

**Пояснительная записка**

Хореография - искусство, любимое детьми, которое таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания, в себе не только эмоциональную сторону искусства, но и приносит радость, как исполнителю, так и зрителю.

Дополнительная общеобразовательная программа разработана в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», письмом Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. №06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

**Направленностьпрограммы** художественная.

**Актуальность программы** заключается в значительной популярности хореографии как искусства среди младшего школьного возраста. Занятия танцем содействуют эстетическому воспитанию детей, оказывают положительное воздействие на их физическое развитие, способствуют росту их общей культуры, поэтому можно утверждать, что хореографическое искусство имеет богатую возможность широкого осуществления воспитательных задач.

**Новизна программы** состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям основные направления танца и пластики, включающие: ритмику, классический, детский и современный танец.

**Цель программы** - создание условий, способствующих формированию и развитию личности ребенка через хореографическое искусство.

**Задачи программы**

*Воспитательная:*

- развить индивидуальные способности к межличностному взаимодействию в танцевальном коллективе.

*Развивающие:*

- развить навыки самостоятельной творческой деятельности;

- развить устойчивый интерес к изучению различных видов хореографического искусства.

*Обучающие:*

- способствовать развитию ориентации в пространстве;

- обучать выразительному исполнению танцевальных этюдов;

- обучать актерскому мастерству в соответствии с заданной ролью в танце.

**Возраст учащихся** 8-10 лет.

Младший школьный возраст называют вершиной детства. Ребенок в этом возрасте сохраняет много детских качеств - легкомыслие, наивность взгляд на взрослого снизу вверх. Но он уже начинает утрачивать детскую непосредственность в поведении, у него появляется другая логика мышления. Ведущей деятельностью становится учебная. Характеристика младшего школьного возраста складывается из таких понятий как учебная деятельность, развитие психических функций, мотивация и самооценка.

К 8 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей. Поэтому на занятиях учащиеся могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию педагога от медленного к более быстрому выполнению, относительно легко усваивать задания при ходьбе, беге, прыжках. Чрезвычайная подвижность, подражательная активность детей этого возраста говорят о колоссальных потенциальных возможностях его развития, которые необходимо учитывать при планировании и проведении занятий.

**Срок реализации программы** - 9 месяцев.

**Форма занятия** - групповая. Максимальное количество детей в группе - 10, минимальное - 16.

**Режим занятий** - 3 раза в неделю по 2 академических часа с 10-минутным перерывом на перемену.

**Планируемый результат**

*Учащиеся должны знать:*

- правила межличностного взаимодействия в танцевальном коллективе;

- виды хореографического искусства.

*Учащиеся должны уметь:*

- ориентироваться в пространстве;

- выразительно исполнять танцевальные этюды;

- использовать приобретенные навыки актерского мастерства в соответствии с заданной ролью в танце;

- применять на практике навыки самостоятельной творческой деятельности.

**Периодичность оценки результатов Программы**

Для оценки уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится посредством текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Текущий контроль выявляет степень сформированности практических умений и навыков учащихся в выбранном ими виде деятельности. Текущий контроль может проводиться в форме наблюдения, индивидуального собеседования, групповой беседы, опроса. Текущий контроль осуществляется без фиксации результатов.

По завершению каждого модуля дополнительной общеобразовательной программы проводится аттестация, которая проводится в следующих формах: тестирование, доклад, защита творческих работ и проектов.

По качеству освоения программного материала выделены следующие уровни знаний, умений и навыков:

- *высокий* – программный материал усвоен обучающимся полностью, воспитанник имеет высокие достижения;

- *средний* – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок;

- *ниже среднего* – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях; участвует в конкурсах на уровне коллектива**.**

Важным условием программы является то, что учащиеся, прошедшие курс обучения по программе 1 модуля, переходят на обучение по программе 2 модуля.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы общеобразовательной программы** | **Кол-во часов** | **Практика** | **Теория** |
| **1 Модуль: «Основы хореографического искусства»** | | | | |
| 1 | Вводное занятие. Техника безопасности. | 2 | - | 2 |
| 2 | Музыкально-ритмическое воспитание. | 50 | 50 | - |
| 3 | Мир классического танца. | 50 | 40 | 10 |
| 4 | Аттестация. | 2 | 2 | - |
|  | Итого: | **104** | **92** | **12** |
| **2 Модуль: «Танцевальная карусель»** | | | | |
| 1 | Современная хореография. | 60 | 60 | - |
| 2 | Детский танец. | 58 | 58 | - |
| 3 | Аттестация. | 2 | 2 | - |
| 4 | Итоговое занятие. | 2 | 2 | - |
|  | Итого: | **118** | **118** | **0** |
|  | Всего: | **222** | **210** | **12** |

**Содержание программы**

**1 МОДУЛЬ: «Основы хореографического искусства»**

**1.Вводное занятие.**

1.1. Вводное занятие.

Теория: знакомство с режимом занятий и историей коллектива. Инструктаж по технике безопасности.

**2.Музыкально-ритмическое воспитание.**

2.1.Тема: Упражнение «Дени и ночь».

Практика: упражнения, укрепляющие мышцы спины.

2.2.Тема: Упражнение: «Змейка».

Практика: упражнения, укрепляющие мышцы спины.

2.3.Тема: Упражнение «Рыбка».

Практика: упражнения, укрепляющие мышцы спины.

2.4.Тема: Упражнения, развивающие подъем стопы.

Практика: вытягивание и сокращение стопы.

2.5.Тема: Упражнения, развивающие подъем стопы.

Практика: круговые движения стопой.

2.6.Тема: «Лодочка».

Практика: Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.

2.7.Тема: «Складочка».

Практика: Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.

2.8.Тема: «Колечко».

Практика: Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.

2.9.Тема: «Корзиночка».

Практика: Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.

2.10.Тема: «Ступеньки».

Практика: Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.

2.11.Тема: «Ножницы».

Практика: Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.

2.12.Тема: «Неваляшка».

Практика: Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава.

2.13.Тема: «Passe' с разворотом колена».

Практика: Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава.

2.14.Тема: «Звездочка».

Практика: Упражнения, развивающие выворотность ног.

2.15.Тема: «Лягушка».

Практика: Упражнения, развивающие выворотность ног.

2.16.Тема: «Боковая растяжка».

Практика: Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

2.17.Тема: «Растяжка с наклоном вперед».

Практика: Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

2.18.Тема: «Часы».

Практика: Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

2.19.Тема: «Часики».

Практика: Повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево».

2.20.Тема: «Часики».

Практика: Наклоны головы в положении «направо», «прямо», «налево».

2.21.Тема: «Растяжка с наклоном вперед».

Практика: Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

2.22. «Боковая растяжка».

Практика: Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

2.23. Тема: «Часы».

Практика: Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

2.24. Тема: «Ножницы».

Практика: Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.

2.25.Тема: «Ножницы».

Практика: Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.

**3. Мир классического танца.**

3.1.Тема: «Классический экзерсис».

Теория: Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.

3.2.Тема: «Классический экзерсис».

Теория: Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.

3.3.Тема: «Классический экзерсис».

Теория: Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.

3.4.Тема: «Классический экзерсис».

Теория:Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.

3.5.Тема: «Классический экзерсис».

Теория: Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.

3.6.Тема: «Постановка корпуса».

Практика: Позиции ног: I, III, II, V.

3.7.Тема: «Постановка корпуса».

Практика: Позиции ног: I, III, II, V.

3.8.Тема: «Постановка корпуса».

Практика: Позиции ног: I, III, II, V.

3.9.Тема: «Постановка корпуса».

Практика: Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.

3.10.Тема: «Постановка корпуса».

Практика: Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.

3.11.Тема: «Постановка корпуса».

Практика: Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.

3.12.Тема: «Demi-pliés.».

Практика: «Маленькое» приседание по 1 позиции ног, лицом к станку.

3.13.Тема: «Demi-pliés.».

Практика: «Маленькое» приседание по 1 позиции ног, лицом к станку.

3.14.Тема: «Demi-pliés.».

Практика: «Маленькое» приседание по 2 позиции ног, лицом к станку.

3.15.Тема: «Demi-pliés.».

Практика: «Маленькое» приседание по 2 позиции ног, лицом к станку.

3.16.Тема: «Battementstendus».

Практика: отведение натянутой стопы вперёд.

3.17.Тема: «Battementstendus».

Практика: отведение натянутой стопы вперёд.

3.18.Тема: «Battementstendus».

Практика: отведение натянутой стопы в сторону.

3.19.Тема: «Battementstendus».

Практика: отведение натянутой стопы в сторону.

3.20.Тема: «Battementstendus».

Практика: отведение натянутой стопы назад.

3.21.Тема: «Battementstendus».

Практика: отведение натянутой стопы назад.

3.22.Тема: «Battements tendus c demi-pliés».

Практика: изучается из I позиции в сторону, вперед, назад.

3.23.Тема: «Battements tendus c demi-pliés».

Практика: Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад.

3.24.Тема: «Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans».

Практика: круговые движения ногой по полу (наружу, во внутрь).

3.25.Тема: «Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans».

Практика: круговые движения ногой по полу (наружу, во внутрь).

**4.Аттестация.**

4.1.Тема: «Партерная гимнастика».

Теория: показ пройденных элементов классического танца в партере.

**2 МОДУЛЬ: «Танцевальная карусель»**

**1.Современная хореография.**

1.1.Тема: «Техника изоляции».

Практика: Один из основных принципов современного танца. Изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног. На первом этапе обучения координируется 1, а затем 2 центра в одновременном параллельном или разнонаправленном движении, ритмический рисунок ровный, без синкоп.

1.2.Тема: «Техника изоляции».

Практика: Один из основных принципов современного танца. Изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног. На первом этапе обучения координируется 1, а затем 2 центра в одновременном параллельном или разнонаправленном движении, ритмический рисунок ровный, без синкоп.

1.3.Тема: «Основные шаги».

Практика: Приставной шаг с plie. Сначала изучается в чистом виде, а потом соединяется с работой корпуса.

1.4.Тема: «Основные шаги».

Практика: Приставной шаг с plie. Сначала изучается в чистом виде, а потом соединяется с работой корпуса.

1.5.Тема: «Основные шаги».

Практика: Выпады в сторону, сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса.

1.6.Тема: «Основные шаги».

Практика: Выпады в сторону, сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса.

1.7.Тема: «Основные шаги».

Практика: Выпады в сторону, сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса.

1.8.Тема: «Основные шаги».

Практика: Подъем на носки, разворот стоп «краб».

1.9.Тема: «Основные шаги».

Практика: Подъем на носки, разворот стоп «краб».

1.10.Тема: «Основные шаги».

Практика: Подъем на носки, разворот стоп «краб».

1.11.Тема: «Основные движения корпусом».

Практика: Раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону.

1.12.Тема: «Основные движения корпусом».

Практика: Раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону.

1.13.Тема: «Основные движения корпусом».

Практика: Раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону.

1.14.Тема: «Прыжки».

Практика: Прыжки на месте.

1.15.Тема: «Прыжки».

Практика: Прыжки на месте.

1.16.Тема: «Прыжки».

Практика: Прыжки вперед – назад.

1.17.Тема: «Прыжки».

Практика: Прыжки вперед – назад.

1.18.Тема: «Прыжки».

Практика: Прыжки вперед – назад.

1.19.Тема: «Прыжки».

Практика: Прыжки вправо-влево.

1.20.Тема: «Прыжки».

Практика: Прыжки вправо-влево.

1.21.Тема: «Прыжки».

Практика: Прыжки «крестом».

1.21.Тема: «Прыжки».

Практика: Прыжки «крестом».

1.22.Тема: «Танцевальная комбинация».

Практика: Элементарные движения.

1.23.Тема: «Танцевальная комбинация».

Практика: Элементарные движения.

1.24.Тема: «Танцевальная комбинация».

Практика: Элементарные движения.

1.25.Тема: «Танцевальная комбинация».

Практика: Танец «Круче всех!»

1.26.Тема: «Танцевальная комбинация».

Практика: Танец «Круче всех!»

1.27.Тема: «Танцевальная комбинация».

Практика: Индийский танец.

1.28.Тема: «Танцевальная комбинация».

Практика: Индийский танец.

1.29.Тема: «Танцевальная комбинация».

Практика: Индийский танец.

1.30.Тема: «Танцевальная комбинация».

Практика: Индийский танец.

**2.Детский танец.**

2.1.Тема: «Рисунок танца».

Практика: Круг. Полукруг.

2.2.Тема: «Рисунок танца».

Практика: Круг. Полукруг.

2.3.Тема: «Рисунок танца».

Практика: Линия. Колонна.

2.4.Тема: «Рисунок танца».

Практика: Линия. Колонна.

2.5.Тема: «Рисунок танца».

Практика: «Цепочка».

2.6.Тема: «Рисунок танца».

Практика: «Цепочка».

2.7.тема: «Изучение приёмов перестроения из одно плановых рисунков и фигур в многоплановые».

Практика: Из линейных в линейные.

2.8.Тема: «Изучение приёмов перестроения из одно плановых рисунков и фигур в многоплановые».

Практика: Из шеренги в 2 шеренги.

2.9.Тема: «Изучение приёмов перестроения из одно плановых рисунков и фигур в многоплановые».

Практика: Из шеренги в 2 колонны.

2.10.Тема: «Изучение приёмов перестроения из одно плановых рисунков и фигур в многоплановые».

Практика: Из колонны в 2 шеренги.

2.11.Тема: «Изучение приёмов перестроения из одно плановых рисунков и фигур в многоплановые».

Практика: Из шеренги в 2 круга.

2.12.Тема: Упражнение «Цапля».

Практика: Танцевальные шаги и ходы.

2.13.Тема: Упражнение «Цапля».

Практика: Танцевальные шаги и ходы.

2.14.Тема:«pasglisse'».

Практика: Скользящий шаг.

2.15.Тема: «pasglisse'».

Практика: Скользящий шаг.

2.16.Тема: «Танцевальные шаги и ходы».

Практика: Па польки вперед и боковое.

2.17.Тема: «Танцевальные шаги и ходы».

Практика: Па польки вперед и боковое.

2.18.Тема: «Танцевальные шаги и ходы».

Практика: В ритме польки.

2.19.Тема: «Танцевальные шаги и ходы».

Практика: В ритме польки.

2.20.Тема: Упражнение «Лошадка».

Практика: Бег с подъёмом согнутых в коленях ног вперёд.

2.21.Тема: Упражнение «Лошадка».

Практика: Бег с подъёмом согнутых в коленях ног вперёд.

2.22.Тема: Упражнение «Лошадка».

Практика: Бег с подъёмом согнутых в коленях ног вперёд.

2.23.Тема: «Танцевальные шаги и ходы».

Практика: Поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой.

2.24.Тема: «Танцевальные шаги и ходы».

Практика: Поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой.

2.25.Тема: «Танцевальные шаги и ходы».

Практика: Поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой.

2.26.Тема: «Джаз».

Практика: Изучение танцевальных элементов.

2.27.Тема: «Джаз».

Практика: Изучение танцевальных элементов.

2.28.Тема: «Джаз».

Практика: Изучение танцевальных элементов.

2.29.Тема: «Танцевальная карусель».

Практика: Повторение пройдённого материала.

3.Аттестация учащихся.

3.1.Тема: «Танцевальная карусель».

Практика: Показ танцевальных этюдов.

4.Итоговое занятие.

4.1.Тема: Открытый урок.

Практика: Показательное выступление учащихся.

**Методическое обеспечение**

При составлении образовательной  программы «В гостях у Терпсихоры» использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции:  Е.В. Коноровой «Методическое пособие по ритмике», Г.А. Колодницкого «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей», Т.В. Пуртовой «Музыкальные игры для детей», А.Н.Беликовой «Учите детей танцевать» Са-фи денс часть 1, З.Я. Ротт «Танцы в начальной школе» 1 часть и Е.В. Горшковой «О говорящих движениях и чудесных превращениях».

Реализация данной программы базируется на следующие принципах:

- принцип дидактики (построение учебного процесса от простого к сложному);

- принцип актуальности (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности объединения);

- принцип системности (подразумевает систематическое проведение занятий);

- принцип творческой мотивации - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности учащихся. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

• постепенность в развитии природных способностей детей;

• строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;

• систематичность и регулярность занятий;

• целенаправленность учебного процесса.

Данная программа состоит из отдельных танцевальных направлений, но в связи со спецификой обучения границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение различных элементов и танцевальных техник, которые используются в подготовке текущего репертуара. В программу учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Методы, используемые на занятиях:

- наглядный: непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку; показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;

- словесный: обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения;

- практический: в его основе лежит много кратное повторение и отработка движений;

- анализ конкретной ситуации;

- метод рефлексии.

**Дидактическое обеспечение:**

- наглядно-дидактические пособия: плакаты «Позиции ног, рук в классическом танце»;

- видеозаписи: классический балет «Щелкунчик», детский сборник аудиозаписей, документальные фильмы «Эпоха танцев», «Начни движение», «История развития танца»;

- аудиозаписи музыкальных произведений.

**Техническое обеспечение:**

- зеркальная стена;

- станок;

- музыкальный центр;

- телевизор;

- гимнастические коврики;

- скакалки;

- мячи;

- обручи;

- реквизит для выступлений.

**Список литературы**

*Для педагога:*

Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Л.: Искусство, 2001г.

Богаткова Л. Хоровод друзей.- М.: Детгиз, 2005г.

Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания.- М., 2005г.

Ваганова А. Основы классического танца.- Л.: Искусство, 1960.

Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии.-М.: Искусство, 1968.

Голейзовский К. Образы русской народной хореографии.- М.: Искусство, 1964.

Колодницкий Г.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей», 2001г.

З. Я. Роот «Танцевальный калейдоскоп», 2005г.

З.Я. Ротт «Танцы в начальной школе» 1 часть, 2003г.

З.Я. Ротт «Танцы в начальной школе» 2 часть, 2003г.