

**Пояснительная записка.**

Образовательная программа имеет художественно-эстетическую направленность, направлена на дополнительное образование и предназначена для работы с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.

**Актуальность и педагогическая целесообразность программы:**

Хореография как вид искусства аккумулирует в себе физическое и эстетическое развитие, комплексно воздействует на ребенка, формируя правильную осанку, координацию, выносливость, воспитывает эстетический вкус.

Занятия по танцу с детьми содействуют росту их общей культуры, нравственному и физическому развитию. В конечном результате занятия в хореографических кружках подводят учащихся к пониманию искусства танца и к умению правдиво и выразительно отображать художественные образы в танце. Овладение определенным кругом знаний и навыков содействует развитию художественного вкуса учащихся, что представляет одну из существенных задач эстетического воспитания. Занятия по танцу и коллективные выступления с танцами перед зрителями воспитывают у учащихся чувство ответственности за общее дело, чувство дружбы и товарищества. На занятиях детям прививаются навыки культурного поведения. Занятия по танцу способствуют физическому развитию детей, укрепляют их организм и положительно сказываются на их осанке и культуре движений. Дети знакомятся с жизнью, бытом, костюмом, музыкой, национальными особенностями не только русского народа, но и других народов России и мира.

***Цель:*** Повышение уровня образования в области эстетического воспитания детей , через изучение хореографического искусства.

***Задачи программы:***

***обучающая:***

-Обучение детей основам хореографии;

-Формирование танцевальных знаний у обучающихся, умением овладения ими программным материалом;

-Приобретение знаний и навыков с учетом возраста ребенка;

-Поэтапное овладение детьми каждой возрастной группы основами современного и классического танца;

***развивающая:***

- Развитие музыкального слуха и чувства ритма;

- Развитие техники исполнения танца;

- Развитие памяти и внимания;

*-*Формирование правильной осанки и укрепление двигательного аппарата ;

- Развитие артистизма и эмоциональности у обучающегося;

***воспитательная:***

- Создание дружного творческого коллектива;

- Воспитание дисциплинированности и аккуратности;

- Воспитание личности, уважающей свою национальную культуру других народов через искусство танца;

- воспитание эстетического вкуса, этикета.

Отличительной особенностью программы является процесс обучения , построенный по принципу «от педагога к ученику» и «от старшего к младшему», поскольку в одной группе занимаются дети разного возраста, что также способствует формированию чувства коллективизма и преемственности мастерства. Процесс обучения ведется по принципу «от простого к сложному».

При проведении занятии используются следующие методы:

1.***Словесный*** (лекции, беседы, объяснение)

2. ***Наглядный*** (просмотр видеозаписей, посещение концертов хореографических коллективов)

3.***Практический***(классический тренаж, упражнения современного танца, постановка танцевальных номеров их репетиция)

4.***Инструктивно - репродуктивный***

-наблюдение

-контроль и самоконтроль

-стимулирование и мотивация

- анализ

-игровой метод, что позволяет учащимся раскрепощаться и избавляться от эмоциональных зажимов, что поможет в дальнейшем учащимся успешно выступать перед зрителями на сценической площадке.

• Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений, при наличии специального оборудования можно организовать просмотр видео. При изучении нового или повторении пройденного материала следует, как можно чаще менять построение учащихся в зале, менять в последовательном порядке лини, по которым построены учащиеся.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы**

**Личностные результаты:**

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;

- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;

- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

У учащихся формируются умения:

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;

- решать творческие задачи, участвовать в художественных мероприятиях;

- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни объединения, центра (конкурсы, концерты).

**Метапредметные результаты:**

- способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;

- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;

- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;

-умение участвовать в творческой жизни объединения, центра, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных задач.

У учащихся формируются умения:

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;

- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства ( кино,музыка, театр и др.);

- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;

- передавать свои впечатления в устной форме.

**Предполагаемые результаты**

**По окончании 1-го года обучения учащиеся должны**

**Знать:**Основы хореографического искусства: правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног.

**Уметь:**Выполнять упражнения у станка лицом к станку. Устойчиво стоять на середине класса, держать корпус, просчитывать музыку, исполнять несложные танцевальные номера.

**По окончании 2-го года обучения учащиеся должны**

**Знать:** Как выполнять упражнения у станка лицом к палке, движение народных танцев, их значение, стилистику, рисунок танца.

**Уметь:** выполнять упражнения у станка лицом к палке. Устойчиво стоять на середине класса, держать голову и спину, танцевать грамотно танцы, выразительно исполняя движения, видеть рисунок танца. Принимать участие в концертах.

**По окончании 3-го года обучения учащиеся должны**

**Знать:** станок народного танца

**Уметь:** танцевать народно-сценические, эстрадные танцы, выполнять станок народного и классического танца. Устойчиво стоять на середине класса, делать не сложные акробатические трюки. Выступать на крнкурсах и концертах.

Пояснительная записка Дополнительная общеобразовательная программа «Основы хореографии» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-фз от 29.12.2012)

Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р)

 Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц.защиты РФ от 8.09.2015 № 613н)

 Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008)

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»

Танец — вид искусства, в котором художественный образ создается посредством ритмичных пластических движений и смены выразительных положений человеческого тела. Танец неразрывно связан с музыкой, эмоционально-образное содержание которой находит свое воплощение в его движениях, фигурах, композиции. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью человека. В глубокой древности танцевальные жесты являлись своеобразным «языком общения». Уже в наскальных рисунках встречаются изображения пляшущих людей.

**Уровни сложности**

 Программа рассчитана на обучение учащихся 7-16 лет на основе разноуровневого подхода в соответствии с содержанием программы. Разноуровневость программы реализует право каждого ребѐнка на овладение компетенциями, знаниями и умениями в индивидуальном темпе, объѐме и сложности.

• Стартовый — основными задачами данного уровня являются: первоначальное знакомство с предметом, формирование интереса к данной деятельности, приобретение первоначального опыта деятельности по предмету.

• Базовый – предполагает освоение умений и навыков по предмету.

 • Продвинутый уровень — для формирования компетентностей и творческой самореализации учащихся, проявляющих особые способности. Каждый учащийся имеет право на стартовый доступ к любому из представленных уровней, которое реализуется через организацию условий и процедур оценки изначальной готовности учащегося к освоению содержания и материала заявленного уровня

Стартовый уровень:

• 1 и 2 год обучения, учащиеся в возрасте 6-10 лет, занятия 2 раза в неделю, продолжительностью 2 академических часа;

Базовый уровень:

• 3, 4 и 5 года обучения, учащиеся в возрасте 8-15 лет, занятия 3 раза в неделю, продолжительностью 2 академических часа;

Продвинутый уровень:

 • 6, 7 и 8 года обучения, учащиеся в возрасте 12-18 лет, занятия 3 раза в неделю, продолжительностью 2 академических часа;

 **Режим организации занятий**

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебном графиком и соответствует нормам, утвержденным «СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» № 41 от 04.07.2014 (СанПин 2.4.43172 -14, пункт 8.3, приложение №3) При проведении занятий строго соблюдаются санитарно-гигиенические нормы, проводятся физкультминутки и динамические паузы, обязательна перемена между занятиями.

Учебно-тематический план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов, темы | Количество часов | Формы аттестации |
| всего | теория | практика |
| 1 | «Знакомимся с искусством хореографии» |  | Тестирование;Входной контроль |
| 1.1 | Танцевальное исскуство, как вид детского творчества |  | Викторина |
| 1.2 | Хореографический язык |  | Анализ выполнения упражнений |
| 2 | Ритмика |  |  |
| 2.1 | Характер музыки. Средства музыкальной выразительности |  | Анализ творческой активности. Контроль за успеваемостью |
| 2.2 | Музыкальные размеры |  | Творческий отчет. Практические показы |
| 2.3 | Динамические оттенки |  | Анализ проделанной работы. Устный опрос |
| 3 | Раздел 3. Вдохновение классического танца |  |  |
| 3.1 | Мастера русского балета. |  | Реферат на тему «Мастера русского балета » |
| 3.2 | Положение корпуса в классическом танце |  | Контроль исполнения упражнения. Фронтальный опрос |
| 3.3 | Позиций рук -1,2,3, подготовительная. |  | Творческие практические показы.  |
| 3.4 | Позиций ног – 6,1,2,3 |  | Контроль за выполнением практического исполнения |
| 3.5 | releve по 6  |  | Анализ исполнения |
| 3.6 | demi -plie |  | Анализ исполнения |
| 3.7 | Releveetdemi -plie |  | Анализ исполнения |
| 4 | Раздел 4. Игровое танцевальное творчество. Промежуточный контроль |  | Контроль за выполнением |
| 4.1 | «Лесное царство» танцевальные этюды. |  | Контроль за выполнением |
| 4.2 | «Меня зовут» игровые задания на воображение |  | Контроль за выполнением |
| 4.3 | «Говорящие предметы» танцевальные этюды |  | Конкурс пластических этюдов. |
| 4.4 | «За волшебной дверью» танцевальные этюды |  | Творческие практические показы |
| 5 | Раздел 5. Детский танец. |  |  |
| 5.1 | Вару - вару |  | Анализ исполнения Вару - вару. Творческие практические показы |
| 5.2 | Полкис |  | Музыкальная викторина |
| 5.3 | Па - де -грас |  | Контрольное исполнение заданного репертуара |
| 6 | Раздел 6. Гимнастика с элементами акробатики |  |  |
| 6.1 | Гибкий стан |  | Конкурс «Самый гибкий стан». Анализ исполнения упражнений. |
| 6.2 | Виртуозные растяжки |  | Творческие практические показы. |
| 6.3 | Ловкость и координация |  | Творческое задание. |
| 7 | Раздел 7. Элементы акробатики |  |  |
| 7.1 | Ванька встань - ка |  | Контроль за выполнением упражнения «кувырок». |
| 7.2 | Классные стойки |  | Контроль за выполнением упражнения «Стойка» |
| 7.3 | Цирковое колесо |  | Педагогическое наблюдение за выполнением циркового колеса. Анализ |
| 7.4 | Забавные Складки |  |  |
| 8 | Раздел 8. «Танцевальные ритмы» итоговое занятие. Итоговый контроль |  |  |
| 9 | Раздел 9. Интересные каникулы |  |  |
| 9.1 | Просмотр документального фильма «мастера русского балета» |  | Викторина |
| 9.2 | Просмотр документального фильма «Путь к славе» |  | Викторина |

Содержание программы 1-й год обучения

**1. Знакомимся с искусством хореографии. Вводные занятия**

1.1. Танцевальное искусство, как вид детского творчества. ТБ.

Теория: знакомство с танцевальным искусством, как одним из видов детского творчества, режимом работы, темами, основными видами деятельности, определение по группам, установление расписания.

Практика: правила техники безопасности на занятиях. Игры на знакомство, коллективообразование: «Назови имя», «Дрозд», и др.

1.2. Хореографический язык.

Теория: что такое «хореографический язык» - приветствие и прощание - «поклон».

Практика: изучение техники выполнения поклона на середине. Просмотр видеоролика «Путешествие в мир танца».

**2. Ритмика**

2.1.Характер музыки. Средства музыкальной выразительности.

Теория: прослушивание музыкальных композиций: П. Мориа «Осенняя сюита», С.

Рахманинов «Гусары», Ц, Пуни «Танец скоморохов», П.Чайковский «Времена года».

Практика: определение их характера (веселый, грустный, торжественный, спокойный,

озорной и т. д). Движение в характере, заданном музыкой.

2.2. Музыкальные размеры.

Теория: прослушивание музыкальных композиций: И. Штраус «Вальс с мячом», С.

Рахманинов «Полька с гирляндами», Л. Минкус «Лошадки», Ф. Шуберт «Вальс».

Практика: определение музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4. Выделение акцентов

(сильной доли) хлопками, притопами, наклонами, взмахами.

2.3. Динамические оттенки.

Теория: роль и значение различных видов динамических оттенков. Прослушивание музыкальных композиций: Л. Бетховен «Танец фонариков»

Практика: движение в характере, заданном музыкой. Определение динамических оттенков музыки - piano (тихо), (fortissimo) — очень громко, (forte) — громко, (mezzo

forte) — умеренно громко, (mezzo piano) — тихо, (pianissimo) — очень тихо.

**3.Вдохновение классического танца**

3.1.Мастера русского балета.

Теория: знакомство с творчеством великих русских танцоров 19-20 в. Просмотр видеофильма «Мастера русского балета». Формирование интереса и уважения к русскому балету.

Практика: исследовательская деятельность по теме: «Мастера русского балета» -иллюстрированный реферат, доклад о жизни и творчестве великих русских танцоров 19 века.

3.2.Постановка корпуса в классическом танце.

Теория: постановка корпуса - важнейший этап в занятиях классическим танцем.

Правильная постановка корпуса гарантирует устойчивость, внутреннюю собранность и эстетическую восприимчивость при исполнении классических элементов.

Практика: освоение постановки корпуса на середине, у станка (ноги в 1 свободной поз., руки - в подготовительной поз.). Упражнение «Арбуз».

3.3. Позиций рук-1,2,3, подготовительная.

Теория: освоение позиций рук классического танца на середине.

Практика: проучивается в порядке - подготовительная, 1,3. В последнюю очередь- 2.

Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Арбуз», «Посчитай до восьми».

3.4. Позиций ног – 6,1,2,3.

Теория: освоение позиций ног классического танца на середине.

Практика: проучивается в порядке - 6, 1, 2. В последнюю очередь- 3. Воспитание

волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Угадай позицию».

3.5. Relеve.

Теория: освоение упражнения классического танца Relеve на середине. Особенности

выполнения упражнения.

Практика: проучивается по 6 поз. ног, далее - по 1 поз. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку). Упражнение «Паучок», «Затяжка», «Пружинка».

3.6. Demi-plie.

Теория: освоение упражнения классического танцаDemi-plie у станка. Особенности выполнения упражнения.

Практика: проучивается по 6 поз. ног, потом по 1 поз. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку).

Упражнение «Паучок», «Затяжка».

3.7. Releveetdemi-plie.

Теория: освоение комбинации упражнений классического танца Releveetdemi-plieу станка.

Особенности выполнения упражнения.

Практика: проучивается по 6 поз. ног, далее - по 1 поз. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку).

Упражнение «Пружинка», «Паучок», «Затяжка».

**4.Игровое танцевальное творчество**

4.1. «Лесное царство» танцевальные этюды.

Теория: приобретение навыков актерского мастерства.

4.2. «Меня зовут…» игровые задания на воображение.

Теория: развитие фантазии, воображения. Приобретение навыков актерского мастерства.

Практика: изображение одушевленных и неодушевленных предметов по темам: «Во дворе», «Дом», «Путешествие» и т.д. Творческие задания на воображение в группах и индивидуальные.

4.3. «Говорящие предметы» танцевальные этюды.

Теория: предметы - игрушки, гимнастические ленты, мячи, коробки, подушки и т.д. Развитие быстроты реакции, сообразительности, умения владеть предметом, способности «обыграть» предмет.

Практика: танцевальные этюды «Веселые гимнасты», «Спортивный», «Танец с игрушками». Творческие задания в группах и индивидуальные. Игра «Музыкальная подушка».

4.4 «За волшебной дверью» танцевальные этюды.

Теория: воспитательная функция.

Практика: разучивание сказок, обыгрывание эпизодов, импровизация, танцевальная инсценировка сказок. Приобретение навыков актерского мастерства. Работа над образом.Освоение элементов театрализации на материале сказок: «Волк и семеро козлят», «Белоснежка и семь гномов», «Кошкин дом», «Емеля».

**5. Детский танец**

5.1. Вару-вару.

Теория: знакомство с видами детского бального танца, с его особенностями и манерой исполнения.

Практика: разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Вару-вару».

5.2. Полкис.

Теория: знакомство с видами детского бального танца, с его особенностями и манерой исполнения.

Практика: разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Полкис».

5.3. Па-де-грас.

Теория: знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Старинный бальный танец «Па-де-грас».

Практика: разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Па-де-грас».

**6. Гимнастика с элементами акробатики**

6.1. Гибкий стан.

Теория: техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Практика: формирование волевых навыков. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах. Упражнения для улучшения подвижности позвоночника. Упражнения, включающие максимальное сгибание туловища: «Кольцо», «Лягушка»,

«Корзинка», «Лодочка плывет», «Мост» из положения лежа.

6.2. Виртуозные рас тяжки.

Теория: освоение навыков растягивания мышц бедра.

Практика: формирование волевых навыков. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой. Упражнения: «Веревочка», «Шпагат», «Оттяжка» в положении лежа, «Складка в шпагате». Подготовительные упражнения «Бабочка»,

«Полушпагаты».

6.3. Ловкость и координация.

Теория: освоение навыков ориентации в пространстве, умении координировать свое тело, внутренней собранности.

Практика: произвольное преодоление простых препятствий: беговые упражнения «Змейка», «Лужи», «Сугробы». Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам: упражнение «Болото»

**7.Элементы акробатики в танце**

7.1. Ванька встань- ка.

Теория: элементы акробатики, как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. Техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

Практика: освоение навыков группировки, внутренней собранности. Формирование волевых навыков, спортивного характера. Упражнения «Группировка» (1,2), перекаты в группировке. Упражнения «Кувырок» (вперед), «Кувырок» (назад), комбинации кувырков.

7.2. Классные стойки.

Теория: техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

Практика: освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера. Упражнения: стойка на лопатках (с согнутыми и прямыми ногами) - «Березка», «Складка из березки», «стойка на руках»-подготовительные упражнения для укрепления мышц рук.

7.3. Цирковое колесо.

Теория: техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

Практика: освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера. Упражнение «Медвежье колесо» (на месте, в продвижении). «Медвежье колесо» постепенно усовершенствуется в «Цирковое колесо».

7.4. Забавные складки.

Теория: элементы акробатики, как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. Техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

Практика: освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера. Упражнения: складки «Книжка» из положения сидя, стоя, лежа, складки в шпагате «Веревочка».

8. «Танцевальные ритмы» итоговое занятие

Практика: открытое занятие для учащихся и родителей.(законных представителейнесовершеннолетних учащихся). Демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

9. «Интересные каникулы»

Практика: Организация экскурсий, проведение мероприятий: просмотр документального

9.1. Просмотр фильма «Мастера русского балета»; экскурсия в Новокузнецкий художественный музей; посещение отчетного концерта хореографического коллектива;

9.2. Просмотр документального фильма «Путь к славе».

К концу первого года обучения учащиеся будут знать:

• о роли хореографического искусства в жизни человека;

• основные элементы классического танца;

• позиции рук и ног классического танца;

• навыки постановки корпуса;

• элементы танцев разных народностей;

•особенности игрового танцевального творчества: ролевые игры, игры и танцы с

использованием предметов;

будут уметь:

• организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

• выполнять гимнастические комплексы;

• выполнять акробатические элементы;

• выполнять комплексы растяжки;

•выполнять комплексы ритмической гимнастики;

У учащихся будут развиты (сформированы):

• установка на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к

творческому труду.

• образное мышление;

• эмоциональная восприимчивость;

• творческие способности: артистизм, фантазия, способность к импровизации;

• навыки работы в группе, культура общения.

**Список литературы:**

1.Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983

2. Бриске И.Э. «Хореография» Челябинск, 1995

3. Ваганова А. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980

4. Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету». Москва, Издательство «ГИТИС» 1994

5. Джоан Ван дер Маст «Хрестоматия для преподавания современного танца», Челябинск, 2011г.

6. Ивлева Л.Д. «Джазовый танец», Учебное пособие. Челябинск, 1996г.

7. Крючек Е.С. из серии «Спорт в школе»., 2008г.

8.Смирнова М.В.Методические разработки по классическому танцу. Москва, 1987. «Гимнастическая аэробика».

9. Кудрявцева Н.Ю. «Дополнительная образовательная программа Образцового ансамбля танца «Надежда». С любовью к России. г.Нижний Новгород. Издательство Век информации. Москва 2013г.

Сидоров В. Современный танец. М., Первина, 1922г.

10.Суриц Е.Я. Танец модерн. Маски современной культуры. М., 2002г.

11.Фокин М. Против течения. Л.- М., Исскуство, 1962г.

12.Шереметьевская Н. Танец на эстраде. М., Искусство, 1985г.

13.Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу», Москва 2008

**Список литературы для учащихся:**

1. Дешкова И. «Иллюстрационная энциклопедия балет в рассказах и исторических анекдотах для детей и их родителей». Москва 1995

2. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе» Танцевально-игровая гимнастика для детей. Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2003г.