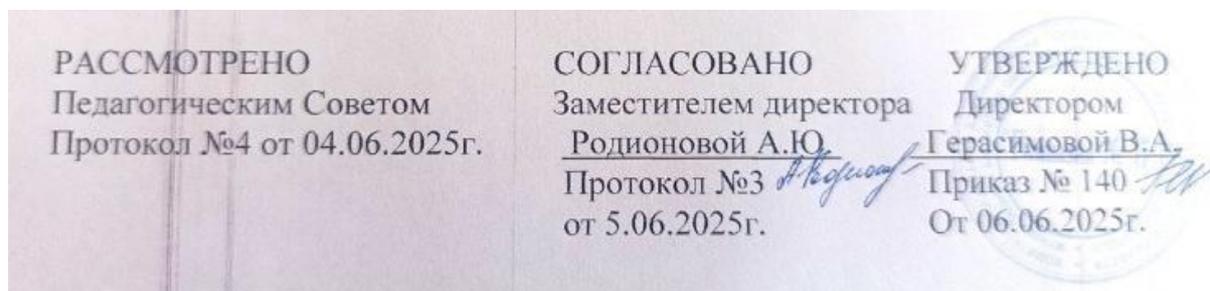


КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА КОРОЛЕВ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Гимназия № 17»



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«Современная хореография»

Уровень: базовый

Направленность: художественная

**Возраст детей: 7–15 лет Срок
реализации: 1 год**

Автор- составитель:
Строганова Надежда
Константиновна,
педагог
дополнительного
образования

1. Пояснительная записка.

Программа составлена с учетом базовых нормативно-правовых документов, регламентирующих образовательную деятельность педагога:

Федеральный Закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;

Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

Указ Президента Российской Федерации от 24 декабря 2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в редакции от 25 января 2023 г. № 35);

Указ Президента Российской Федерации от 9 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (в редакции от 15 мая 2023 г.);

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 1 декабря 2016 г. № 642;

Концепция развития творческих (креативных) индустрий и механизмов осуществления их государственной поддержки в крупных и крупнейших городских агломерациях до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 20 сентября 2021 г. № 2613-р;

Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р (в редакции от 20 марта 2023 г.);

Паспорт национального проекта «Образование», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 г. № 952н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13 марта 2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства просвещения РФ и Министерства экономического развития РФ от 19 декабря 2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождение туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий».

Письмо Министерства просвещения РФ от 1 июня 2023 г. N АБ-2324/05 "О внедрении Единой модели профессиональной ориентации" (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей";

СП 2.4.3648-20 Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Протокол заочного голосования Экспертного совета Министерства просвещения Российской Федерации по вопросам дополнительного образования детей и взрослых,

воспитания и детского отдыха № АБ-35/06пр от 28 июля 2023 года; Устав МБОУ «Гимназия №17».

В программе использован и структурирован личный опыт за несколько лет работы в качестве руководителя, хореографа Образцового коллектива Театра – танца «Эстрей». Это новый синтезированный курс, в основе которого лежат бесценные творческие работы А.Вагановой, В.Костровицкой, М.Чехова, достижения мировой театральной культуры. В тоже время программа составлена с учетом тенденции хореографического искусства нашего времени и соответствует уровню развития современной детской педагогики. Уже несколько лет программа «Детский танец» успешно реализуется в студии «Театр-танца».

1.1 Направленность программы – художественная.

Программа направлена на развитие художественно-эстетического вкуса, художественных способностей и склонностей к различным видам искусства, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению великого мира искусства, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

1.2 Актуальность

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время на современном этапе развития общества очевидна необходимость всестороннего развития общества. Данная программа разработана с учетом возрастных особенностей детей, включая множество игровых упражнений, пробуждая интерес к новой деятельности. Искусство – это как физкультура эмоциональной сферы человека, т.е. духовный дренаж, шлифовка мира чувств, обработка его опытом поколений... Необходимо понимать, что вне искусств не живет ни один человек... Искусство должно быть использовано при воспитании юного создания. Необходимо обязательное введение в уроки хореографии на базе общеобразовательной школы, как средство эстетического образования учащихся.

Глубока и неоспорима роль культуры в жизни общества. Испокон веков люди вдохновлялись произведениями прекрасного. Величайшие творения помогали людям переживать самые трудные испытания и тёмные времена. Высокие духовные мотивы произведений искусства способны пробудить глубочайшие, нежнейшие струны нашего сердца. Все это возможно при одном главном условии - если мы не потеряем способность чувствовать и переживать.

1.3 Воспитательный потенциал

Воспитательный потенциал программы по хореографии заключается в формировании активной личности, для которой характерны:

- ✓ понимание самобытного искусства разных народов;
- ✓ культура межнационального общения; ✓ толерантное отношение к окружающим людям; ✓ самостоятельность и трудолюбие.

Для повышения воспитательного потенциала танца в развитии межкультурной компетенции обучающихся можно использовать следующие педагогические условия: создание полноценной творческой среды;

культивирование у детей ценностной ориентации к саморазвитию; включение в содержание сценической практики системы понятий, нацеливающих на рефлексию и способность к межкультурному общению;

применение таких методов и форм современной хореографии, которые насыщают творческий процесс личностным смыслом.

1.4 Цель создание условий для творческого развития личности средствами хореографического искусства, развитие мотивации к познанию и творчеству.

1.5 Задачи

Предметные

Обучить навыкам танцевального мастерства, которые помогают воспитать духовно здоровую нацию.

Развивать музыкально-ритмические навыки.

Сформировать начальные навыки актерского мастерства.

Сформировать систему знаний, умений, навыков по основам хореографии.

Обучить детей передавать музыку и содержание образа движением.

Развивать координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость.

Метапредметные

Способствовать развитию эстетической культуры учащихся средствами хореографии.

Способствовать развитию высоко нравственной личности, владеющей основами хореографии с широким эстетическим кругозором.

Способствовать формированию нравственной и творческой личности через овладение грамотой классического танца.

Личностные

Научить правильно использовать свободное время детей.

Вызвать интерес к достижению высоких целей, значимых для человека и общества.

Развивать художественное воображение и ассоциативную память Сформировать гражданскую позицию, патриотизм.

Воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности, нравственные качества по отношению к окружающим.

Приобщить обучающегося к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Воспитать культуру, чувство патриотизма, бережного отношения к природе и т.д.

Сформировать активную жизненную позицию.

Привить любовь к труду к самодисциплине в ходе учебно-тренировочной работы.

1.6 Отличительные особенности

Отличительными особенностями программы «Хореографическая студия «Эстрейя»» являются в том, что она

содействует эстетическому, нравственному, патриотическому,

этнокультурному воспитанию детей путем приобщения к хореографическому искусству, а также сохранению культурного наследия народов Российской Федерации;

создаёт условия для вовлечения детей в художественную деятельность по разным видам искусства и жанрам художественного творчества при сохранении традиций классического искусства;

обеспечивает обновление содержания программ художественной направленности и развитие инфраструктуры дополнительного образования в том числе с применением цифровых технологий, современных средств коммуникации, оборудования, художественных материалов.

1.7 Адресат программы

Данная программа рассчитана на детей в возрасте от 7-15 лет.

В российской психологии наиболее обоснованной и широко применяемой в практике является классификация этапов психического развития ребенка по Д. Б. Эльконину. Эти этапы выделяются на основе ключевых характеристик психического развития, а именно на основе трех критериев: социальной обстановки развития, главной видовой деятельности и возрастных инноваций, формирующихся к концу этапа, включая выделение центрального, наиболее важного для последующего развития.

Младший школьный возраст 5-9 лет.

Учебная деятельность становится доминирующей. В школе приобретаются не только новые знания и навыки, но и определенный социальный статус, меняются интересы, ценности и образ жизни ребенка. Ребенок действительно становится школьником, когда принимает соответствующую внутреннюю позицию. Важно, чтобы его учебная работа была осмысленной и результативной. Для этого необходимо сформировать учебнопознавательные мотивы, базирующиеся на познавательной потребности и потребности в саморазвитии.

Особое значение имеет развитие контроля, в том числе самоконтроля. Контроль за конечным результатом работы недостаточен; важен операционный контроль. Обучение ребенка контролировать процесс учебной деятельности способствует формированию произвольного внимания.

Ребенок должен научиться адекватно оценивать свою работу, учитывая не только оценку, но и содержательный анализ выполненных задач.

Доминирующей психической функцией становится мышление, особенно словеснологическое. Однако важно развивать и образное мышление, связывая его с творческими процессами и воображением ребенка.

В младшем школьном возрасте проявляется рефлексия - дети осознают свои действия и их результаты.

Улучшается восприятие школьников, и для более глубокого анализа объектов педагоги должны обучать наблюдению.

Память развивается в двух направлениях - произвольная и смысловая. Дети могут целенаправленно и произвольно запоминать материал. Совершенствование смысловой памяти позволяет освоить разнообразные методы запоминания.

Результативность учебной деятельности напрямую влияет на развитие личности младшего школьника. Статус отличника или неуспевающего влияет на самооценку, самоуважение и самопринятие ребенка. Сознание собственных способностей и умения качественно выполнять различные задания способствует развитию чувства компетентности.

Средний школьный возраст (10-15 лет)

Возрастное психологическое развитие детей в этом возрастном диапазоне, известном как подростковый период, является важным этапом в жизни детей. На этом этапе происходит множество физических, эмоциональных и когнитивных изменений. Вот некоторые общие черты развития детей в возрасте от 10 до 15 лет:

Физическое развитие: В этом возрасте дети продолжают расти и развиваться физически. У подростков происходит половое созревание, что сопровождается изменениями во внешности и физическом здоровье.

Эмоциональное развитие: Подростки могут переживать интенсивные эмоции и находиться в процессе поиска своей личной идентичности. Они часто сталкиваются с эмоциональными всплесками, сомнениями и поиском своего места в обществе.

Когнитивное развитие: В это время развивается способность абстрактного мышления и логического рассуждения. Подростки могут начать размышлять о сложных социальных и моральных вопросах.

Социальное развитие: Важными аспектами в этом возрасте являются формирование дружеских отношений, развитие социальных навыков и поиск своего места в группах и коллективе.

Образование: В подростковом возрасте образование становится более сложным и требует большей самостоятельности в учебном процессе. Дети начинают выбирать предметы и интересы, которые им близки.

Общество и родители играют важную роль в поддержании и содействии развитию подростков. Понимание и уважение особенностей этого возраста помогают создать условия для здорового развития и успешного перехода во взрослую жизнь.

1.8 Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения – 68 часов

1.9 Форма обучения - очная

1.10 Особенности организации образовательного процесса Особенности организации образовательного процесса являются: занятия проходят в разновозрастных группах, звеньях и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Условия набора обучающихся в коллектив: принимаются все желающие. Наполняемость в группах составляет – 15 человек

1.11 Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий Общее количество в год: 68 ч, 2 раза в неделю по 1 академическому часу продолжительностью 45 минут.

1.12 Планируемые результаты *Предметные:* устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

Личностные: развитие художественного 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.

Метапредметные: 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 танцевальной жизни класса, школы, города и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

1.13 Формы аттестации Опрос, наблюдение, творческий показ, выступление.

1.14 Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов (мониторинг) Мониторинг освоения образовательной программы

Цель:

отслеживание динамики результатов обучения ребёнка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы, повышения успеваемости обучающихся. обеспечение объективной, достоверной и оперативной информации о качестве результатов освоения образовательной программы.

Задачи:

Контроль качества образования;

Подбор эффективных методов обучения;

Выявление результатов педагогического процесса;

Получение сведений о личности обучающихся;

Индивидуальный подбор методов и приемов воздействия на каждого обучающегося.

Самоанализ своего педагогического труда.

Сроки проведения.

Входной контроль	Дата проведения: Сентябрь
Промежуточный контроль	Дата проведения: Декабрь
Итоговый контроль	Дата проведения: Май

С целью проверки эффективности развития личностных качеств и исполнительских навыков обучающихся были разработаны ее параметры и критерии.

Исходя из структуры хореографических способностей обучающихся были выделены следующие параметры:

Универсальные учебные действия.

Подготовка по предмету.

Параметру «***универсальные учебные действия***» соответствуют следующие критерии: *Мотивация, активная позиция обучающегося* - интерес и потребность к данному виду деятельности, активность самоорганизации и стремление к занятиям, проявляемая активность при достижении целей, эмоциональное участие в процессе обучения. умение устанавливать личностный смысл деятельности, мотивировать ее внутренней или внешней необходимостью.

Общее развитие (физическое, эмоциональное)- наличие общих физических и психологических предпосылок для занятий соответствующим видом деятельности;

Работоспособность- усидчивость, способность сосредоточенно повторять различные упражнения, выполнять все требования педагога на протяжении всего занятия. *Умение работать в команде* - наличие коммуникативных навыков как фактора социализации обучающихся, создания благоприятного климата в детском коллективе для более легкого и успешного освоения программы.

Умение самостоятельно находить способы решения поставленной задачи – осознание обучающимися уровня освоения планируемого результата деятельности, приводящее к пониманию своих проблем и тем самым созданию предпосылок для дальнейшего самосовершенствования.

Параметру «***Подготовка по предмету***» соответствуют следующие критерии:

Ориентировка в пространстве и группе – умение верно определять положения объектов и предметов относительно друг друга, выбирать цель, выстраивать маршрут. *Умение быстро переключать внимание, или держать внимание на нужном объекте* – умение находиться в текущем моменте и решать текущие задачи.

Знание комплекса упражнений для развития гибкости и подвижности - уверенное выполнение необходимых упражнений .

Координация движений - умение хорошо запоминать и координировать движения, что зависит от работы вестибулярного аппарата и группового взаимодействия мышц, которое обеспечивает устойчивость тела .

Степень развития способностей: музыкального слуха, чувства ритма, чистоты вокального интонирования, широты певческого диапазона, чёткости и выразительности вокально-речевой артикуляции – наличие умений и навыков при исполнении музыкальных произведений;

Для проведения мониторинга определены три уровня развития определенных качеств:

высокий, средний, низкий.

Высокому уровню (4-5 баллов) соответствуют:

Высокое и четкое проявление параметра, хорошо сформированный навык, глубокое, устойчивое знание предмета;

Средний уровень развития (2-3 балла) характеризуется:

Среднее проявление параметра, навык сформирован, присутствуют знания на среднем уровне, результат не стабильный; **Начальный уровень** развития (0-1 балл):

Исследуемый параметр не развит, не выражен или проявляется на низком уровне, редко, навык не сформирован. **В ходе проведения мониторинга применялись следующие**

методы: наблюдение, опрос, беседа, диагностика, обобщение педагогического опыта, опытная работа.

1.15 Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов. Открытое занятие, видеозапись, фото, концерт.

1.16 Материально-техническое обеспечение

Зал хореографии. В зале: станок для классического экзерсиза, зеркала, музыкальная аппаратура, стол, стулья.

1.17 Информационное обеспечение Интернет источники: <http://nsportal.ru/> -

социальная сеть работников образования <https://1сентября.рф/?ID=200400203>
– издательский дом 1 сентября

<http://as-sol.net/> - музыкальный портал <http://solnet.ee/>

- сайт для детей и родителей <http://mo.mosreg.ru/> - сайт Министерства образования Московской области <http://www.horeograf.com/> - сайт для хореографов и танцоров

1.18 Кадровое обеспечение – педагог дополнительного образования Строганова Надежда Константиновна

2. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение. ТБ. Учебно-тренировочная работа	1	0,5	0,5	опрос, наблюдение
2	Азбука музыкального движения	12	2	10	опрос, наблюдение
3	Элементы классического танца	13	2	11	опрос, наблюдение, творческий показ
4	Элементы народно-сценического танца	13	2	11	опрос, наблюдение, творческий показ
5	Элементы современного танца	15	2	13	опрос, наблюдение, творческий показ
6	Упражнения на полу	12	0	12	опрос, наблюдение, творческий показ
7	Беседы об искусстве	1	1	0	опрос, наблюдение

8	Итоговое занятие	1	0	1	выступление
Итого		68	9,5	58,5	

3. Содержание учебного плана

Тема 1. Введение. ТБ. Учебно-тренировочная работа – 1ч

Теория. Введение, техника безопасности – 0,5ч.

Практика. Учебно-тренировочная часть – 0,5ч.

Тема 2. Азбука музыкального движения – 12ч.

Теория. Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 4/4, 2/4, $\frac{3}{4}$. Контрастная музыка: быстрая—медленная, веселая—грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт – 2ч.

Практика. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки—шаг на месте вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5—6 человек на углах и в центре в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и т. д. Дирижерский жест, тактирование на 2/4, 4/4, 3/4. Выделение сильной доли – 10ч.

Тема 3. Элементы классического танца – 15ч.

Теория. Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук – 2ч.

Практика. Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия — держась за станок одной рукой). Позиции ног—1, 2, 3, 5. Постановка рук — подготовительная, 1, 2, 3-я позиции (на середине); держась за одну руку, стоя боком к станку.

Батман тандю — движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног; изучаются лицом к станку по 1, 2, 5-й позициям, вначале в сторону вперед, с конце года—назад.

Деми плие — складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1, 2, 3, 5-й позициям.

Деми рон де жамб пар тэр - круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам—вперед в сторону, в сторону

вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги сюр ле ку де пье — «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги), развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» — сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Батман фραπε — сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность колена изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Батман релеве лян на 45° — медленное поднимание ноги, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге; изучается стоя боком к станку, держась одной рукой, в сторону, позднее вперед. Упражнения на середине, повороты на двух ногах по 6-й позиции, по 1/4 круга — 13ч.

Тема 4. Элементы народно-сценического танца — 13ч.

Теория. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце в хороводах, рисунки хороводов — 2ч.

Практика. Русский танец. Позиция рук — 1, 2, 3, на талии. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп — удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцы поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприседании, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. Ковырялочка — поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков. Подготовка к присядке (мужск.). Полуприсядка — полное приседание. Легкие прыжки с обеих ног с одновременным их сгибанием (в полуприседании). Хлопки (одинарные) — в ладоши, по бедру. Вращение на подскоках по 1/4 круга на двух подскоках — 11ч.

Тема 5. Элементы современного танца — 13ч.

Теория. Знания и навыки. Специфика современного танца. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук — 2ч.

Практика. На уроке современного танца я использую элементы джаза. Джаз вбирает в себя экзерсис и позиции классического танца. В классическом джазе они имеют сходные названия, но ноги стали строго параллельны, а руки потеряли присущую классике округлость и приобрели вид одной или нескольких прямых линий. Урок очень насыщен, проходит в быстром темпе и состоит из разминки, отработки технических элементов, упражнений для развития растяжки, силы, гибкости и разучивания танцевальной комбинации. Занятия требуют определенной выносливости, что ведет к появлению новых сил для получения красивых прыжков и пируэтов — 11ч.

Тема 6. Упражнения на полу — 12ч.

Практика. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка без нагрузки на позвоночник. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов, а также растяжки и выработки большого шага. На занятии кроме партерной гимнастики и классики используются акробатические элементы.

На занятиях современного танца используется контракция-релиз. Контракция-релиз не столько принципы джаза, сколько характерная пара движений, по сути своей противоположных друг другу. Контракция-это это искажение, например, прямой линии позвоночника в том или ином его отделе. Контракция – это не сжатие (мышечный зажим нарушает ток энергии и потому противен любой танцевальной технике, хотя, безусловно, может быть использован как выразительное сценическое средство), а напротив, удлинение. Известно: кривая линия всегда длиннее прямой. Релизпротивоположность контракции, освобождение от кривизны и еще большее удлинение. Сидя на полу, спина прямая, высоко поднята голова: носки вперед - назад, чередуя носки левой и правой ноги. Комбинации для работы ног и корпуса, наклоны, «БАБОЧКА» (для растяжки мышц), «Кошка собачка», стоя на коленях батманы, колечко. Всё в игровой форме – 12ч.

Тема 7. Беседы об искусстве – 1ч.

Просмотр видео с детскими танцами. Сведения о балетах П. И. Чайковского «Лебединое озеро», «Щелкунчик» - 1ч.

Тема 8. Итоговое занятие – 1ч. Выступление для родителей и педагогов – 1ч.

4. Методическое обеспечение

Методические подходы к построению занятий по хореографии

Сила русской хореографической школы в том, что она всегда умела не только свято хранить верность традициям классического танца, но и живо откликалась на требования современного балета. Сохраняя накопленный педагогический опыт известных хореографов, я ищу новые пути совершенствования методики преподавания хореографии.

Посещая семинары и мастер-классы классического танца, я дополняю свои занятия разнообразными теоретическими знаниями, а и иногда просто пользуюсь своим многолетним практическим опытом. **Новизна** моей дополнительной образовательной программы считаю в синтезе классики, народно-сценического и современного танца, хотя приоритет оставляю за классическим танцем. Ведь классика - это эстетика, а без красоты исполнения не будет настоящего танца. Тем не менее считаю, очень важным уделять внимание в работе с учениками таким моментам в хореографии, как в какой последовательности изучать те или иные движения, сколько раз движение должно быть повторено в учебном примере, какие движения целесообразнее сочетать в одной комбинации, как построить урок в целом?

Основной материал программы класса у меня изучается в первой половине учебного года. Сначала разучиваются движения в чистом виде, затем в несложных сочетаниях. Во втором полугодии прорабатываются разученные движения со всеми

возможными проходами. Учебные комбинации более насыщены и длительны, темп исполнения возрастает. Каждая ступень обучения имеет свои специфические черты, свои сложности. В зависимости от программы, каждый раздел занятия имеет свои задачи и определенный порядок следования одного движения за другим. Этот порядок не произволен. Я выстраиваю занятие с учетом данных обучающихся, чередую и распределяю физическую нагрузку на определенные группы мышц и связок, стремлюсь к ограниченному сочетанию силовых и танцевальных движений. Обучение хореографии начинается с классического экзерсиса. В экзерсисе разносторонне развиваются мускулатура ног, их выворотность, шаг и plie (приседание), постановка корпуса, рук и головы, координация движений. В результате систематических тренировок фигура приобретает подтянутость, вырабатывается устойчивость. Экзерсис начинается у станка, затем, по мере усвоения движений, переносится на середину зала. За упражнениями на середине зала следует *adagio* и *allegro*. Навыки, приобретенные учащимися в экзерсисе, должны поддерживаться систематическими тренировками, основанными на строгих методических правилах. Нагрузку в течение урока стараюсь распределять равномерно во всех упражнениях. Если увеличиваю количество повторений какого-либо движения, то следующее упражнение сокращаю, так как всякая физическая перегрузка вредна: она приводит к расслаблению мышечной системы и связок, в результате чего легко повреждаются ноги. Последовательность экзерсиса у меня не случайна. В зависимости от степени трудности, учитываю пользу и логическое сочетание движений, не соединяю их в комбинации только ради рисунка движений. Первостепенное значение в деле эстетического воспитания имеет музыка, которую слышат учащиеся на занятии и в постановочной практике. На занятии используются небольшие фрагменты из произведений: И.Баха, В.Моцарта, Л.Бетховена, Ф.Шуберта, Р.Шумана, Ф.Шопена, П.Чайковского, А.Глазунова, С.Прокофьева, Д.Шостаковича, Д.Кобалевского, А.Хачатуряна, Р.Щедрина, И.Дунаевского и т.д. Перед занятием, или после него, в перерыве между репетициями, я рассказываю, в доступной форме о содержании тех хореографических образов, которые изучают и исполняют учащиеся.

Методика преподавания опирается на профессионально - хореографические учебники, но с учетом разнородности и способностей учащихся. Этим обусловлено особое внимание к эффективности учебного процесса и выбору репертуара. Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народно – сценического и современного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся.

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи с связи со спецификой занятий границы их несколько сглаживаются. Работа мною строится так, чтобы не нарушить целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива. Эта программа дает мне возможность использовать танцевальные движения при минимуме тренировочных упражнений. Вместе с тем в основе преподавания классического, народного, современного танца лежит профессиональная методика, без которой учащиеся не смогут получить необходимые навыки.

Народные танцы мною интерпретируются, при приближении их к детской тематике, они обогащают танцы темами, заимствованными из сюжетов сказочного или

бытового характера, из детских игр. Мною также воспроизводится подлинный национальный танец, доступный для детей разного возраста.

Раздел – элементы современного танца – представлен в программе в сжатом виде. Однако и этот танцевальный материал, в основном состоящий из элементов современной классики с использованием акробатических элементов и связок, способствует развитию танцевальности, музыкальности, чувству широты и свободы, пластики движения, знакомит учащихся со стилями модерн и джаз. Благодаря тому, что в программу включены такие основные стили современного танца, как модерн и джаз, можно использовать в танцевальной практике учащихся музыку классических и современных композиторов.

Учитывая, что в объединение часто принимаются дети без специального отбора, одной из моих задач является исправление их дефектов осанки, если они обнаруживаются (кифоз, лордоз, сколиоз). Следует обращать внимание на положение всей ноги и стопы в полной и неполной выворотности, чтобы не было наклона в голеностопном суставе ни наружу, ни внутрь

Обучающиеся во время обучения должны получить представления о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация.

Дети, прошедшие обучение данной программе, должны получить общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях, что дает возможность правильно судить об идейно-художественных качествах произведений хореографического искусства.

4.1 Методы обучения

Игровые методы: организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Словесные методы: беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие, возможно в сочетании с демонстрацией видеофильмов.

Эмоциональные методы: поощрение, порицание, создание ярких наглядно-образных представлений, создание ситуаций успеха, стимулирующее оценивание, удовлетворение желаний быть значимой личностью.

Познавательные методы: опора на жизненный опыт, познавательный интерес, создание проблемной ситуации, побуждение к поиску альтернативных решений, выполнение творческих заданий.

Волевые методы: предъявление учебных требований, информирование об обязательных результатах обучения, самооценка деятельности и коррекция, рефлексия поведения, прогнозирование деятельности.

Социальные методы: развитие желания быть полезным, создание ситуации взаимопомощи, поиск контактов и сотрудничество, заинтересованность в результатах, взаимопроверка.

Практические методы: получение информации на основании практических действий, выполняемых обучающимися. Основные методы работы – тренировки, тренинги, упражнения, творческие задания и показы.

Наглядные методы: сообщение учебной информации при помощи средств наглядности (просмотр видео – роликов, телевизионные версии пластических и театральных спектаклей)

4.2 Формы организации образовательного процесса Формы организации образовательного процесса групповая и индивидуально-групповая.

4.3 Формы организации учебного занятия

открытый урок – занятие, которое проводится для родителей, педагогов, гостей; наблюдения; беседы; спектакль;
творческая мастерская;

4.4 Педагогические технологии

Программа предполагает применение следующих технологий:

Технология развивающего обучения

Технология личностно-ориентированного обучения

Коллективно-творческая деятельность

Здоровьесберегающая технология

4.5 Алгоритм учебного занятия *Вводная часть* —.

В вводную часть входит орг. момент (построение, поклон) и сообщение темы занятия (3-5 мин)

Подготовительная часть

Подготовительная часть включает упражнения разминки для разогрева (5-7 мин)

Основная часть

Основная часть содержит учебно-тренировочные занятия, изучение танцевальных этюдов и композиций, и постановок, выполнение творческих заданий и импровизаций.

Заключительная часть В заключительную часть входит подведение итогов, прощание, уход (5-10) минут.

4.6 Дидактические материалы

Раздаточный материал, фотографии, стенды, памятки, анкеты, правила

Этот программный материал дает возможность осваивать сюжетно-тематические произведения и привлекать высокохудожественную музыку – классическую, современную, народную. В процессе постановочной работы, репетиций, дети приучаются к сотворчеству. У них в ходе постановочной работы, на репетициях, учащиеся осваивают музыкально-танцевальную природу искусства.

Придерживаясь содержания программы, занятия корректируются, руководствуясь изложенными выше воспитательными целями и конкретными условиями.

5. Список литературы

Литература для педагога:

1. Антропова, Л.В. Организация практики - важный фактор в формировании специалиста-хореографа // Хореографическое образование: современное состояние, тенденции развития: материалы обл. науч.-практ. конф., 15-16 апр.2008г. - Орел: ОГИИК, 2008. - С.66-69.
2. Белов, В.А. Особенности формирования эстетических эмоций средствами хореографического искусства // Вестник ЧГАКИ. - 2009. - №1. - С.47-50.
3. Бухвостова, Л.В. Композиция и постановка танца: учебное пособие / Л.В. Бухвостова, С.А. Щекотихина. - Орел: ОГИИК, 2002. - 160с.
4. Ивашковский, А.А. Хореокоррекция: теоретические и практические основы: науч. издание. - Калуга: КГПУ им. К.Э.Циолковского, 2006. - 440с.
5. Игумнова, М.А. Роль хореографии в творческом развитии детей [электронный ресурс] / М.А. Игумнова. - Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/602763/>
6. Кукарин, А.В. Профессиональное мастерство как творческое отношение педагога-хореографа к своей деятельности в учреждениях дополнительного образования детей // Вестник МГУКИ. - 2009. - №1.- С.180182.
7. Шарова, Н.И. Детский танец. - СПб: Лань: Планета музыки, 2011. - 64с.: ил.

Литература для родителей и обучающихся:

1. Адеева, Л.М. Пластика. Ритм. Гармония: самостоятельная работа учащихся для приобретения хореографических навыков: учебное пособие. - СПб.: Композитор; Санкт-Петербург, 2006. - 51с.
2. Барышникова, Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-Пресс, 2000. - 263с.
3. Пасютинская, В.М. Волшебный мир танца: кн. для учащихся. - М.: Просвещение, 1985. - 223с.: ил.

УТВЕРЖДЕНО
 Директором
 Герасимовой В.А.
 Приказ №140
 от «06» 06 2025 г.



6. Календарный учебный график
Дополнительной общеразвивающей программы
«Хореографическая студия «Эстрей»

Вторник, пятница 19.00

№ п/п	Месяц	Число	Время	Кол. часов	Тема занятия	Место Проведения	Форма контроля
	09	02	19.00-19.45	1	Введение. ТБ. Учебно-тренировочная работа	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	09	05	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	09	09	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	09	12	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	09	16	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	09	19	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	09	23	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	09	27	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	09	30	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение

	10	03	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	10	14	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	10	17	19.00-19.45	1	Азбука музыкального	МБОУ	опрос,

					движения	Гимназия №17	наблюдение
	10	21	19.00-19.45	1	Азбука музыкального движения	МБОУ Гимназия №17	творческий показ
	10	24	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	10	28	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	10	31	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	11	04	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	11	07	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	11	11	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	11	14	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	11	25	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	11	28	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	12	02	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение

	12	09	19.00-19.45	1	Элементы классического танца	МБОУ Гимназия №17	творческий показ
	12	12	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение

	12	16	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	12	19	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	12	23	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	12	26	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	01	14	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	01	17	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	01	21	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	01	24	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	01	28	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	02	04	19.00-19.45	1	Элементы народного сценического танца	МБОУ Гимназия №17	творческий показ
	02	07	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	02	11	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение

	02	14	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	02	17	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия	опрос, наблюдение

						№17	ние
	02	21	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	03	04	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	03	07	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	03	11	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	03	14	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	03	18	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	03	21	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	03	25	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	03	28	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	04	01	19.00-19.45	1	Элементы современного танца	МБОУ Гимназия №17	творческий показ
	04	04	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	04	15	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение

	04	18	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	04	22	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	04	25	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	05	06	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	05	13	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	05	16	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	05	20	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	05	23	19.00-19.45	1	Упражнения на полу	МБОУ Гимназия №17	творческий показ
	05	27	19.00-19.45	1	Беседы об искусстве	МБОУ Гимназия №17	опрос, наблюдение
	05	30	19.00-19.45	1	Итоговое занятие	МБОУ Гимназия №17	творческий показ
Итого:				68			