



КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛИЦЕЙ № 554 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
197371, Санкт-Петербург, Комендантский пр., д. 21, к. 3, лит. А;
primschool-554@obr.gov.spb.ru

РАССМОТРЕНО

на заседании
Методического объединения
от «30» августа 2022 г.
Протокол № 1

ПРИНЯТО

на заседании
Педагогического совета
от «30» августа 2022 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом врио директора
от «30» августа 2022 г. № 201

С.Ю. Ковтун

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности**

«ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ»

**Срок реализации: 3 года
Возраст учащихся: 7-13 лет**

Разработчик:
Алиева Эльмира Бахтияровна,
Педагог дополнительного
образования

Санкт-Петербург
2022

Пояснительная записка

Направленность программы: художественная.

Уровень освоения: базовый.

Актуальность: данная программа направлена на то, чтобы научить ребенка слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивая и тренируя мышечную силу корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения, на то, чтобы воспитывать в ребенке правильное ощущение красоты движения, потребность к творческому самовыражению. Обучение также направлено на профилактику и коррекцию здоровья воспитанника. Занятия хореографией способствуют физическому развитию детей, укреплению их опорно-двигательного аппарата, развитию силы, выносливости, что положительно влияет на сердечно-сосудистую и дыхательную системы организма, таким образом, благотворно воздействуя на здоровье детей.

Программа дает возможность каждому ребенку освоить азы танцевальной культуры. Предлагаемый курс позволяет каждому обучающемуся развивать свое тело, а также дает возможность проявить свои способности в области хореографии, увлечься танцем и продолжать обучаться по углубленным образовательным хореографическим программам.

Также стоит отметить, что данная общеобразовательная общеразвивающая программа полностью соответствует государственной политике в области дополнительного образования и социальному заказу общества. Программа ориентирована на удовлетворение образовательных и художественно-эстетических потребностей детей и родителей.

Отличительные особенности: Программа рассчитана на детей, не имеющих начальную хореографическую подготовку.

Адресат программы: Программа разработана для детей школьного возраста (7-13 лет), обоих полов, не имеющие начальную хореографическую подготовку, а также не имеющие серьезных противопоказаний к физическим нагрузкам.

Цель программы: Формирование и развитие творческих способностей детей в области хореографического искусства, совершенствование координации, гибкости, подвижности опорно-двигательного аппарата, а также формирование художественно-эстетического вкуса.

Задачи:

Обучающие:

- Обучение ребенка основам хореографии, по направлениям: классический танец, народный танец, современный танец;
- Способствовать овладению актерского мастерства;
- Дать систему знаний музыкальной грамотности.

Воспитательные:

- Воспитание у ребенка чувство художественного вкуса, создание фундамента для становления эстетически развитой личности;
- Формирование навыка общения и коммуникации, а также умения ребенка работать в коллективе;
- Воспитание трудолюбия;
- Приобщение ребенка к ведению здорового образа жизни.

Развивающие:

- Формирование музыкальности, чувства ритма, ощущения характера музыки, умение воплотить его в танце;
- Развитие танцевальной выразительности, а также способностей к актерскому искусству;
- Улучшение мышления и памяти (слуховой, зрительной и мышечной);
- Усовершенствование воображения, фантазии, умения творчески мыслить, кроме того способности воплощать свои идеи на практике в процессе занятий хореографией;
- Развитие стремления ребенка самовыражаться через искусство танца.

Условия реализации программы:

- Группы формируются по норме наполняемости на 1-м году обучения – не менее 15 человек;
- В группы 2-го и последующих годов обучения принимаются дети имеющие базовую хореографическую подготовку. Для зачисления ребенку в группу педагог имеет право проверить, полученные ребенком хореографические навыки вне стен данного учреждения (гибкость, координацию, музыкальность, танцевальную и актерскую выразительность);
- Кол-во часов по годам обучения 1-й год 144 часа;
- По программе предусмотрены как традиционные формы занятий: практическая работа, занятие-игра, репетиция, постановочная работа, экскурсия, концерт, открытый урок, праздник; так и нетрадиционные формы: сюжетное занятие, занятие-импровизация;
- Формы организации деятельности на занятиях: фронтальная, в парах, групповая, индивидуально-групповая, ансамблевая;
- Музыкальное сопровождение обеспечивает педагог, на аппаратуре, предоставленной учебным учреждением;

Входной контроль

При наборе в группу 1-го года обучения изучается отношение ребенка к занятиям основами хореографии, его способности в данной области, а также заинтересованность. Для зачисления ребенка в группу педагог имеет право проверить, полученные ребенком хореографические навыки вне стен данного учреждения (гибкость, координацию, музыкальность, танцевальную и актерскую выразительность);

Формы занятий: Процесс обучения носит смешанный формат занятий: занятие-игра, занятие-тренинг, репетиционное занятие, открытый урок, концерт.

Формы организации деятельности на занятии: Групповая и коллективная

Требование к организации занятий хореографией:

- Хореографический зал, из расчета 3 м² на одного учащегося, высотой от 4 м.
- Балетный станок, установленный на высоте 0,9 - 1,1 м. от пола и расстоянии 0,3 м. от стены
- Одна стена в зале должна быть оборудована зеркалами на высоту 2,1 м.

Требования к отоплению, вентиляции и воздушно-тепловому режиму:

в помещениях для занятий хореографией, спортом, техническим творчеством - 17-20°С, Для контроля температурного режима помещения для занятий оснащаются бытовыми термометрами.

Музыкальные колонки 2 шт. мощностью 40 Вт каждая,

Коврики 15 штук.

Предусматривается костюмерная мастерская площадью не менее 18 м².

Особенности организации образовательного процесса.

Процесс освоения техники основ хореографии, сопровождается улучшением опорно-двигательного аппарата ребенка, развитием навыков координации, изоляции, выработыванию чувства ритма и музыкальности, развитием эластичности мышц, а также формированию актерской выразительности у обучающихся.

Для занятий по дисциплине основы хореографии используется соответствующий музыкальный материал. А именно классическая, русская народная музыка, а также современная джазовая музыка.

Процесс обучения танцевальному искусству построен на реализации дидактических принципов: сознательности и активности, наглядности и целенаправленности, доступности и систематичности.

Планируемые результаты.

Предметные результаты:

К концу первого года обучения дети должны освоить навыки музыкальной грамотности, элементарной координации, выработать гибкость тела и подвижность опорно-двигательного аппарата. Детям на данном этапе обучения необходимо уметь исполнять танцевальные комбинации и простейшие хореографические композиции.

На втором году обучения ускорятся музыкальный темп, усложняется координацию, разучиваются сложные акробатические элементы, требующие соответственной физической подготовки. Поставленные хореографические композиции требуют от исполнителей навыков актерской выразительности.

На третьем году обучения вырабатывается навык танцевальной выразительности на базе изученных техник по основам хореографии. Дети исполняют разученные номера под усложненный ритмический материал.

Личностные результаты:

В процессе освоения программы по основам хореографии у ребенка должны сформироваться навыки общения и коммуникации со сверстниками, улучшится умение работать в команде. Также у ребенка в ходе обучения хореографическому искусству вырабатываются такие качества как трудолюбие и усидчивость, формируется чувство художественного вкуса. У обучающихся появится стремление к ведению здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

В ходе обучения ребенка хореографии у него возникает не только любовь к танцу, но и, помимо этого, общая предрасположенность к изучению и занятию различными видами искусства. В следствии этого, происходит художественное формирование личности и становления ребенка как индивида.

Объем и срок освоения программы

Срок обучения: 3 года.

Режим занятий:

Год обучения	Общее количество часов	Количество часов в неделю	Количество занятий в неделю
1 год	144	4	2
2 год	144	4	2
3 год	144	4	2

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	2	-	Устный опрос
2	Растягивание, разучивание элементов на гибкость	18	-	18	Наблюдение
3	Упражнения на координацию	10	-	10	Наблюдение
4	Прыжки	14	-	14	Наблюдение
5	Упражнения на работу по пространству в современном танце	20	2	18	Наблюдение, устный опрос
6	Разучивание элементов классического экзерсиса	18	3	15	Наблюдение, устный опрос
7	Изучение танцевальных движений народного танца	20	2	18	Наблюдение, тест
8	Постановочная работа	20	-	20	Наблюдение
9	Репетиционная работа	20	-	20	Наблюдение
10	Заключительное занятие. Подведение итогов	2	1	1	Концерт
	Итого	144	10	134	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	2	-	Устный опрос
2	Растягивание, разучивание элементов на гибкость	20	2	18	Наблюдение, устный опрос
3	Упражнения на координацию	20	10	10	Наблюдение, устный опрос
4	Прыжки	10	-	10	Наблюдение
5	Упражнения на работу по пространству	10	5	5	Наблюдение, тест
6	Разучивание элементов классического экзерсиса и экзерсиса танца модерн на середине класса	30	10	20	Наблюдение, устный опрос

7	Изучение танцевальных движений народного танца	10	5	5	Наблюдение, тест
8	Постановочная работа	20	10	10	Наблюдение, устный опрос
9	Репетиционная работа	20	-	20	Наблюдение
10	Заключительное занятие. Подведение итогов	2	1	1	Концерт
	Итого	144	45	99	

Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	2	-	Устный опрос
2	Растягивание, разучивание элементов на гибкость	20	2	18	Наблюдение, устный опрос
3	Упражнения на координацию	20	10	10	Наблюдение, устный опрос
4	Прыжки	10	-	10	Наблюдение
5	Упражнения на работу по пространству	10	5	5	Наблюдение, тест
6	Разучивание элементов джазового экзерсиса и экзерсиса танца модерн на середине класса	30	10	20	Наблюдение, устный опрос
7	Изучение танцевальных движений классического и народного танца	10	5	5	Наблюдение, тест
8	Постановочная работа	20	10	10	Наблюдение, устный опрос
9	Репетиционная работа	20	-	20	Наблюдение
10	Заключительное занятие. Подведение итогов	2	1	1	Концерт
	Итого	144	45	99	

Содержание программы 1 года обучения

1. Вводное занятие

Теория

Цели и задачи данного года обучения. Правила техники безопасности при нахождении в хореографическом классе.

Практика

Игра-проверка усвоение правил техники безопасности.

2. Растягивание, разучивание элементов на гибкость

Теория

Повторение названий ранее изученных упражнений на растяжку ("складочка", "срелочка", "бабочка", "лягушка" и т.д), изучения новых упражнений.

Практика

Выполнения отдельных, а также целых комплексов упражнений, направленных на растяжение различных групп мышц (ног, спины, рук, шеи и т.д)

3. Упражнения на координацию

Теория

Опрос детей на тему какие существуют центры в человеческом теле (голова, руки, корпус, ноги, таз и т.д.), понятие апломба в классическом и народном танце. Объяснение терминов изоляция и полиизоляция.

Практика

Упражнения у станка в классическом и народном танце.

4. Прыжки

Теория

Терминология маленьких прыжков в классическом танце.

Практика

Прыжки по XI и I позициям на середине класса.

5. Упражнения на работу по пространству в современном танце

Теория

Понятие пространства и его уровней (нижний, средний и верхний). Положение тела в пространстве относительно точек разделения класса (8 точек).

Практика

Передвижения по пространству на шагах , с подъемом ног (battement tendu).

6. Разучивание элементов классического экзерсиса

Теория

Содержание экзерсиса классического танца.

Практика

Изучение позиций рук и ног классического танца. Demi plie, battement tendu и jete, rond и т.д.

7. Изучения танцевальных движений народного танца

Теория

Изучение разновидностей народного танца, обсуждение особенностей движений в данном виде хореографического искусства, их отличия от движений классического танца.

Практика

Разучивание базовых элементов различных направлений народного танца, с последующим соединением их в комбинации.

8. Постановочная работа

Теория

Изложения основной идеи, сюжета постановки. Обсуждение образа, который необходимо создать учащимся в ходе исполнения номера. Постановка актерских задач, которые необходимо выполнить.

Практика

Соединение танцевальных комбинаций в хореографическую постановку.

9. Репетиционная работа

Теория

Обсуждение недочетов в работе над номером или выполнения отдельных движений. Выявление трудностей и непонимания детей материала через диалог или коллективную беседу.

Практика

Отработка как отдельно взятых элементов и комбинаций, так и номеров в целом.

10. Заключительное занятие

Теория

Подведение итогов прошедшего учебного года. Обсуждение достигнутых результатов.

Практика

Отчетный концерт.

Содержание программы 2 года обучения

1. Вводное занятие

Теория

Цели и задачи данного года обучения. Правила техники безопасности при нахождении в хореографическом классе.

Практика

Игра-проверка усвоение правил техники безопасности.

2. Растягивание, разучивание элементов на гибкость

Теория

Повторение названий ранее изученных упражнений на растяжку ("складочка", "стрелочка", "бабочка", "лягушка" и т.д), изучения новых упражнений.

Практика

Выполнения отдельных, а также целых комплексов упражнений, направленных на растяжение различных групп мышц (ног, спины, рук, шеи и т.д)

3. Упражнения на координацию

Теория

Опрос детей на тему какие существуют центры в человеческом теле (голова, руки, корпус, ноги, таз и т.д.). Объяснение терминов изоляция и полиизоляция.

Практика

Включение изоляции в разминку в начале урока, а также в танцевальные комбинации с постепенным усложнением.

4. Прыжки

Теория

Терминология маленьких и маленьких классических прыжков и прыжков в технике модерн.

Практика

Прыжки по позициям на середине класса, прыжки по диагонали в продвижении: hop, limp, jump и т.д. Проучиваются маленькие, высокие прыжки с одной на две ноги.

5. Упражнения на работу по пространству

Теория

Понятие пространства и его уровней (нижний, средний и верхний). Положение тела в пространстве относительно точек деления класса (8 точек).

Практика

Передвижения по пространству на шагах , через перекаты, с подъемом ног (battement tendu jete), при помощи падений (пока из положения сидя или стоя на коленях через бок).

6. Разучивание элементов классического экзерсиса и экзерсиса танца модерн на середине класса

Теория

Содержание экзерсиса классического танца и танца модерн.

Практика

Классические demi, grand plie, battement tendu и jete, rond и т.д. Изучения позиций рук и ног в технике модерн.

7. Изучения танцевальных движений народного танца

Теория

Изучение разновидностей народного танца, обсуждение особенностей движений в данном виде хореографического искусства, их отличия от движений в классическом танце.

Практика

Разучивание базовых элементов различных направлений народного танца, с последующим соединением их в комбинации.

8. Постановочная работа

Теория

Изложение основной идеи, сюжета постановки. Обсуждение образа, который необходимо создать учащимся в ходе исполнения номера. Постановка актерских задач, которые необходимо выполнить.

Практика

Соединение танцевальных комбинаций в хореографическую постановку.

9. Репетиционная работа

Теория

Обсуждение недочетов в работе над номером или выполнении отдельных движений. Выявление трудностей и непонимания детей материала через диалог или коллективную беседу.

Практика

Отработка как отдельно взятых элементов и комбинаций, так и номеров в целом.

10. Заключительное занятие

Содержание программы 3 года обучения

1. Вводное занятие

Теория

Цели и задачи данного года обучения. Правила техники безопасности при нахождении в хореографическом классе.

Практика

Игра-проверка усвоения правил техники безопасности.

2. Растягивание, разучивание элементов на гибкость

Теория

Повторение названий ранее изученных упражнений на растяжку ("складочка", "бабочка", "лягушка" и т.д), изучения новых упражнений.

Практика

Выполнения отдельных, а также целых комплексов упражнений, направленных на растяжение различных групп мышц (ног, спины, рук, шеи и т.д)

3. Упражнения на координацию

Теория

Опрос детей на тему какие существуют центры в человеческом теле (голова, руки, корпус, ноги, таз и т.д.). Объяснение терминов изоляция и полиизоляция.

Практика

Включение изоляции в разминку в начале урока, а также в танцевальные комбинации с постепенным усложнением.

4. Прыжки

Теория

Терминология маленьких и больших джазовых прыжков и прыжков в технике модерн.

Практика

Прыжки по позициям на середине класса, прыжки по диагонали в продвижении: hop, limp, jump и т.д. Проучиваются большие, высокие прыжки с одной на две ноги, с одной на одну.

5. Упражнения на работу по пространству

Теория

Понятие пространства и его уровней (нижний, средний и верхний). Положение тела в пространстве относительно точек разделения класса (8 точек).

Практика

Передвижения по пространству на шагах (pas de bourré.), через перекаты, с подъемом ног (grand battement), при помощи падений (пока из положения сидя или стоя на коленях через бок).

6. Разучивание элементов джазового экзерсиса и экзерсиса танца модерн на середине класса

Теория

Содержание экзерсиса джазового танца и танца модерн.

Практика

Джазовое demi, grand plie, battement tendu и jete, rond и т.д. Изучения позиций рук и ног в технике модерн.

7. Изучение танцевальных движений классического и народного танца

Теория

Изучение разновидностей классического и народного танца, обсуждение особенностей движения в данном виде хореографического искусства, их отличия от движений в современном танце.

Практика

Разучивание различных элементов классического и народного танца, с последующим соединением их в комбинации.

8. Постановочная работа

Теория

Изложения основной идеи, сюжета постановки. Обсуждение образа, который необходимо создать учащимся в ходе исполнения номера. Постановка актерских задач, которые необходимо выполнить.

Практика

Соединение танцевальных комбинаций в хореографическую постановку.

9. Репетиционная работа

Теория

Обсуждение недочетов в работе над номером или выполнении отдельных движений. Выявление трудностей и непонимания детей материала через диалог или коллективную беседу.

Практика

Отработка как отдельно взятых элементов и комбинаций, так и номеров в целом.

10. Заключительное занятие

Теория

Подведение итогов прошедшего учебного года. Обсуждение достигнутых результатов.

Практика

Отчетный концерт.