

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОИСК»

Принята на заседании
педагогического совета
«08» 04 2024г.
Протокол №8

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ЦДО «Поиск»
В.Н.Михуля
Приказ № 101 от «10» 04 2024г.

МБУ ДО ЦДО
"ПОИСК"

Подписано цифровой
подписью: МБУ ДО
ЦДО "ПОИСК"
Дата: 2024.04.15
08:53:22 +05'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Ступени хореографического мастерства»

Возраст обучающихся: 11-13 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:
Гракова Валентина Васильевна,
педагог дополнительного образования

г. Нефтеюганск, 2024 г.

Пояснительная записка

Танец - это музыкально-пластическое искусство. Занятия хореографией позволяет восполнить дефицит движений, решить проблему гиподинамии, исправить дефекты осанки, отвлечь подростков от дурного влияния извне способствует развитию грации, осанки, красоты тела. Программа по хореографии позволяет ребёнку, без риска для жизни, самоутвердиться среди сверстников, родителей и учителей. Всё это привлекает подростков и делает данную программу востребованной.

Уровень программы базовый. Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Направленность программы: художественная.

Обучение.

Цель программы - формирование у воспитанников интереса к занятиям хореографией и освоение ими основ хореографии.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитывать культуру поведения и общения;
- закладывать основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Развивающие:

- развивать музыкально-ритмические навыки;
- развивать активность и самостоятельность общения;
- развивать приёмы самостоятельной и коллективной работы;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развивать выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;

- развивать воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развивать художественный вкус.

Обучающие:

- научить основам классического экзерсиса у опоры;
- обучить простейшим элементам народного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- обучить основам партерной гимнастики;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Адресат программы: обучающиеся 11-13 лет.

Условия реализации программы

Обязательным условием зачисления, обучающегося является наличие сертификата дополнительного образования.

Группы формируются по результатам входного контроля, в соответствии с учётом пожеланий родителей (законных представителей) на расписание занятий.

Количество учащихся в группе минимальное -10, максимальное -15.

Срок реализации программы: 9 месяцев (108 часов).

Форма обучения – очная, с применением дистанционных образовательных технологий.

Форма занятий: групповая. Максимальное количество учащихся в группе - 15, минимальное - 10.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 1 академическому часу

Планируемые результаты программы:

Воспитательные:

- научатся правилам поведения и общения в коллективе;
- приобретут основы становления эстетически развитой личности;
- приобретут чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Развивающие:

- приобретут музыкально-ритмические навыки;
- научатся активности и самостоятельности общения;
- научатся приёмам самостоятельной и коллективной работы;

- приобретут правильную осанку;
- заинтересуются танцевальным искусством;
- приобретут выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- разовьют воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- приобретут художественный вкус.

Обучающие:

- научатся основам классического экзерсиса у опоры;
- выучат простейшие элементы народного танца;
- обучатся элементам музыкальной грамоты;
- усвоят основы партерной гимнастики;

Периодичность оценки результатов и способы определения их результативности

Оценка уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится посредством входного, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Входной контроль определяет готовность к обучению по конкретной программе и проводится в форме просмотра.

Текущий контроль выявляет степень освоения практических умений и навыков учащихся в выбранном ими виде деятельности. Текущий контроль осуществляется без фиксации результатов в форме просмотра, практического задания, самоконтроля, взаимоконтроля.

Промежуточная аттестация проводится в конце октября в начале ноября в форме открытого урока.

Итоговая аттестация проводится по завершению всего объема дополнительной общеобразовательной программы в форме выступления.

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

- высокий - программный материал усвоен обучающимися детьми 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.

Учебно-тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Из них		Формы аттестации/контроля
			теория	практика	
1	Вводное занятие.	1	1	-	Опрос
2	Постановка корпуса и основа хореографии	8	-	8	Практическое задание
3	Упражнения для осанки и мышечного корсета.	4	-	4	Практическое задание
4	Основные танцевальные ходы.	6	-	6	Практическое задание
5	Основные движения русского танца	10		10	Практическое задание
6	Диагональ: техника исполнения вращений и танцевальных трюков.	7	-	7	Практическое задание
7	Постановочная деятельность.	13	-	13	Практическое задание
8	Аттестация	1	-	1	Просмотр
9	Итоговое занятие	1	-	1	Выступление
	Итого модуль 1	51	1	50	
Модуль 2 «Совершенствование навыков»					
10	Вводное занятие	1	1		Опрос
11	Основы ехерсисе у станка.	12		12	Практическое задание
12	Основы ехерсисе на середине	7		7	Практическое задание
13	Партерный ехерсисе.	3		3	Практическое задание
14	Основы народного танца по кругу.	7		7	Практическое задание
15	Основы народного танца на середине.	10		10	Практическое задание
16	Диагональ: вращения и трюки	4		4	Практическое задание
17	Постановочная деятельность.	11		11	Практическое задание
18	Аттестация	1		1	Просмотр
19	Итоговое занятие	1		1	Выступление
	Итого модуль 2	57	1	56	
	Всего	108	2	106	

Вторник, четверг (18.00-18.45).

Суббота (13.00-13.45)

Календарный учебный график

№	Число/ Месяц	Форма занятия	Кол -во часо в	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1. Вводное занятие 1 час						
1.1	03.09	Групповая	1	Вводное занятие	Танцевальный класс	Опрос
2. Постановка корпуса, основы хореографии 8 часов						
2.1	05.09	Групповая	1	Поклон, постановка корпуса. Позиции рук и ног	Танцевальный класс	Визуальный контроль
2.2	10.09	Групповая	1	Точки класса, положение эпальман	Танцевальный класс	Визуальный контроль
2.3	12.09	Групповая	1	Упражнения для рук в классическом танце в эпальман	Танцевальный класс	Визуальный контроль
2.4	14.09	Групповая	1	Позиции рук в русском танце	Танцевальный класс	Визуальный контроль
2.5	17.09	Групповая	1	Танцевальные шаги: с носки, на полу-пальцах с работой рук	Танцевальный класс	Визуальный контроль
2.6	19.09	Групповая	1	Разновидности танцевального бега	Танцевальный класс	Визуальный контроль
2.7	21.09	Групповая	1	«Журавлиных ход», подскоки, галоп, па шассе	Танцевальный класс	Визуальный контроль
2.8	24.09	Групповая	1	Бег, па жете	Танцевальный класс	Визуальный контроль
3. Упражнения для осанки и мышечного корсета 4 ч.						
3.1	26.09	Групповая	1	Упражнения для плечевого пояса, рук	Танцевальный класс	Визуальный контроль
3.2	28.09	Групповая	1	Упражнения на гибкость позвоночника и на растяжку	Танцевальный класс	Визуальный контроль

3.3	01.10	Групповая	1	Упражнения на выворотность	Танцевальный класс	Визуальный контроль
3.4	03.10	Групповая	1	Упражнения для танцевального шага	Танцевальный класс	Визуальный контроль
4. Основные танцевальные ходы 6 часов.						
4.1	05.10	Групповая	1	Хороводный и переменный шаг	Танцевальный класс	Визуальный контроль
4.2	08.10	Групповая	1	Переменные шаги: с ударом, притопом, хлопушкой	Танцевальный класс	Визуальный контроль
4.3	10.10	Групповая	1	Припадание по VI, III позициям	Танцевальный класс	Визуальный контроль
4.4	12.10	Групповая	1	Казачий ход припаданием	Танцевальный класс	Визуальный контроль
4.5	15.10	Групповая	1	Переменный казачий шаг	Танцевальный класс	Визуальный контроль
4.6	17.10	Групповая	1	Шаг с притопом, одинарной дробью	Танцевальный класс	Визуальный контроль
5. Основные движения русского танца 10 часов						
5.1	19.10	Групповая	1	Присядка мячик по I и VI позициям	Танцевальный класс	Визуальный контроль
5.2	22.10	Групповая	1	Присядка с выносом ноги в сторону и вперёд	Танцевальный класс	Визуальный контроль
5.3	24.10	Групповая	1	«Ковырялочка» в комбинациях	Танцевальный класс	Визуальный контроль
5.4	26.10	Групповая	1	«Моталочка»	Танцевальный класс	Визуальный контроль
5.5	29.10	Групповая	1	Одинарная дробь	Танцевальный класс	Визуальный контроль
5.6	31.10	Групповая	1	Одинарная дробь с переступанием и притопами	Танцевальный класс	Визуальный контроль
5.7	02.11	Групповая	1	Подготовка к изучению двойной дроби	Танцевальный класс	Визуальный контроль
5.8	05.11	Групповая	1	«Двойная дробь» с переступанием	Танцевальный класс	Визуальный контроль
5.9	07.11	Групповая	1	«Трилистник» с правой ноги	Танцевальный класс	Визуальный контроль

5.10	09.11	Групповая	1	«Трилистник» с левой ноги	Танцевальный класс	Визуальный контроль
6. Диагональ: техника исполнения вращений и танцевальных трюков 7 часов.						
6.1	12.11	Групповая	1	Упражнения на умение держать точку	Танцевальный класс	Визуальный контроль
6.2	14.11	Групповая	1	Повороты chaine	Танцевальный класс	Визуальный контроль
6.3	16.11	Групповая	1	«Бочонок»	Танцевальный класс	Визуальный контроль
6.4	19.11	Групповая	1	Подготовительные упражнения к «Бедуинскому прыжку» в парах	Танцевальный класс	Визуальный контроль
6.5	21.11	Групповая	1	Перескоки в повороте	Танцевальный класс	Визуальный контроль
6.6	23.11	Групповая	1	«Бедуинский прыжок» в парах	Танцевальный класс	Визуальный контроль
6.7	26.11	Групповая	1	Повороты «блинчик»	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7. Постановочная деятельность 13 часов						
7.1	28.11	Групповая	1	Основные движения русского танца	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.2	30.11	Групповая	1	До-за-до и боковые переступания	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.3	03.12	Групповая	1	Дробная комбинация	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.4	05.12	Групповая	1	Ковырялочка в повороте и повороты на месте	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.5	07.12	Групповая	1	Ход по кругу, комбинация с ковырялочкой	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.6	10.12	Групповая	1	Комбинация на линии	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.7	12.12	Групповая	1	Сольная партия девочек	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.8	14.12	Групповая	1	Сольная партия мальчиков	Танцевальный класс	Визуальный контроль

7.9	17.12	Групповая	1	Повороты chaine по кругу	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.10	19.12	Групповая	1	Комбинация хлопшек	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.11	21.12	Групповая	1	Распределение сольных комбинаций	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.12	24.12	Групповая	1	Подтанцовки	Танцевальный класс	Визуальный контроль
7.13	26.12	Групповая	1	Распределение на сцене по точкам	Танцевальный класс	Визуальный контроль
8. Аттестация -1 час						
8.1	28.12	Групповая	1	Промежуточная аттестация	Танцевальный класс	Показ номеров
9. Итоговое занятие 1 час						
9.1	31.12	Групповая	1	Итоговое занятие	Православная гимназия	Концерт для родителей
Модуль 2 «Совершенствование навыков»						
Раздел 10 Вводное занятие – 1 ч.						
10.1	11.01	Групповая	1	Вводное занятие	Танцевальный класс	Опрос
Раздел 11 Основы exercise у станка – 12 ч.						
11.1	14.01	Групповая	1	Demi и grand plié лицом к станку по I, II, III позициям	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.2	16.01	Групповая	1	Grand plié боком к станку по I, II, III позициям	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.3	18.01	Групповая	1	Battement tendu по I и III позициям лицом к станку	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.4	21.01	Групповая	1	Battement tendu по I и III позициям боком к станку	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.5	23.01	Групповая	1	Battement tendu jete по I позиции лицом к станку на 4/4, 2/4 и 1/4	Танцевальный класс	Визуальный контроль

11.6	25.01	Групповая	1	Battement tendu jete по I позиции боком к станку на 4/4, 2/4 и 1/4	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.7	28.01	Групповая	1	Положение cou de pied спереди и сзади	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.8	30.01	Групповая	1	Battement frappe	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.8	01.02	Групповая	1	Техника исполнения battement developpe лицом к станку по I позиции	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.10	04.02	Групповая	1	Техника исполнения battement developpe боком по I позиции	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.11	06.02	Групповая	1	Grand battement tendu jete лицом к станку по I позиции	Танцевальный класс	Визуальный контроль
11.12	08.02	Групповая	1	Grand battement tendu jete боком к станку по III позиции	Танцевальный класс	Визуальный контроль

Раздел 12 Exercise на середине- 7 часов

12.1	11.02	Групповая	1	Положение appalment: crouase, efface, ecarte	Танцевальный класс	Визуальный контроль
12.2	13.02	Групповая	1	Позиции рук по I, II, III и подготовительной позиции в классическом танце	Танцевальный класс	Визуальный контроль
12.3	15.02	Групповая	1	Переходы по позициям	Танцевальный класс	Визуальный контроль
12.4	18.02	Групповая	1	Техника исполнения port de bras I, II, III в положении appalment	Танцевальный класс	Визуальный контроль
12.5	20.02	Групповая	1	Allegro: temps levee sette	Танцевальный класс	Визуальный контроль
12.6	22.02	Групповая	1	Повороты en dehors	Танцевальный класс	Визуальный контроль
12.7	25.02	Групповая	1	Повороты en dedans	Танцевальный класс	Визуальный контроль

Раздел 13 Партерный exercise – 3 часа

13.1	27.02	Групповая	1	Упражнения для улучшения осанки	Танцевальный класс	Визуальный контроль
13.2	01.03	Групповая	1	Упражнения на гибкость позвоночника	Танцевальный класс	Визуальный контроль
13.3	04.03	Групповая	1	Упражнения для танцевального шага	Танцевальный класс	Визуальный контроль
Раздел 14 Основы народного танца по кругу – 7 часов						
14.1	06.03	Групповая	1	Русские танцевальные ходы	Танцевальный класс	Визуальный контроль
14.2	11.03	Групповая	1	Особенности казачьего шага	Танцевальный класс	Визуальный контроль
14.3	13.03	Групповая	1	Украинский бигунец	Танцевальный класс	Визуальный контроль
14.4	15.03	Групповая	1	Ход с ударом	Танцевальный класс	Визуальный контроль
14.5	18.03	Групповая	1	Ходы с двойной дробью	Танцевальный класс	Визуальный контроль
14.6	20.03	Групповая	1	Ходы с хлопашкой	Танцевальный класс	Визуальный контроль
14.7	22.03	Групповая	1	«Припадание» и «упадание»	Танцевальный класс	Визуальный контроль
Раздел 15 Основы народного танца на середине -10 часов						
15.1	25.03	Групповая	1	Боковые переступания	Танцевальный класс	Визуальный контроль
15.2	27.03	Групповая	1	Дробные комбинации	Танцевальный класс	Визуальный контроль
15.3	29.03	Групповая	1	Комбинации из хлопашек	Танцевальный класс	Визуальный контроль
15.4	01.04	Групповая	1	Характер движения рук в русском танце	Танцевальный класс	Визуальный контроль
15.5	03.04	Групповая	1	Комбинации на месте с работой рук	Танцевальный класс	Визуальный контроль
15.6	05.04	Групповая	1	Разновидности поворотов на месте	Танцевальный класс	Визуальный контроль
15.7	08.04	Групповая	1	Обертасы-техника исполнения	Танцевальный класс	Визуальный контроль
15.8	10.04	Групповая	1	Моталочка в комбинациях	Танцевальный класс	Визуальный контроль
15.9	12.04	Групповая	1	Верёвочка в комбинации	Танцевальный класс	Визуальный контроль

15.10	15.04	Групповая	1	Па де баск в комбинации	Танцевальный класс	Визуальный контроль
Раздел 16 Диагональ: вращения и трюки – 4 часа						
16.1	17.04	Групповая	1	Повороты chaine	Танцевальный класс	Визуальный контроль
16.2	19.04	Групповая	1	Повороты с ногой до passee	Танцевальный класс	Визуальный контроль
16.3	22.04	Групповая	1	Трюк «Бочонок»	Танцевальный класс	Визуальный контроль
16.4	24.04	Групповая	1	Трюк «Бочка»	Танцевальный класс	Визуальный контроль
Раздел 17 Постановочная деятельность – 11 часов						
17.1	26.04	Групповая	1	Белорусская лексика	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.2	29.04	Групповая	1	Основной ход	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.3	03.05	Групповая	1	Основные движения девочек	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.4	06.05	Групповая	1	Основные движения мальчиков	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.5	08.05	Групповая	1	Характер работы рук	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.6	10.05	Групповая	1	Медленная часть и выход на линии	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.7	13.05	Групповая	1	Танец на линиях	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.8	15.05	Групповая	1	Ход по кругу	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.9	17.05	Групповая	1	Комбинация в парах	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.10	20.05	Групповая	1	Интервалы в танце	Танцевальный класс	Визуальный контроль
17.11	22.05	Групповая	1	Расстановка по точкам	Танцевальный класс	Визуальный контроль
Раздел 18 Аттестация – 1 час						
18.1	24.05	Групповая	1	Итоговая аттестация	Танцевальный класс	Показ номеров
Раздел 19 Итоговое занятие 1 час						
19.1	27.05	Групповая	1	Итоговое занятие	Сцена	Концерт для родителей

Воспитание.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- принятие и осознание ценностей языка, литературы, музыки, хореографии, традиций, праздников, памятников, святынь народов России;
- воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимания ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей), развитие физической активности;
- формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;
- воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим;
- воспитание уважения к танцевальной культуре народов России, мировому танцевальному искусству;
- развитие творческого самовыражения в танце, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

Формы и методы воспитания

Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействий в упражнениях в танце, в подготовке и проведении календарных праздников с участием родителей (законных представителей), выступлений в Рождественских и Пасхальных представлениях, праздничных, патриотических мероприятиях.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей среднего возраста и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы

руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в объединении, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки проведения	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	Физиологические и морально-эстетические особенности мужского и женского организма в жизни и в танце	октябрь	Просмотр выступлений профессиональных народных коллективов и беседа: различие в пластике и костюмах.	Привитие традиционных морально-эстетических ценностей
2.	Значение Рождества Христова для формирования духовно-нравственной позиции нашей страны в мире	декабрь	Беседы и просмотр видеоматериала	Развитие духовно-нравственных ориентиров в современном мире, противодействие злу
3.	Вредные привычки, их разрушающее влияние на организм и душу	февраль	Беседы с детьми и родителями	Сохранение здоровья и формирование чувства ответственности за свою жизнь и здоровье
4.	Почему Христа называют Спасителем? Духовный смысл земной жизни.	апрель	Дискуссия и беседа	Понять смысловое значение Христианской Пасхи для спасения человечества и каждого из нас.

Методы, применяемые на занятиях:

1. наглядный: непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку; показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке; использование различных приспособлений при объяснении;
2. словесный: обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

3. практический: в его основе лежит многократное повторение и отработка движений.
4. видео метод: просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.
5. анализ конкретной ситуации,
6. метод рефлексии.

Приемы, применяемые на занятиях:

- игры;
- беседы;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- открытые занятия;
- концертная деятельность;

Дидактическое обеспечение

Музыкальный материал:

- классическая музыка;
- музыка для разминки (эстрадная, народная);
- русская плясовая, казачья музыка и песни.

Наглядные пособия:

- плакаты;
- схемы;
- иллюстрации;
- DVD диски;
- презентации;
- костюмы;
- атрибутика к танцам.

Техническое оснащение:

- Музыкальный центр - 1 шт.;
- Компьютер - 1,
- Гимнастические коврики - 25,
- Гимнастические палки -20.