

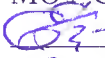
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
« СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 125 КРАСНОАРМЕЙСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА »**

РОССИЯ, 400051, г. Волгоград, пр. им. Столетова, 16 а, тел.факс (8442) 626682,
(8442) 626683, E-mail: mousosh125@mail.ru

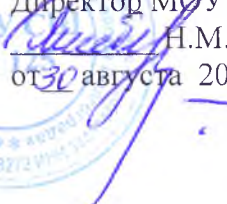
Рассмотрено:

на заседании ШМО
классных руководителей
протокол № 1
от 30 августа 2019 года

Согласовано :

Зам. Директора по ВР.
МОУ СШ № 125
 Е.А.Карасева
от 30 августа 2019 года

Утверждаю:

Директор МОУ СШ №125
 Н.М.Побединская
от 30 августа 2019 года



**Общеобразовательная программа
дополнительного образования**

по хореографии «Грация»

на 2019 – 2020 учебный год

Педагог дополнительного образования:
Крутов А.А

общеобразовательная программа дополнительного образования по хореографии «Грация» для детей и подростков 11–15 лет на 4 года обучения

Направленность образовательной программы

Программа «Грация» представляет дополнительный образовательный курс художественно – эстетической направленности. При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления. При составлении программы использовалась методическая литература, базовые программы (Т. Богоявленской и О.В. Потуданской), личный опыт работы.

Актуальность, педагогическая целесообразность

Актуальность проблем художественно-эстетической направленности обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования (Мин. обр.РФ от 29.11.01). В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Проблема формирования у учащихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания. Это обуславливает не только интерес к этой проблеме со стороны научно-педагогической общественности, но и необходимостью ее теоретического осмысления и верного практического решения. Занятия в кружке способствуют социальной активности ребенка, здесь он знакомится с основами искусства, приобщается к одному из его видов. В танцевальных группах немаловажное место занимает подготовка репертуара и выступление перед зрителем. Каждое хореографическое произведение или сценическая композиция, осваиваемая в учебном курсе, требует от учащихся эмоциональности, творческой активности, мобилизации духовных и физических сил.

Цель и задачи

Основная цель программы кружка - способствовать эстетическому развитию подрастающего поколения через хореографию и танец. Для осуществления поставленной цели необходимо решать следующие задачи.

Учебно-музыкальные задачи:

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- опираться в обучение на основные принципы педагогики;
- осваивать основы народного, классического, бального танцев;
- знакомить детей с хореографическими терминами и понятиями;
- научить взаимосвязи музыки и движения, дать основы музыкальной грамоты;
- учить детей мыслить, слушать и слышать учителя, уметь исправлять неточности в исполнении;
- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие).

Развивающие задачи:

- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

Воспитательные задачи:

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству разных народов;
- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- принимать участие в концертной жизни школы.

Специфика программы

Программа с 1 по 4 год обучения содержит разделы:

- ритмика;
- танцевальная азбука;
- танцевальный репертуар.

Раздел «Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкально-ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением. Также целесообразно ввести разучивание и использование аэробики, как тренажа, которая помимо развития и укрепления мышц шеи, рук, плечевого пояса, ног, туловища, стопы, развивает детей ритмически, вносит в занятие массу положительных эмоций, доставляет детям радость и удовлетворение от красивых двигательных упражнений, воспитывает эстетически.

Раздел «Танцевальная азбука» содержит элементы классического, народного, бального танца. Включенные в раздел упражнения экзерсиса способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки, учат правильной постановке корпуса, выработки координации движений, учат правильно дышать при исполнении упражнений и танцев. Также необходимо в течение первых четырех лет обучения знакомство и тесное взаимодействие детей с партерным экзерсисом, т. е. с гимнастикой на полу. Она способствует укреплению мышц шеи, спины, пресса, тем самым избавляет детей от физического переутомления, улучшает физическую и психическую форму организма, повышает эмоциональность занятия.

Раздел «Танцы» включает классические, народные, бальные, современные танцы в обучающем, постановочном и сценическом варианте. Дополнительное включение в программу обширного танцевального материала позволяет повысить интерес детей к занятиям и принимать участие в концертах, конкурсах. Это требует от учащихся ответственного отношения к своей художественной деятельности, умение организовать себя и показать на профессиональном уровне полученные хореографические знания, умения, навыки, раскрыть себя на сцене как творческую личность.

Условия участия детей в хореографической студии

1. В студию принимаются не только те дети, которые обладают способностями и природными данными (т.е. гибкость, растяжка, выворотность, музыкальный слух) для занятий хореографией, а все желающие заниматься танцами (за исключением тех, у которых есть медицинские противопоказания).

2. Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся, являются: регулярное посещение занятий, настойчивость, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу.

Таким образом, основная специфика программы состоит в следующем. Учебный материал программы носит адаптивный характер, в значительной степени учитывает индивидуальные возможности детей к обучению, что позволяет корректировать задания соответствии с уровнем подготовки детей. Тематические планы составляются в расчете на конкретных детей. Однако характер материала содержит возможность включать в работу «новичков». Это, в свою очередь, дает возможность прибывшим детям на практике перенимать мастерство у «опытных»

студийцев, что благотворно влияет на профессиональные и межличностные отношения детей, способствует укреплению коллектива.

Форма и режим занятий

1. По расписанию занятия проводятся 2 раза в неделю продолжительностью по 1 часу (на занятиях предусмотрена интеграция предметов: ритмика + народный + бальный + современный).

2. Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия. Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы современного, бального, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия. Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет

детям радость. *Методические особенности.* В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Оценка эффективности занятий

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения. Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп.

Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят в концертах, где они могут показать уровень профессиональной обученности.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного, бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

Техническое и дидактическое обеспечение занятий.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;—

качественное освещение в дневное и вечернее время;—

музыкальная аппаратура, аудиозаписи,—

специальная— форма и обувь для занятий (для занятий партером – коврик);

костюмы для— концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с музыкальным работником школы, заместителей директора по воспитательной работе, родителей

Тематический план 1 года обучения

1. Бытовые шаги

2. Шаги на полупальцах при вытянутых коленях (ходули)
3. Шаги с высоко поднятыми коленями (вытянув стопы)
4. Шаги на пятках
5. Легкий бег
6. Бег с высоко поднятыми коленями
7. VI позиция ног, I позиция (полувыворотная)
8. Упражнение для отдельных мышечных групп без предметов и с предметами (мяч, прыгалки, кукла, ленты) по усмотрению педагога.
9. Партерная гимнастика:

- а) упражнение на полу на напряжение и расслабление мышц
- б) на выработку выворотности ног

10. Построение и перестроение: круг (сужение и расширение), колонна, шеренга, "цепочка", "воротца" и т.д.

11. Элементы игрового характера (по усмотрению педагога)

12. Прыжки по VI позиции (мячики)

- овладение следующими танцами:

Вежливый танец (приставные шаги в сторону)

Танцуем галопом (шаг бокового галопа)

Снежинки; Лошадки

Радуюсь солнышку; Матрешки

Ожидаемые результаты (знания, умения и навыки) первого года обучения:

- овладение первоначальными навыками координации движений и чувством ритма;
- развитие двигательных функций;
- умение эмоционально передавать игровые образы;
- овладение следующими музыкально-ритмическими движениями:

Тематический план 2 года обучения

1 Раздел: «Азбука музыкального движения»	Количество часов
1) Упражнения для развития умения детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.	5
2) Музыкальная грамота: - построение музыкальной фразы; - характер счета 4/4, 3/4, 2/4; - упражнения для закрепления знаний.	5
3) Три жанра музыки (марш, песня, танец).	10
4) Навыки выразительного движения: - упражнения для развития ритмичного движения (ритмичная разминка); - упражнения для развития умения переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу; - эмоциональная передача танцевального образа; - пружинящие шаги, переменные притопы; - танцевальные шаги: подскок, галоп, полька; - элементы народных танцев (русский, белорусский).	10
5) Танцевальные композиции: - «Полечка»; - «Русский танец»; - «Лошадки*»; - «Морская прогулка»; - «Танец солнечных лучиков»; - «Парный танец»; - Хоровод «Березка»; - «Папуасы»; - «Прогулка поросенка»; - «Райские птички».	20
2 Раздел «Творческая деятельность»*	
1) Этюды: - «Художник»;	1
- «Перелет птиц»;	1
- «Шторм на море»;	1
- «Лиса и зайцы»;	1
- «Дождь в лесу»;	1
- «Прогулка в парке».	1
2) Музыкально-танцевальные игры: - «Рыбачек»;	1
- «Чей кружок быстрее соберется»;	1
- «Сова»;	1
- «КОТ И МЫШИ»;	1
- «Кто скорей?»;	1
- «Карусель».	1
Всего часов:	62

Ожидаемые результаты (знания, умения и навыки) второго года обучения:

- навыки музыкально-ритмической деятельности;
- навыки правильного и выразительного движения (привычка прямо и стройно держаться, свободно двигаться в танцах);
- усвоение подготовительных танцевальных движений и рисунков;
- знакомство с ритмическим строением музыки, ее размером, частями и фразами;
- изучение легких народных и игровых танцев;

- навыки организованности и дисциплинированности.

Тематический план 3 года обучения

Тема занятий	Количество часов
Раздел: «Современный танец» 1) Партерная гимнастика. 2) Элементы акробатики. 3) Упражнения для отдельных групп мышц. 4) Танцевальные движения и комбинации в стиле: - «Джаз»; - «Новая волна*».	15
Раздел: «Народно-сценический танец» 1) Тренаж: - упражнение у палки; - упражнение на середине зала; - сценические движения. 2) Танцевальные композиции: - «Русский танец»; - «Белорусский танец»; - «Итальянский танец»; - «Испанский танец»; - «Латиноамериканский танец»	30
Раздел «Творческая деятельность» 1) Постановочная работа. 2) Этюды. 3) Развивающие игры. 4) Пантомима.	20
Всего часов:	65

Ожидаемые результаты (знания, умения и навыки) третьего года обучения:

- развитие музыкальности и пластичности;
- усвоение приемов народной и современной хореографии;
- выработка сильных натянутых ног, большого танцевального шага, высокого прыжка;
- развитие координации движения;
- знания о танцах народов мира.

Тематический план 4 года обучения

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов
1	Раздел: «Современный танец» 1) Партерная разминка 2) Элементы акробатики 3) Упражнения на середине зала 4) Танцевальные движения и комбинации в стиле: - новая волна; - джаз - модерн	15
2.	Раздел: «Историко-бытовой танец» 1) Беседа «Бальный танец - одна из бытовых форм хореографии». 2) Тренаж (на середине зала): - упражнение для рук, ног, корпуса; - ритмические упражнения; - танцевальные элементы. 3) Танцевальные композиции: - «Полонез»; - «Полька*»; - «Вальс»; - «Сударушка»; - «Танго».	30
3.	Раздел: «Актерское мастерство» 1) Урок фантазии. 2) Серия уроков «Помощники актера»: - жесты; - мимика; - техника речи; - сценическое внимание. 3) Ролевые игры: - на внимание; - на память. 4) Развитие творческого воображения. 5) Творческие постановки.	15
	Всего часов:	60

Ожидаемые результаты (знания, умения и навыки) четвертого года обучения:

- выработка правильности и чистоты исполнения позиций и поз, движений;
- развитие силы, выворотности и устойчивости ног;
- усвоение приемов актерского мастерства;
- развитие творческого потенциала в процессе обучения и в постановочной работе характерных танцев.

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов
1	Раздел: «Современный танец» 1) Партерная разминка 2) Элементы акробатики 3) Упражнения на середине зала 4) Танцевальные движения и комбинации в стиле: - новая волна; - джаз - модерн	15
2	Раздел: «Творческая деятельность» - разыгрывание творческих ситуаций - работа над образом - постановка танцевальных композиций	15
3	Раздел: История мирового балета 1) история классического балета (просмотр к/ф, посещение театров) 2) современный балет	2 2
4	Всего часов:	34

Ожидаемые результаты (знания, умения и навыки) пятого года обучения:

- выработка выразительности и чистоты выполнения экзерсиса;
- ускорение темпа и разнообразия ритмического рисунка;
- усвоение технически сложных элементов народного и современного танцев;
- изучение истории мирового балета.

ЛИТЕРАТУРА

1. Н. Базарова, В. Мей «Азбука классического танца».
2. Н. Базарова «Классический танец».
3. Л. Ткаченко «Народный танец».
4. Н. Шереметьевская «Танец на эстраде».
5. В. Стриганова «Современный балетный танец».
6. Е. Маркова «Современная зарубежная пантомима».
7. Р. Захаров «Сочинение танца».
8. Бежар «Мгновения в жизни другого».
9. Р. Нашхоев «Чародеи танца».
10. С. Холфина «Воспоминания мастеров московского балета»;-
11. А. Федеричи «Бурнонвиль».
12. И. Воронина «Историко-бытовой танец».
13. В. Константиновский «Учить прекрасному».
14. А. Мессерер «Танец, мысль, время».
15. В. Красонская «Ваганова».
16. В. Красовская «Волшебный мир танца».
17. Ю. Бахрушин «История русского балета».
18. Г. Бояджиев «История зарубежного театра».
19. В. Красовская «Западноевропейский балетный театр», 3 тома.
20. Г. Дени, Л. Дасвил «Все танцы».
21. С. Бекина «Музыка в движении».
22. Б. Львов-Анохин «Сергей Корень».
23. Шубинский «Педагогика творчества учащихся».
24. Я. Пономарев «Психология творчества и педагогика».
25. «Закон об образовании Российской Федерации».
26. О.В. Потуданская «Программа школы-студии эстрадного танца «Саманта».
27. Т. Богоявленская Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта-Лючия», м, 2009
28. file:///C:/Users/001/Desktop/v_mire_tanca_i_horeografii.pdf