе современных педагогических технологий личностно-ориентированной направленности, методов, форм, приёмов, способствующих наибольшей заинтересованности детей в этом виде деятельности, а также более полному раскрытию их творческому потенциала, формированию стремления к саморазвитию и дальнейшему самосовершенствованию.

Адресат программы

Программа предназначена для детей: 5-7 лет

Наполняемость: 18 детей

Состав групп: 9 человек из старшей группы (5-6 лет) и 9 человек из подготовительной группы (6-7 лет)

Срок реализации программы и объём учебных часов

1 год обучения: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа.

Форма обучения: очная



Режим занятий: 1 занятие в каждой группе по 60 минут.
 Занятия соответствует нормам и требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель:

Создание условий для раскрытия творческого потенциала воспитанников и повышения их технического мастерства и выразительности.

Задачи:

обучающие:

- формировать знания об основных хореографических понятиях;
- обучать навыкам постановочной и концертной деятельности.

развивающие:

- развивать специальные навыки и умения по хореографии;
- развивать познавательный интерес к хореографическому искусству и общей культуры личности;
- развивать способности к самостоятельной и коллективной работе;
- развивать коммуникативные и творческие способности воспитанников через учебно-практическую деятельность.

воспитательные:

- воспитывать эстетическое восприятие;
- воспитывать всестороннее развитие личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

Планирование рассчитано на 1 год обучения по 2 занятия в неделю (2 группы)

1 год обучения (144 часа)

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Азбука танцевальных движений. Ритмическая разминка: постановка корпуса, развитие чувства ритма, ориентация в пространстве, танцевальные элементы, parterre-разогрев рук, растяжка рук, прокачка рук, позиции рук-flex;вращение предплечьями, «Мельница», плечевой сустав, «Качели», позиции ног (параллельные);разминка стоп, проработка стоп, растяжка стоп, прокачка стоп, положение стоп: point. Kick,вращение коленями, упражнения	15	28	43



	<p>для таза и бедер.</p> <p>Лексика: упражнения стэтч-характера; приставной шаг (steptouch); «виноградная лоза» (grapevine); V-шаг(V-step), волна; battement;открытый шаг» (openstep), jumpingjacr – прыжок ноги врозь – ноги вместе, kneecup, kneelift - колено вверх-вниз, kick –махи ногами, lang – выпад, crossstep - скрестный шаг.</p> <p>Кросс: развитие координации, комбинации с перемещением, различные способы вращений и прыжков, понятие «кач» как основа пластической характеристики хип-хопа, Principlestep, бег, шаг, плавные переходы, Jam.</p> <p>Партерная пластика: «Шпагат»; «Бабочка»; «Мостик», «Кошка», «Рыбка», «Кольцо», комплекс динамических упражнений на гибкость, «складочка», «шпагаты».</p>			
3.	Постановочная работа	-	33	33
4.	История хореографии (современных направлений)	2	40	42
5.	Искусство балетмейстера	2	7	9
6.	Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера.	2	4	6
7.	Концертная деятельность	-	8	8
8.	Итоговая диагностика	-	2	2
Итого:		22	121	144

Содержание учебного плана программы.

1. Вводное занятие

Целевая направленность: знакомство с учащимися, определение работы в коллективе решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных учащихся; знакомство с техникой безопасности на занятиях.

Форма работы: групповая.

Теория. В занятие входит рассказ педагога о программе обучения, знакомство с родителями, требования к танцевальной форме, обуви, о культуре поведения в коллективе и в танцевальном зале. Беседа по технике



безопасности. Формирование групп по возрасту, медицинские показания для занятий танцами, расписание занятий.

Практика. Игры на знакомства, на сплочение коллектива.

2. Алфавит танцевальных движений

Теория. Теоретические основы хореографических движений, Хореографические термины.

Практика. *Ритмическая разминка:* комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Отличается от многих разминок тем, что выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов начинается уже в разминке.

Изучаемые элементы разминки:

- Движения головы. Соединение движений головы с движениями других центров.

- Плечи: комбинация из движений, изученных ранее, разные по ритму комбинации.

- Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскостях, соединение в комбинации движений.

- Контракция.

- Прыжки.

Лексика: изучение основных движений hip-hop (хип-хоп). Упражнения выполняются по тем же разделам, что и разминка, с координацией всех центров. Усложняются прыжки и вращения.

- Hiplift - полукруги и круги одним бедром.

- V-положения рук, jerkposition.

- А-Б-В-положения рук.

- Комбинации из движений, изученных ранее, соединение с шагами.

- Соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещением в пространстве.

- Tilt в сторону, вперед, с работающей ногой, открытой на 90° и выше.

- Упражнения стэтч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

- Приставной шаг (steptouch).

- «Виноградная лоза» (grapevine).

- V-шаг(V-step).

Кросс: передвижение в пространстве.

- Вращение как способ передвижения в пространстве.

- Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.

- Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.

- Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.

- Понятие «кач» как основа пластической характеристики хип-хопа.

- Движения рук (сгибания в плечевом, локтевом, кистевом суставах).

- Броски ног в различные направления с наклоном корпуса в противоположную сторону.



- Соскоки по выворотным и завернутым позициям на всей стопе и на полупальцах.

- Переходы из параллельных позиций ног в широкие выворотные и «in» позиции.

- Прыжки с раскрытием ног и поворотами в воздухе.

Партерная пластика. Скелетные мышцы развиваются гармоничнее, а их силовые возможности проявляются полнее, если упражнения на силу сочетаются с упражнениями на растяжимость мышц и на повышение подвижности в суставах. Для развития гибкости применяется метод выполнения упражнений с увеличением амплитуды.

Все многочисленные упражнения этого метода подразделяются на активные и пассивные. К активным относятся маховые (всевозможные вращения и махи звеньев тела в различных направлениях), фиксированные (различные наклоны, повороты, прогибание) при закреплённых звеньях тела и статические движения (удержание звеньев тела в положении максимальной амплитуды). Пассивные упражнения на гибкость выполняются с помощью партнера, который помогает увеличить амплитуду движения.

В первый год обучения подростки учатся выполнять такие упражнения, как:

- «Шпагат».

- «Бабочка».

- «Мостик».

Рекомендации. Занятия партерной гимнастикой, в основе которой – использование элементов классического танца, проводятся в положении лежа и сидя на полу.

3. Постановочная деятельность.

Практика. В первый год обучения учащиеся узнают такие понятия, как:

Танцевальная связка - это несколько танцевальных движений (3-5), разучив которые, впоследствии можно использовать как элемент постановочного танца или как вставку в произвольной комбинации.

Танцевальная комбинация - нечто среднее между связкой и композицией, обычно ее продолжительность составляет 1-2 восьмерки.

Схема изучения танца:

1. Танец учится «на счет», с каждым разом ускоряя темп. Затем, включается музыка, и счёт тактов ложится на музыку. В группе, занимающейся до года, практикуется изучение коротких (в основном на 8 счетов) связок TopRoking'a, и элементами из более лёгких стилей StreetDance'a и Hip-Hop'a.

2. Изучение и запоминание новых элементов. После танца, уделяется внимание изучению новых элементов. В данном случае, применяется индивидуальный подход к каждому ученику. Что учить дальше, на этом этапе, определяется личными качествами ученика.



3. Дополнение – это обязательное условие закрепления пройденного материала, состоит из попыток соединить новый материал со всем, пройденным до этого, материалом.

Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.

4. История хореографии.

Теория. Дети изучают темы:

Современные направления:

- хип-хоп;
- хаус;
- диско;
- модерн;
- джаз;
- контемпорари.

5. Искусство балетмейстера.

Этот предмет суммирует все знания, полученные воспитанниками на занятиях по основным дисциплинам и приводит их в целостную систему знаний, навыков и даёт возможность овладеть методом создания хореографического произведения, т.е. танцем. Этот раздел вводится в программу как дополнительный материал к основному курсу и не является обязательным. Обращение к этому разделу зависит от подготовленности учащихся.

Теоретический материал:

- Основы хореографической драматургии.
- Драматическое построение и хореографическое действие.
- Хореографическая композиция как форма выражения содержания.

Параллельно с теорией возможна практическая работа по сочинению и постановке хореографических этюдов и танцев. Для этого используется пройденный материал программы. Исполнение этой работы осуществляется силами самих учащихся. Работы учащихся могут быть использованы в отчётном концерте коллектива.

6. Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера

Задачи:

- Предъявить единые педагогические требования и выработать осознанное отношение к ним.
- Познакомить детей друг с другом.
- Заложить основы детского самоуправления в коллективе.
- Наметить с обучающимися перспективы совместной деятельности.
- Раскрыть у детей лидерский, творческий, организаторский, интеллектуальный потенциал.

7. Концертная деятельность

Практика.

- Выступления на мероприятиях разного уровня.



- Отчетный концерт по итогам обучения.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В ходе реализации программы обучающиеся расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

В результате обучения по программе воспитанники будут знать:

- специальную терминологию;
- основные сведения по истории современного танца;
- основные стили и жанры современной хореографии.
- основы техники исполнения движений джаз танца, танца модерн, современных молодежных направлений танца;
- современные формы, стили и техники танца.

Воспитанники будут уметь:

- исполнять основные движения современного танца;
- грамотно подходить к изучению лексики разных жанров и стилей современного танца;
- использовать знания современного лексического материала в хореографических произведениях коллектива;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально;
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями;
- самостоятельно и грамотно выполнять движения современного танца.

Иметь представление:

- об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;
- о тенденциях развития современного танца.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий	Срок проведения промежуточной итоговой аттестации
1.	2023 2024г.	04.09.2023г.	31.05.2024г.	37	74	144	2 раза в неделю по 2 часа	2. раза в год 1. Март



								2024г. 2. Май 2024г.
--	--	--	--	--	--	--	--	-------------------------

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение.

Занятия проводятся в свободном для перемещения зале соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Зал имеет хорошее освещение и периодически проветриваться.

В распоряжении танцевального объединения: костюмы, головные уборы, музыкальный центр, проектор, компьютер, маты, мячи.

Информационное обеспечение:

1. <http://www.openclass.ru/node/47746>
2. <http://pedsovet.org/>
3. www.ast.ru
4. www.uchitel-izd.ru
5. www.dilya.ru
6. <https://kopilkaurokov.ru>
7. <https://vk.com/dancerussia>
8. <https://vk.com/dancederevnya>

Кадровое обеспечение.

Педагог, работающий по данной программе имеет профессиональное педагогическое образование, первую квалификационную категорию, знает возрастные особенности детей.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы отслеживания и демонстрации результатов.

Реализации дополнительной образовательной программы предполагаются: открытые занятия, зачёты, контрольные уроки, выступления в различных концертных программах, конкурсах, фестивалях. В конце учебного года будет проводиться отчётный концерт, т.е. оцениваются в основном презентабельные результаты.

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; учёт специфических особенностей региональной культуры; комфортная эмоциональная среда на занятиях в коллективе.

Способы и формы	Способы и формы	Способы и формы
-----------------	-----------------	-----------------



выявления результатов	фиксации результатов	предъявления результатов
Беседа, опрос, наблюдение Прослушивание на репетициях Праздничные мероприятия Концерты, фестивали Зачеты Конкурсы	Грамоты Дипломы Журнал Портфолио Анкеты Тестирование Протоколы диагностики	Конкурсы, фестивали Праздники Концерты Зачеты

Оценочные материалы.

Диагностика по программе включает: начальную, промежуточную, итоговую. Начальная диагностика проводится при приеме детей и в начале учебного года. Промежуточная диагностика проводится в середине года (декабрь). Итоговая – при окончании программы (май).

Диагностика охватывает предметные, метапредметные, личностные результаты (самостоятельность, социальная и творческая активность, старание и прилежание) и качества исполнительской деятельности – творческого продукта – танца.

Основной формой предъявления результата является танцевальный номер. В диагностике по программе танцевальный номер оценивается по следующим критериям:

- музыкальность и ритмичность исполнения,
- техничность исполнения,
- синхронность исполнения,
- линии и пластика,
- артистизм исполнения,
- культура артиста.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Основные методы обучения.

Наглядный:

- показ педагогом движений под счет и под музыку;
- показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

Словесный: обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

Мотивации и стимулирования.

Формирования сознания.

Форма работы: коллективная, групповая, индивидуальная

Форма проведения занятий.



Индивидуальная форма занятий предоставляет возможность учитывать возрастные и индивидуальные способности обучающихся. Индивидуальная форма занятий используется при работе с обучающимися категории «одаренный».

Коллективная форма работы – основополагающая, представляет собой творческий процесс, в котором избираются разнообразные варианты решения исполнительских задач, связанных с выявлением идейно-художественного содержания изучаемого хореографического произведения, его творческим воплощением, а также способствует достижению исполнительского мастерства ансамбля в целом.

Занятия детей осуществляются в специально отведенном кабинете учреждения по расписанию. Расписание занятий составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха детей.

Алгоритм учебного занятия.

Успешное усвоение материала зависит от выбора оптимального объема, определения отобранных движений, которые необходимо довести до уровня двигательных навыков и умений, а некоторые – до ознакомительного начального уровня; рациональной систематизации движений на основе применения педагогических правил от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному и т.д. Физическая нагрузка должна соответствовать возрасту участников, а также необходимо учитывать общую нагрузку в течении всего занятия.

Движения изучаются поэтапно:

- этап ознакомительного начального разучивания;
- этап углубленного разучивания и переход к стадии совершенствования;
- этап совершенствования, упрочнения навыка, формирования умений оптимального использования в различных условиях.

При разучивании движений необходимо учитывать следующие правила:

- не начинать изучение нового материала пока полностью не будет усвоено разучиваемое движение (концентрированное изучение);
- обучение новому движению после овладения основным механизмом техники предыдущего движения (рассредоточенное изучение);
- изучение нового движения после усвоенного предыдущего до уровня двигательного умения (т.е. правильного выполнения при специальной фиксации внимания), затем многократно и периодически возвращаться к повторному разучиванию (концентрированное, затем рассредоточенное изучение).

Дидактическое обеспечение.

В процессе работы по программе используются информационно – методические материалы:

- подборка информационной и справочной литературы;

-сценарии массовых мероприятий и игровых занятий, разработанных для досуга воспитанников;

- наглядные пособия (карточки с описанием основных понятий и изображением основных позиций рук, ног; положение рук, ног, корпуса);

- диагностические методики для определения уровня знаний, умений и творческих способностей детей;

- новые педагогические технологии в образовательном процессе (сотрудничество педагога с обучающимися, создание ситуации успешности, взаимопомощи в преодолении трудностей – активизация творческого проекта).





СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «Об образовании в Российской Федерации» (29.12.2012).
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 03.04.2013 №27 «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.4.4.1251-О3».
3. Приложение к журналу «Внешкольник». № 5 2001.
Проектирование образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей.
4. Танец. Программа для культурно-просветительных училищ (Специальность «Хореографическая»). Вариант второй. М. 1977.
5. Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития. Инновационный курс. Книга 1. Казань, 1996.
6. Гиглаур В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства.
7. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
8. Р. Захаров. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. М. «Искусство», 1989.
9. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – Москва, 2006.
10. Лекции по спецдисциплинам преподавателей хореографии КГИИК, Горшкова В.Н., Цветковой Н.В., Сентябова С.Д., Синцова Е.Н. 1988-1993.
11. Джоан Ходоров «Танцевальная терапия и глубинная психология» (Когито-центр Москва 2015)
12. Холл Джим Лучшая методика обучения танцам. - Москва. 2013.
13. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев.- Ростов-на-Дону 2015.
14. Прокопов К. Клубные танцы. - Москва 2006.
15. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2016.
16. В.В. Козлов, А.Е. Гиршон «Интегративная танцевально-двигательная терапия» (СПб.: Речь, 2016)
17. Ю. Андреева «Танцетерапия» (М.; Диля 2015)
18. Э. Гренлюнд, Н. Оганесян «Танцевальная терапия. Теория, методика, практика» (СПб.: Речь, 2014)
19. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2013.



Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

	Организация, сотрудник	Доверенность: рег. номер, период действия и статус	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
Подписи отправителя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СТЕПНОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОСОК" ИЛЮЩЕНКО ЕЛЕНА АЛЕКСАНДРОВНА, ИСПОЛНЯЮЩИЙ ОБЯЗАННОСТИ ЗАВЕДУЩЕГО	 Не требуется для подписания	4F7BFDACDCDB7AB0CE39D54568FAF6F2 с 10.03.2023 11:29 по 02.06.2024 11:29 GMT+03:00	18.09.2023 07:25 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа