


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия №164»

Приложение к приказу №350
МБОУ «Гимназия №164»
От 30.08.2021г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Хореографическая студия»
на 2021-2022 учебный год**

Форма реализации программы – очная;
Год обучения – первый;
Срок реализации – 1 год;
Возраст обучающихся – 7-14 лет

СОГЛАСОВАННО:

Заместитель директора по воспитательной работе
МБОУ «Гимназия №164»
Субботина О.А. 

Составитель:
Мурашова Л.С.
Педагог дополнительного образования

г. Зеленогорск, 2021г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по хореографии разработана в соответствии с требованиями с Положением о рабочей программе МБОУ «Гимназия №164».

Данная программа имеет художественную направленность.

Содержание направлено на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учит понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

Рабочая программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца.

Рабочая программа рассчитана на детей 13- 14 лет.

В течение учебного года может иметь место корректировка рабочей программы.

Характеристика обучающихся: возрастные особенности, иные медико-психолого - педагогические характеристики

13-14 лет – подросток: обращенность внутрь (интровертность), самокритичность, чувствителен к критике, критически относится к родителям, избирателен в дружбе. Возрастные особенности учитываются в процессе обучения через индивидуальный подход к ребёнку. Наличие определенной физической и практической подготовки не требуется.

Противопоказаний по здоровью для освоения программы не имеется.

Педагогическая целесообразность и актуальность программы

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография. Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным. Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Новизна рабочей программы заключается в объединении как практических и теоретических основ изучения хореографии, так и различных направлений хореографии, а

также занятий по актерскому мастерству, что позволяет формировать физические данные детей, артистизм как взаимосвязанную целостность.

Цель и задачи программы

Цель программы:

- создание условий для формирования танцевальной культуры посредством изучения современных направлений в хореографии;
- развитие физического потенциала учащихся для выполнения танцевальных композиций в различных жанрах хореографии;
- формирование условий для разностороннего развития индивидуальных особенностей личности обучающихся посредством изучения различных направлений в хореографии

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить основным танцевальным направлениям современного танца
- обучить технике выполнения современного танца
- обучить практическому применению теоретических знаний.

Развивающие:

- способствовать развитию умственной и физической работоспособности
- сформировать приемы сценической выразительности и актёрского мастерства
- способствовать развитию интереса к миру танца.

Воспитательные:

- воспитать культуру личности обучающегося средствами хореографического искусства
- формировать танцевальную культуру подрастающего поколения; социально ориентировать учащихся, помочь их становлению в обществе; эстетическое воспитание посредством хореографии; формирование творческой личности
- воспитывать гражданскую позицию и чувство патриотизма;
- воспитывать ответственность и добросовестное отношение к начатому делу.

Этапы реализации программы

Вводный этап

Дети, поступая в творческое объединение, могут обладать какими-либо минимальными знаниями в области хореографии, но вводный этап необходим так как позволит обучающимся получить первоначальные знания о современном танце. А так же обучающиеся познакомятся с правилами поведения в танцевальном коллективе, структурой проведения занятий. Смогут выполнять разминку (комплекс тренировочные упражнения) под музыку. Смогут упражнения для развития эмоциональности и актерского мастерства, а так же овладеют специальной терминологией.

Основной этап

В дальнейшем происходит совершенствование всего комплекса профессиональных знаний и навыков, полученных за данный период обучения. Дети научатся свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей, применяя ранее изученные упражнения, в различных комбинациях, рисунках и танцах. У обучающихся начнет формироваться индивидуальный стиль, развиваться профессиональная память (запоминание специальных терминов, позиций, движений, рисунков и т.д.).

На данном этапе обучающиеся уже обладают первоначальной базой определенных знаний в области хореографии. Дети, свободно ориентируются в танцевальном зале, владеют практическими навыками постановочной деятельности. Обучающиеся могут использовать простейшую терминологию на занятиях.

Занятия на основном этапе предполагают развитие более сложных движений, комбинаций, рисунков и композиций. Обучающиеся смогут свободно различать движения и упражнения разных направлений в хореографии и технически правильно их выполнять.

Овладеют методическими знаниями и более сложной терминологией. Сформируются начальные теоретические и технические навыки использования приемов актерского мастерства и сценической выразительности на практике.

Завершающий этап

На завершающем этапе происходит совершенствование всех практических и теоретических знаний, полученных за весь период обучения. Обучающиеся овладеют профессиональными навыками постановочной и концертной деятельности. Смогут достойно переносить физические нагрузки, выполняя сложную танцевальную лексику. Овладеют приемами адаптации в современном обществе.

Информационно - методические материалы

Педагогические технологии

Технология коллективного взаимообучения

Она имеет несколько названий: «организованный диалог» или «работа в парах сменного состава».

Данная технология активно применяется в направлениях современной хореографии, как, в прочем, и в других направлениях.

1. Например, в контактной импровизации, где наличие партнера просто необходимо, потому что вся суть направления заключается в умении импровизировать, находясь в постоянном контакте с одним или несколькими партнерами.
2. На каждом этапе учебного процесса, в той или иной степени применяется технология взаимного обучения:
 - Разминка в начале занятия. Упражнения в паре на развитие силы мышц или их растяжку. Когда учащиеся помогают друг другу выполнять упражнения и следят за правильностью его выполнения.
 - При взаимодействии обучающихся, как «учитель-ученик». Учащиеся разделяются на пары, после чего им предлагается самостоятельно повторить и отработать изученный материал, при этом в паре происходит разделение ролей на учителя и ученика. В данном случае возможны различные разделения на пары сильный-сильный, слабый-слабый, сильный-слабый. Всё зависит от задач педагога. При одноуровневых участниках пар (сильный-сильный, слабый-слабый) происходит равномерное развитие их навыков и умений, так как учащиеся должны не только технически правильно выполнить движения, но и увидеть и исправить ошибки у своего партнера (развитие умения анализировать и объяснять).

Технология сотрудничества

Данная технология предполагает обучение в малых группах. Главная идея обучения в сотрудничестве — учиться вместе, а не просто помогать друг другу, осознавать свои успехи и успехи товарищей.

Для выполнения творческих заданий группа разделяется на две половины или же на определенное количество участников в подгруппах (3,4,5 чел). Каждой подгруппе дается одинаковое задание и время для его выполнения, по завершению подготовки каждая подгруппа показывает получившийся результат. В данном случае у учащихся есть возможность увидеть результат со стороны, проанализировать ошибки и удачные моменты проделанной работы, а при периодичном выполнении одного и того же задания-увидеть развитие хореографического мастерства.

Технология электронного обучения

Преимущества технологий современного электронного обучения заключаются в возможностях, которые открываются перед участниками образовательного процесса. Помимо очевидной пользы от применения видеотехнологий, сюда относится удобство использования современных мобильных гаджетов (смартфонов, нетбуков и т.п.). Например, преподаватель записывает на видеокамеру мобильного телефона репетицию танцевального номера, а затем воспроизводит ее на большой экран с помощью проектора,

внимательно изучая точность исполнения танцевальных движений и комментируя допущенные ошибки.

Не менее важное значение имеет умелое сочетание традиционных методик и инноваций в повседневной педагогической практике.

Традиционные методы работы включают построение и разучивание движений, комплексное развитие творческих способностей, изучение классических произведений

Инновационные методы работы педагога подразумевают использование цифровой техники, видеоматериалов, интернета и т.п.

Ключевые преимущества технологий электронного обучения в хореографии:

1. Создание условий для самостоятельного, дополнительного и смешанного образования;
2. Возможность быстро создавать и распространять обучающие материалы;
3. Танцевальное искусство распространяется в широкие массы.

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Форма проведения занятий – групповые и индивидуальные занятия. Во время приема и формирования групп проводится первичная диагностика способностей ребенка (знаний, умений, навыков).

Режим занятий: Режим занятий: 2 раза в неделю групповые занятия и 2 раза в неделю индивидуальные. Во время занятий предусмотрены 15 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха. Длительность занятия составляет 45 минут. Каждое занятие включает:

- организационную часть,
- разминку,
- экзерсис у станка,
- ритмические упражнения,
- партерный экзерсис,
- подведение итогов занятия,
- проветривание помещения.

На теоретических занятиях даются основные знания, раскрываются теоретические обоснования наиболее важных тем, используются данные исторического наследия и передового опыта в области хореографического искусства и жизни в целом.

На практических занятиях изложение теоретических положений сопровождаются практическим показом самим преподавателем, даются основные базовые движения хореографии. Во время занятий происходит доброжелательная коррекция. Педагог добивается того, чтобы все участники пытались максимально точно выполнить задание.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты освоения программы обучения:

- Названия основных танцевальных движений и элементов
- Правила гигиены тела, тренировочной одежды

Уметь:

- Двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- Реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, знать и уметь исполнять базовые движения Hip-Hop;
- Двигаться по кругу, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;
- Выполнять элементы верхнего брейк-данс;

Личностные результаты освоения программы обучения

Результаты развития обучающихся:

- Укрепление и развитие мышечного аппарата;
- Чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку, выразительность движений;
- Музыкально-ритмические навыки;
- координация движений, пластичность;
- Умение ориентироваться в пространстве (в хореографическом зале);
- Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок.

Результаты воспитания обучающихся:

- общение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;
- эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов (всего)	Из них (количество часов)	
			Теоретические занятия	Практические занятия
1	Вводное занятие	2	2	
2	Различные танцевальные направления	2	1	1
3	Мягкие колени в Нір-Нор	6		6
4	Контракшн в Нір-Нор	8		8
5	Фиксация в Нір-Нор	4		4
6	Кач в Нір-Нор	4		4
7	Базовые движения в Нір-Нор	16		16
8	Синкопированный счет в Нір-Нор	4		4
9	Составление танцевальных вариаций	8		8
10	Техника пластики и расслабления в Нір-Нор	4		4

11	Мягкие волны и четкие фиксации в Нip-Нор	5		5
12	Обыгрывание слов, ритмов, переходов музыки и пауз.	4		4
13	Работа корпуса и коленей	4		4
14	Самостоятельное составление танцевальных вариаций	5		5
15	Изоляция	5		5
16	Составление танцевальных вариаций	11		11
17	Вращения, зависания и выпрыгивания.	6		6
18	Сценический вариант верхнего брейк -данса	3		3
19	Активная работа верхнего плечевого пояса и бедер	5		5
20	Работа над постановочным номером	11		11
21	Изучение танцевальных связок	11		11
22	Работа над постановочным номером	8		8
Итого	136	136	3	133

Содержание учебного (тематического) плана

Тема 1. Вводное занятие. Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

Тема 2. Различные танцевальные направления. Знакомство детей с различными танцевальными направлениями. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия.

Тема 3. Мягкие колени в Нip-Нор. Выполнение комплекса упражнений на правильную ,мягкую, работу коленей.

Тема 4. Контракшн в Нip-Нор. Выполнение упражнений на развитие гибкости и пластики.

Тема 5. Фиксация в Нip-Нор . Правильное работа мышц во время фиксации.

Тема 6. Кач в Нip-Нор . Работа корпуса, коленей и бедер.

Тема 7. Базовые движения в Нip-Нор . Изучение базовых степов. Составление танцевальных вариаций.

Тема 8. Синкопированный счет в Нip-Нор. Передача ритма музыки. Ускорение счета.

Теме 9. Составление танцевальных вариаций. Изучение танцевальных связок и комбинаций в стиле Нip-Нор/

Тема 10. Техника пластики и расслабления в Нip-Нор. Выполнение комплекса упражнений на развитие пластики . Работа мышц при расслаблении.

Тема 11. Мягкие волны и четкие фиксации в Нip-Нор. Изучение танцевального направления Waving.

Тема 12. Обыгрывание слов, ритмов, переходов музыки и пауз. Упражнения актерского мастерства. Изучение музыкальной азбуки.

Тема 13. Работа корпуса и коленей. Техника исполнения вариаций с проработкой спины и коленей.

Тема 14. Самостоятельное составление танцевальных вариаций. Составление вариации из базовых степов Нip-Нор.

Тема 15. Изоляция. Развитие умений выполнять танцевальное движение только одной частью тела, не включая при этом другие части тела..

Тема 16. Составление танцевальных вариаций. Составление и отработка танцевальных вариаций.

Тема 17. Вращения, зависания и выпрыгивания. Изучение техники вращения, а так же зависания и выпрыгивания. Их соединения.

Тема 18. Сценический вариант верхнего брейк –данса. Изучения базовых движений верхнего Брейк-Данс

Тема 19. Активная работа верхнего плечевого пояса и бедер. Выполнение комплекса упражнений на развитие верхнего плечевого пояса и бедер.

Тема 20. Работа над постановочным номером.

Тема 21. Изучение танцевальных связок. Различные вариации базовых степов Hip-Hop.

Тема 22. Работа над постановочным номером.

Формы контроля и оценочные материалы

С момента поступления ребенка в объединение проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования хореографических способностей, определение задач индивидуального развития:

- Первичная диагностика
- Промежуточная аттестация
- Итоговая аттестация

Вводный контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года для определения уровня подготовки обучающихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.

Текущий контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений осуществляется на каждом занятии: беседа, опрос, наблюдение педагога за практической деятельностью, просмотры и контрольные упражнения, взаимооценка, оценка педагогом, выполненной учащимся работы.

Уровень умений и навыков воспитанников проверяется по результатам практической деятельности в соответствии со степенью их усвоения. Важным видом текущего контроля является контроль техники исполнения движений, который производит педагог совместно с воспитанником в процессе занятий.

Промежуточный контроль (промежуточная аттестация) проводится один раз в год (декабрь) в форме школьного танцевального конкурса.

Итоговый контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений воспитанников осуществляется в конце каждой темы. Итоговая аттестация проходит в виде итогового занятия с использованием устного опроса с целью выяснения усвоенных теоретических понятий и выполнением разученных комплексов гимнастических упражнений.

Формы итоговой аттестации – открытое занятие, участие в концертной программе, конкурсах.

Формы выявления полученных знаний: собеседование, практические задания, творческие задания, открытые занятия, концерты, участие в конкурсах и фестивалях различного уровня, мероприятиях, посвященных знаменательным и памятным датам.

Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы

Дистанционные образовательные технологии реализуются с применением информационно-телекоммуникационных сетей.

При организации обучения используются электронные образовательные ресурсы (образовательная платформа, социальная сеть, мессенджеры и т.д.).

Учащимся предлагаются формы работы и виды деятельности, с которыми они смогут справиться самостоятельно, формат заданий может быть в виде творческих и проектных работ, коллективных работ с дистанционным взаимодействием.

Для эффективного проведения занятия, систематизации материала, построения логической последовательности изложения информации готовятся необходимые материалы, видеолекции, задания, презентации, онлайн-семинары, мастер-классы и др.

Для изучения нового материала используются тексты, художественные и научные фильмы, видеоматериалы образовательных платформ, сервисы для проведения видеоуроков, online-занятия, online-консультации и др.

Для закрепления и обобщения изученного материала привлекаются образовательные ресурсы, обладающие функцией автоматической проверки заданий и позволяющие педагогам осуществить быструю обратную связь с обучающимися и их родителями («ЯКласс», Google Classroom и др.), проанализировать возникающие трудности и скорректировать образовательный маршрут.

Для контроля и оценки результатов обучения осуществлен отбор/изменение форм контроля освоения программы обучающимися и разработаны для каждого учебного занятия контрольные задания, тестовые материалы с учетом учебно-методического комплекса программы.

Образовательный процесс организован в соответствии с расписанием, утвержденным приказом директора.

Календарный учебный график

Организация образовательного процесса по программе, предполагает один учебный год, продолжительностью 34 недели. Начало учебного года -1 сентября, окончание -31 мая. Общее количество учебного времени по программе составляет 68 часов групповых занятий и 68 часов индивидуальных занятий.

Календарно-тематический план

№	Тема	Дата проведения	Фактическая дата проведения
1-2	Вводное занятие	1.09.20 2.09.20(инд.)	
3-4	Различные танцевальные направления	7.09.20 7.09.20(инд.)	
5-10	Мягкие колени в Hip-Hop	8.09.20 9.09.20(инд.) 14.09.20	

		14.09.20(инд.) 15.09.20 16.09.20(инд.)	
11-18	Контракшн в Нір-Нор	21.09.20 21.09.20(инд.) 22.09.20 23.09.20(инд.) 28.09.20 28.09.20(инд.) 29.09.20 30.09.20(инд.)	
19-22	Фиксация в Нір-Нор	5.10.20 5.10.20(инд.) 6.10.20 7.10.20(инд.)	
23-26	Кач в Нір-Нор	12.10.20 12.10.20(инд.) 13.10.20 14.10.20(инд.)	
27-42	Базовые движения в Нір-Нор	19.10.20 19.10.20(инд.) 20.10.20 21.10.20(инд.) 26.10.20 26.10.20(инд.) 27.10.20 28.10.20(инд.) 2.11.20 2.11.20(инд.) 3.11.20 9.11.20 9.11.20(инд.) 10.11.20 11.11.20(инд.) 16.11.20	

43-46	Синкопированный счет в Нір-Нор	16.11.20(инд.) 17.11.20 18.11.20(инд.) 23.11.20	
47-54	Составление танцевальных вариаций	23.11.20(инд.) 24.11.20 25.11.20(инд.) 30.11.20 30.11.20(инд.) 1.12.20 2.12.20(инд.) 7.12.20	
55-58	Техника пластики и расслабления в Нір-Нор	7.12.20(инд.) 8.12.20 9.12.20(инд.) 14.12.20	
59-63	Мягкие волны и четкие фиксации в Нір-Нор.	15.12.20 16.12.20(инд.) 21.12.20 21.12.20(инд.) 22.12.20	
64-67	Обыгрывание слов, ритмов, переходов музыки и пауз.	23.12.20(инд.) 28.12.20 28.12.20(инд.) 29.12.20	
68-71	Работа корпуса и коленей.	11.01.21 11.01.21(инд.) 12.01.21 13.01.21(инд.)	
72-76	Самостоятельное составление танцевальных вариаций.	18.01.21 18.01.21(инд.) 19.01.21 20.01.21(инд.) 25.01.21	

77-81	Изоляция.	25.01.21(инд.) 26.01.21 27.01.21(инд.) 1.02.21 1.02.21(инд.)	
82-92	Составление танцевальных комбинаций	2.02.21 3.02.21(инд.) 8.02.21 8.02.21(инд.) 9.02.21 10.02.21(инд.) 15.02.21 15.02.21(инд.) 16.02.21 17.02.21(инд.) 22.02.21	
93-98	Вращения, зависания и выпрыгивания	22.02.21(инд.) 24.02.21(инд.) 1.03.21 1.03.21(инд.) 2.03.21 3.03.21(инд.)	
99-101	Сценический вариант верхнего брейк –данса.	9.03.21 10.03.21(инд.) 15.03.21	
102-106	Активная работа верхнего плечевого пояса и бедер.	15.03.21(инд.) 16.03.21 17.03.21(инд.) 22.03.21 22.03.21(инд.)	
107-117	Работа над постановочным номером	23.03.21 24.03.21(инд.) 5.04.21 5.04.21(инд.) 6.04.21	

		7.04.21(инд.) 12.04.21 12.04.21(инд.) 13.04.21 14.04.21(инд.) 19.04.21	
118-128	Изучение танцевальных связок	19.04.21(инд.) 20.04.21 21.04.21(инд.) 26.04.21 26.04.21(инд.) 27.04.21 28.04.21(инд.) 3.05.21 3.05.21(инд.) 4.05.21 5.05.21(инд.)	
129-136	Работа над постановочным номером.	11.05.21 12.05.21(инд.) 17.05.21 17.05.21(инд.) 18.05.21 19.05.21(инд.) 24.05.21 24.05.21(инд.)	

Методическое обеспечение программы

Для реализации данной программы имеются методические, наглядные, дидактические пособия, раздаточные материалы.

Методические материалы включают в себя:

- литература по ритмике, пластике, танцу;
- словари терминов;
- описание техники безопасности.

Дидактические материалы:

- иллюстрации;

- фотографии;
- видео – аудиозаписи;
- фонограммы, CD, DVD диски.

Материально-техническое обеспечение программы

- Хореографический класс с зеркальным оформлением стен.
- CD – диски.
- Аппаратура для озвучивания занятий: музыкальный центр.
- Коврики.

Список используемой литературы

- Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
- Ерохина О.В Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на – Дону «Феникс» 2003г.
- Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
- Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.

Список литературы для учащихся и родителей

- Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г. Интернет-ресурсы
- «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы)