

Структурное подразделение дополнительного образования детей
Центр детского творчества государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения Самарской области средней
общеобразовательной школы пос. Кинельский муниципального района
Кинельский Самарской области

УТВЕРЖДАЮ
Начальник СП ДОД ЦДТ
_____ Петрухина О.А.
« ____ » _____ 2020 г.
Программа принята на основании
решения методического совета
протокол № _____
от « ____ » _____ 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа
по хореографии «Родничок»**

Направленность – художественная
Возраст обучающихся - 7-8 лет
Срок образования – 1 год

Разработчик:
Филиппова Марина Александровна,
педагог дополнительного образования

2020 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Родничок» относится к программам **художественной направленности**.

Данная программа направлена на удовлетворение творческих и образовательных потребностей обучающихся для их духовного, интеллектуального развития, посредством приобщения их к миру танца.

Программа знакомит с основами азбуки народного и классического танцев. Используя разнообразные и доступные движения этих видов танца, можно создать танцевальный репертуар, с которым коллектив будет выступать на конкурсных мероприятиях разного уровня.

Актуальность программы.

В формировании эстетической и художественной культуры личности хореографическое искусство является важнейшим аспектом эстетического воспитания. Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, иными словами - мир искусства.

В наш век дети осваивают большое количество информации, вследствие этого ведут малоподвижный образ жизни. Занятия по хореографии помогают решить проблему физического здоровья детей, так как способствуют их физическому развитию. В результате регулярных занятий создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, плоскостопие, организм ребёнка с годами укрепляется.

Программа «Родничок» рассчитана на 1 год обучения. Возраст детей, участвующих в её реализации, - 7-8 лет.

По уровню содержания образования программа «Родничок» является **ознакомительной**.

В основу данной программы положены следующие **нормативные документы**, регламентирующие деятельность ОУ в сфере дополнительного образования:

- 1 Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-Р)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"»
- Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ)

Цель программы: создать условия для самореализации творческих способностей личности каждого ребёнка путём приобщения детей к искусству хореографии, развития у них художественного вкуса, навыков исполнительского мастерства.

Задачи:

- научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения,
- научить основам классического и народного танца и музыкальной грамоте;
- научить детей различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является **модульной**. Программа состоит из 4 модулей: «Хореографическая азбука», «Музыка и танец», «Танцевальные композиции», «Импровизации и композиции танца».

Учебный план программы по модулям

№	Модули программы	Количество часов
1.	Хореографическая азбука	56
2.	Музыка и танец	11
3.	Танцевальные композиции:	
	- классический танец;	8
	- народный танец;	8
4.	Импровизации и композиции танца	18
	ИТОГО:	108

Содержание программы

Введение

Представление о хореографии, её многообразии.

Цель и задачи курса. Систематичность занятий, дисциплинированность на уроке. Значение специальной одежды для занятий танцем. Развитие музыкальности, координации и свободы движения ловкости, выносливости и физической силы.

Модуль 1. «Хореографическая азбука» - 56 часов

Цель – способствовать развитию у детей отдельных групп мышц и подвижных суставов.

Задачи:

- освоение обучающимися комплекса упражнений, способствующих разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечных реакций.

Тема: Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Развитие опорно-двигательного аппарата. Упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, рук, корпуса, ног. Подбор упражнений, способствующих разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечных реакций. Ритмическая основа упражнений должна соответствовать музыкальному материалу.

Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:

- наклоны головы вперед, назад и в стороны;
- повороты головы вправо, влево;
- круговые движения головой по полукругу и по целому кругу;
- вытягивание шеи вперед и в стороны;
- подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно;
- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно.

Упражнения для рук:

- подъем и опускание вверх-вниз,
- разведение в стороны;
- сгибание рук в локтях;
- круговые движения «мельница»;
- круговые махи одной рукой и двумя вместе;
- отведение согнутых в локтях рук в стороны.

Упражнения для кистей рук:

- сгибание кистей вниз, вверх;
- отведение вправо, влево;
- вращение кистей наружу, внутрь,

Упражнения для корпуса:

- наклоны вперед, в сторону;
- перегибы назад;
- повороты корпуса «пилка»;

- круговые движения в поясе;
- смещение корпуса от талии в стороны;
- расслабление и напряжение мышц корпуса (ронять корпус)

Упражнение для ног:

- полуприседания;
- подъем на полупальцы;
- подъем согнутой в колене ноги;
- разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед в сторону;
- то же с приседанием;
- отведение ноги, выпады вперед и в стороны;
- разворот согнутой в колене ноги.

Упражнение для ступней ног:

- отведение стопы наружу в суставе, внутрь;
- круговые движения ногой.

Прыжки:

- на обеих ногах;
- на одной (по два, четыре, восемь на каждой);
- прыжок с просветом (из 6 позиции на 2 позицию и обратно);
- перескоки с одной ноги на другую с отведением работающей ноги на носок или пятку вперед и в стороны;
- подскоки;
- легкий бег.

Фигурная маршировка.

Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодий.

Виды рисунков:

- круг;
- змейка;
- цепочка;

- квадрат,
- колонна;
- шеренга;
- диагональ;
- зигзаг.

Виды фигур:

- круг в круге;
- «звездочка»;
- «воротца»;
- сужение и расширение круга.

Виды шагов и ходов:

- танцевальный ход с носка;
- шаг с пятки;
- приставочный шаг;
- шаг на полуприседаниях;
- маршевый шаг;
- галоп;
- легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;
- бег лошадки;

Модуль 2. Музыка и танец 11 часов

Цель – формирование у обучающихся знаний о взаимосвязи танцевального движения и музыки.

Задачи:

- изучить основные понятия танцевальных движений: темп, ритм, динамичность;

Тема: Связь музыки и движения.

Взаимосвязь танцевального движения с музыкой. Понятие о строении музыкальной и танцевальной речи (мотив, фраза, предложение).

Закономерность мелодии и танцевального движения. Понятие о музыкальном выступлении и исходном положении танцующего. Начало исполнения движения после музыкального вступления. Отражение в движениях построения

музыкального произведения. Понятие о трех музыкальных жанрах: марш-танец-песня. Знакомство с двухчастным и трехчастным построением музыкального произведения.

Тема : Темп музыкального произведения в танцевальных движениях
Понятие о музыкальных темпах. Классификация музыкальных темпов: медленный, быстрый, умеренный изучается последним. Выполнение движений в различных темпах переход из одного в другой, ускорение и замедление заданного темпа, сохранение заданного темпа после прекращения звучания музыки.

Использование образных упражнения «Листопад», «Снегопад» и др.

Музыкальные игры «Регулировщик движения», «Ищи свой цвет», «Бездомная птичка» и др.

Тема : Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.

Понятие о динамике (*forte*, *piano*) музыкального произведения. Знакомство с динамическими контрастами в связи со смысловым содержанием музыкального произведения. Определение на слух динамических оттенков музыки.

Выполнение движений с различной амплитудой и силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков.

Использование образных упражнений «Ветер и ветерок», «Волны большие и маленькие», «Лес шумит» и др.

Музыкальные игры «Пасть акулы», «Медведь и мыши», «на болоте» и др.

Понятие о характере музыки (радостная, печальная, торжественная). Ладовая окраска музыкального произведения (мажор, минор).

Использование образных упражнений «Дождь и солнце», «Арлекин и Пьеро», «Несмеяна и Емеля»

Этюды – импровизации на самостоятельное создание различных образов, развивающие творческую активность учащихся.

Тема : Метроритм, специальные упражнения.

Понятие о метре, ритме, ритмическом рисунке. Воспроизведение разнообразных ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши, притопов

ног, позднее в сочетании с простыми танцевальными движениями.

Понятие сильных и слабых долей. Знакомство с музыкальными размерами $2/4$, $3/4$, $4/4$.

Упражнение на акцентирование «сильной» первой доли такта ударом мяча, притопом ноги, хлопком в ладоши, прыжком, передачей куклы, взмахом платка и т.д. На слабые доли исполнение движений менее сильных.

Понятие о длительностях (целые, половинные, четвертные, восьмые).

Воспроизведение длительностей нот движениями:

- целая нота - полное приседание, круговое движение в поясе и др.;
- половинная нота - полуприседание, круговое движение головой по полукругу и др.;
- четвертная нота - шаг, подскок, прыжок и др.;
- восьмая нота - различные виды беговых шагов и т.д.

Модуль 3. «Танцевальные композиции»

Цель – создание условий для освоения обучающимися определённых жанровых направлений хореографии;

Задачи:

- овладение детьми основных приёмов классического танца;***
- овладение детьми основных приёмов народного танца;***

1.Элементы классического танца- 8 часов

Изучаются на середине зала при неполной выворотности ног. Постановка корпуса, ног, рук, головы:

- позиции ног: 1, 2, 3;
- постановка стоп;
- позиции рук: подготовительное положение, постановка кисти, 1, 3, 2 (изучаются последней, как наиболее трудная), музыкальный размер: $4/4$ -1 такт, $3/4$ - 4 такта;
- battement tendu 1 и 3 позициях, все направления, музыкальный размер: $4/4$ - 2 такта;
- demi-plié в 1 и 3 позициях, музыкальный размер: $4/4$ – 2 такта;
- battement tendu et demi-plié в 1 и 3 позициях, музыкальный размер: $4/4$ – 2

такта, (1 такт на каждое движение);

- постановка корпуса, ног у станка (лицом к станку) в полувыворотных позициях;
- preparation для руки у станка (держась одной рукой за станок);
- наклон корпуса вперед, в сторону;
- трамплинные прыжки;
- понятие en face.

2.Элементы народного танца - 8 часов

- положение рук на поясе;
- положения рук в паре (в русском, белорусском танце);
- шаг с приставкой;
- шаг с подскоком;
- притоп одинарный, тройной;
- галоп;
- подскок;
- «ковырялочка»;
- гармошка;
- полуприсядка с выносом ноги вперед и в сторону;
- присядка «мячик»;
- хлопки в ладоши;
- полька;
- простейшие хлопушки;
- вращение по точкам класса на месте.

Модуль 4. Импровизации и композиции танца - 18 часов

Тема: Парные композиции.

Знакомство с основными правилами поведения в парном танце:

- приглашение на танец;
- постановка исполнителей в паре: положение корпуса (лицом друг к другу, лицом по линии танца, лицом по линии танца, лицом против линии танца, в повороте парой и др).
- положения рук: взявшись за одну руку, за две руки,

«крест-накрест», воротца «под руки» и др;

- ведущая роль партнера.

Воспитанию уважительного отношения партнёров друг к другу. Развитие навыков исполнения парного танца.

Изучение образных танцев: «Весёлая прогулка», «Мяу», «Дождя не боимся», «Пингвины», «Улыбка», «Топотки», «Осы», «Лебёдушка», «Торжественный танец» и др., (по выбору преподавателя).

Изучение классических бальных танцев:

Полька: «Ладочки», «Забава», «Школьная», «Вертушка», «Встреча», «Непоседы», «Круговая», «Минутка» и др.

Вальс: «Качели», «Школьный», «Фигурный», «Бабочка» и др.

Марш: «Авангард», «Весёлый марш», «Детский марш» и др. (по выбору преподавателя).

Изучение танцев в современных ритмах: «Модный рок», «Стаккато», «Самбэрино»

Диско-танцы: «Паравозик», «Чирики», «Ёжики», «Буратино», «Стирка», «Кенгуру», «Ква-ква», «Элефант», «Мим», «Чарли», «Комарики», «Эврика», «Манго», «Тутси» и др. (по выбору преподавателя).

Тема: Массовые композиции.

Освоение композиционного пространства. Навыки коллективного исполнительства. Обогащение исполнительской выразительности. Понятие об ансамбле, как о согласованном действии исполнителей.

Изучение массовых композиций: «Вальс шаров», «Марш друзей», «Валенки», «Цирковые лошадки», «Пингвины», «Волшебный цветок», «Танец цыплят», «Летка-енка», «Ах, вы, сени», полька «Шепотки», «Метелица», «Мячики», «Ручеёк». «Русское поурри» и др. (по выбору преподавателя).

Ожидаемые результаты образовательного процесса.

1 модуль:

- иметь представление о двигательных функциях отдельных частей тела (голова, плеч, рук, корпуса, ног);

- иметь порвоначальные навыки движенческой координации, хореографической памяти;
- знать простейшие построения (фигуры и рисунки танца), уметь самостоятельно размещаться в танцевальном зале;
- знать позиции ног (полувыворотные), позиции рук;
- владеть различными танцевальными шагами.

2 модуль:

- иметь представление о темпах и динамике музыкальных произведений, уметь их определять и отражать в движениях;
- знать понятия: вступление, начало и конец предложения, уметь своевременно начинать движение по окончании вступления;
- знать понятия: «сильной» и «слабой» доли в такте и уметь выделить их соответствующими движениями;
- знать понятие метра и ритма;
- иметь навыки воспроизведения простейших ритмических рисунков с помощью хлопков в ладони и притопов ног.

3 модуль:

- иметь представление о танцевальной композиции, выразительности исполнения разнообразных танцев;
- иметь ориентироваться на площадке танцевального зала;
- иметь навыки исполнения движений в различных ракурсах и рисунках танца;
- иметь навыки исполнения танцевальных комбинаций и композиций;
- иметь навыки коллективного исполнительства.

Методы и формы организации образовательной деятельности

Для успешной реализации данной программы используются современные методы и формы проведения занятий, которые помогают сформировать у обучающихся устойчивый интерес к хореографии:

1. **Словесные методы:** рассказ, беседа, объяснение, метод примера;
2. **Наглядные методы:** просмотр фотографий, видеофильмов;

3. **Практические методы:** выполнение движений при изучении танца;

4. **Методы контроля:** теоретические и практические зачеты, практические знания;

5. **Методы создания положительной мотивации** обучаемых:

- *Эмоциональные:* создание ситуации успеха, поощрение и порицание;

- *Волевые:* предъявление образовательных требований, формирование ответственного отношения к получению знаний; информирование о прогнозируемых результатах образования.

- *Социальные:* развитие у ребёнка желания быть полезным в коллективе; создание ситуации взаимопомощи и заинтересованности в результатах коллективной работы.

Основной формой учебной работы является занятие. Во время проведения занятия возможна индивидуальная форма работы педагога с обучающимися.

Формы и методы организации учебно-воспитательного процесса.

Специфика обучения хореографии такова, что чаще всего на занятиях используются формы *коллективной, групповой и индивидуальной* деятельности учащихся.

Наряду с традиционными формами организации учебной деятельности, такими, как занятие по типу школьного, программой предусмотрены и нетрадиционные:

- интегрированные занятия, основанные на межпредметных связях (музыка, литература, хореография);

- беседы;

- обсуждение сольных выступлений обучающихся;

Материально – техническое обеспечение программы

Описанная модель обучения в объединении «Родничок» требует для реализации своей образовательной программы наличия соответствующей материально технической и производственной базы:

- учебные кабинеты комбинированного типа для проведения теоретических и практических двигательных занятий;
- наличие в кабинетах мягких покрытий пола для занятий релаксацией и

отработки специальных комплексов упражнений;

- концертный зал с соответствующим световым и техническим оснащением, системой усиления звука, радиоаппаратурой;
- специально систематизированная фонотека инструментальной музыки (для занятий сценической пластикой, основами музыкальности и танца);
- спортивная форма для занятий пластикой и танцем;
- удобная закрытая обувь.

Психолого - педагогическая диагностика

Вводный контроль

- тестирование на выявление уровня мотивации к творчеству
- (диагностика «Портрет» по Савенкову А.И.)
- собеседование.

Промежуточный контроль:

- тестовый контроль, представляющий собой проверку уровня усвоения теоритических знаний с использованием заданий по темам изучаемого курса;
- фронтальная индивидуальная беседа;
- выполнение дифференцированных практических заданий различных уровней сложности;
- промежуточный контроль предусматривает участие в конкурсах и выставках разного уровня: внутри поселения, районных, окружных, областных, международных.

Итоговый контроль:

- Проводится по сумме показателей за все время обучения в объединении.
- Ключевым элементом контроля служит оценка итогового коллективного проекта в конце всего курса программы, который состоит из планирования общей темы.

Психолого-педагогическая диагностика осуществляется по следующим параметрам:

Диагностируемые параметры	Формы отслеживания
Знания, умения, навыки	Опросы, выставки, итоговое занятие с оценкой
самооценка	Тест Савенкова А.И. «Портрет» диагностика одаренности
Творческое воображение	Тест Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского/ Отдел образовательных информационных технологий. Режим прямого доступа - http://cito-web.yyspu.org/link1/lab/met27/node35.html
Психологический климат	Тест онлайн- Лушникова Л.Н. http://onlinetestpad.com/ru-ru/TestView/
Удовлетворенность занятиями	Анкетирование, опрос

Данные методики выбраны совместно с психологом. Они позволяют отслеживать степень усвоения программы и уровень личностного роста учащихся. Регулярность исследований - 2 раза в год.

Список литературы:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. (Внимание: дети). - М.: Ральф, 2000.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Л.: Искусство, 1983.
3. Васильева Т. Балетная осанка. Методическое пособие. - М.: Высшая школа изящных искусств.
4. Пинаева Е. Новые детские диско-танцы. Учебно-методическое пособие. - М.: ПБОЮЛ Монастырская М.В., 2003.
5. Пинаева Е. Образные танцы для детей Учебно-методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
6. Пинаева Е. Польки, вальсы, марши для детей. Учебно-методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
7. Пинаева Е. Танцы современных ритмов для детей. Учебно-методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
8. Пинаева Е. Массовые композиции для детей. Учебно-методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
9. Играют дети Заполярья. – Мурманск, 2006.
10. Играют дети Заполярья. Саамские игры. – Мурманск, 2006.
11. С.В. Конкевич. Музыкальные праздники. – СПб., 2005.
12. О.И. Крупенчук. Ладушки. Пальчиковые игры для детей. – СПб., 2006.
13. Методический материал из опыта работы хореографической студии ГЦК «Север», г. Полярный. – Мурманск, 2002.
14. Каннингхем М. Маски современно культуры. -М.,2/2002.
15. Львова Ю.Л. творческая лаборатория учителя.-М.,1992.
16. Никитин В.ю. Инновационный подход к профессиональному обучения балетмейстеров современно танца.Монография.-М.:МГУКИ,2006.
17. Новицкая Л.П. Уроки вдохновения.-М.,1984.

18. Шкурко Т.А. Танцевально=экспрессивный тренинг.СПб.,2003.
19. Щуркова Н.Е. практикум по педагогической технологии.- М.,1998.
20. Михайлова О.А. Методические рекомендации по составлению дополнительной образовательной программы.- Самара : СДДЮТ,2008.