Министерство образования и науки Самарской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №9 «Центр образования»
городского округа Октябрьск Самарской области
Структурное подразделение, реализующее дополнительные общеобразовательные программы «Центр внешкольной работы»

СОГЛАСОВАНО
Руководитель СП «ЦВР»
ГБОУ СОШ №9 г.о. Октябрьск
_____Мельдер А.А.
«30» июня 2022г.

Утверждено:
Директор ГБОУ СОШ №9 г.о. Октябрьск
_____Белешина Л.Г.
приказ №321 от «30» июня 2022г.

Программа принята на основании
решения методического совета
протокол № 1 от «30» июня 2022г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Ансамбль Серпантин «Танцевальная мозаика»

Художественная направленность
Возраст детей 10-14 лет
Срок обучения – 1 год

Разработчик:
Зуйкова М.В. педагог
дополнительного образования

2022г.

Краткая аннотация:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ансамбль Серпантин-танцевальная мозаика» имеет **художественную направленность**. Данная программа является **модифицированной.** Программа направлена на приобщение детей к миру танца.
По программе «Ансамбль Серпантин-танцевальная мозаика» могут заниматься дети от 10 до 14 лет. В рамках программы происходит разучивание и исполнение детских массовых ,эстрадных и народных танцев, участие коллектива и отдельных солистов в хореографических конкурсах различного уровня, участие в концертных программах, фестивалях, постановка музыкально-хореографических композиций. Ведущими формами организации образовательного процесса являются практическое и репетиционное занятие. Используются такие формы как: мастер-класс, беседа, коллективное посещение концертов, спектаклей, массовых мероприятий.

Программа составлена на основе нормативных документов:

- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»

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

- 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)

Пояснительная записка:

Предполагаемая общеобразовательная 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.

. Данная программа выполняют обучающую, развивающую, эстетическую, диагностическую функции. Изучаются стартовые возможности и динамика развития ребёнка в образовательно-воспитательном процессе.

Программа рассчитана на детей 10-14 лет.

Данная программа направлена на совершенствование личности ребенка, развитие у него разнообразных способностей, умений, построенных на принципе интеграции различных по содержанию видов деятельности.

1.Актуальность программы:

Актуальность программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников. В образовательных учреждениях города всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-

массовое мероприятие без этого не обходится. Без хореографических композиций концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое). Также обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям; укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

2.Новизна программы:

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной и состоит из 4 модулей:

1 модуль: «Азбука хореографии»

2 модуль: «Народный танец»

3 модуль: «Партерная гимнастика и ритмика»

4 модуль: Сценическая практика.

Программа направлена не только на формирование умений и навыков в искусстве хореографии, но и развитие творческого аспекта личности ребенка и формирование его активной жизненной позиции. Программа **ансамбль «Серпантин-танцевальная мозаика»** ориентирована на работу с детьми младшего и среднего школьного возраста и направлена на духовно-нравственное и гражданско-патриотическое воспитание, приобщение их к здоровому образу жизни, на самоопределение и профессиональную ориентацию. Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года.

3. Направленность дополнительной образовательной программы:

Дополнительная общеобразовательная программа Ансамбль «Серпантин- танцевальная мозаика» имеет художественную направленность, направлена на развитие художественного вкуса, художественных способностей и склонностей обучающихся к хореографическому искусству.

Программа направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить обучающихся воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Творческая деятельность обучающихся в структуре танца позволяет формировать качество личности, которые оптимально развиваются в танце.

Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально – нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Предполагаемая общеобразовательная 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.

Конвергентность программы заключается в гармоничном сочетании физкультурно-оздоровительной, творческо-познавательной и духовно-нравственной деятельности обучающихся посредством приобщения учащихся к получению новых знаний, приобретению навыков и жизненного опыта.

Отличительной особенностью программы от уже существующих в области хореографии, заключается в том, что во время занятий при получении знаний и навыков, используются техники актуальных направлений искусства. Построенный таким образом воспитательно-образовательный процесс, способствует приобщению обучающихся к активной познавательной и творческой работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения. Программа Ансамбль «Серпантин- танцевальная мозаика» соответствует специфике дополнительного образования детей и способствует приобретению знаний в области хореографического искусства, исполнительских навыков классической, народной и эстрадной хореографии.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность программы состоит в максимальном приобретении обучающимися разносторонних хореографических знаний, умений и навыков как в процессе обучения универсальным способам деятельности, так и в процессе создания и реализации творческого продукта. Содержание программы предлагает обучающемуся проявить свою индивидуальность, свой талант, постигая язык хореографического искусства. Ребенок становится более раскрепощенным, у него появляется возможность легче найти контакт не только в коллективе, но и с окружающими людьми, он становится эмоционально отзывчивее и начинает тоньше и глубже чувствовать и познавать окружающий мир. Не замыкаясь в рамках урочного занятия, творчество детей проявляется на концертных выступлениях, а также различных фестивалях и конкурсах, стимулируя тем самым обучающихся к танцевальному искусству.

Цель программы: создание условий для формирования творческой личности посредством обучения детей языку танца и приобщения к миру танцевального искусства.

Задачи:

Воспитательные:

-воспитывать волевую активность;

- воспитывать настойчивость, выдержку, трудолюбие, целеустремленность;

-воспитывать высокие нравственные качества;

-воспитывать этику поведения на занятиях и вне занятий.

Развивающие:

-развивать артистизм и эмоциональность;

-развивать координацию движений, гибкость и пластику;
-развивать чувство ритма и такта;
-развивать эмоциональную устойчивость к публичным выступлениям;
-развивать художественный вкус;
-развивать способности к творческой импровизации в области хореографии.

3. Обучающие:
- обучить различным стилям и направлениям искусства;
-обучить согласовывать движение тела с музыкой;
-обучить основам партерной гимнастики;
-обучить основам классического танца у опоры и на середине зала;
-обучить простейшим элементам классического и народного танца.

Возрастные и психологические особенности 10-14 лет.

Данная программа рассчитана на детей 10-14 лет, она направлена на совершенствование личности ребенка, развитие у него разнообразных способностей, умений, построенных на принципе интеграции различных по содержанию видов деятельности. В объединение дети принимаются на свободной основе. Группы формируются по возрастным категориям.
Младший школьный возраст — (9-11) лет. Развитие психики детей этого возраста осуществляется главным образом на основе ведущей деятельности — учения. Учение для младшего школьника выступает как важная общественная деятельность, которая носит коммуникативный характер. В процессе учебной деятельности младший школьник не только усваивает знания, умения и навыки, но и учится ставить перед собой учебные задачи (цели), находить способы усвоения и применения знаний, контролировать и оценивать свои действия. Новообразованием младшего школьного возраста являются произвольность психических явлений, внутренний план действий, рефлексия. Подростковый возраст от 11-12 до 14 лет. Переход от детства к взрослости составляет главный смысл и специфическое различие этого этапа. Подростковый период считается «кризисным», такая оценка обусловлена многими качественными сдвигами в развитии подростка. Именно в этом возрасте происходят интенсивные и кардинальные изменения в организации ребенка на пути к биологической зрелости и полового созревания. Анатомофизиологические сдвиги в развитии подростка порождают психологические новообразования: чувство взрослости, развитие интереса к противоположному полу, пробуждение определенных романтических чувств. Характерными новообразованиями подросткового возраста есть стремление к самообразованию и самовоспитанию, полная определенность склонностей и профессиональных интересов.

Сроки реализации программы:

Формы и режим занятий – теоретические и практические занятия, организационно- групповая деятельность. Необходимое количество часов для

изучения и освоения содержания программы: 108 часов в год, 3 часа в неделю.

Режим занятий

Продолжительность занятий 3 часа в неделю, 108 часов в год (2 раза в неделю по 1 и 2 часа).

Программа **Ансамбль «Серпантин - танцевальная мозаика»** краткосрочная (1 год обучения) предполагает постепенное расширение и углубление знаний, развитие умений и навыков учащихся с учетом возрастных и психических особенностей детей.

Формы обучения:

По окончании 1 -года обучения проводится итоговая аттестация по данной программе. Формы проведения занятий: практическое, открытый урок, творческий показ.

Процесс обучения предусматривает использование следующих **форм и методов:**

- Наглядный: демонстрация движений педагогом, просмотр видеоматериалов;
- Репродуктивный: непосредственное повторение движений за педагогом;
- Практический: самостоятельное выполнение движений с целью их закрепления;
- Словесный: устное объяснение теоретического материала, корректировка движений, комментирование видеоматериала.
- Частично-поисковый: сочинение комбинаций обучающимися, создание хореографических образов и хореографических этюдов по заданным параметрам.
- Игровой: использование сюжетно-ролевых и имитационных игр, игр на музыкально-предметные ассоциации, дидактических игр на развитие гибкости, координации.

Усвоению программного материала обучающимися способствует использование **приемов** обучения:

Показ

Практика преподавания выделяет три условия танцевального показа:

1.Предварительный показ танцевальной композиции, отдельных ее элементов, упражнений и т.д. На этом уровне задача - предварительное знакомство с учебным материалом. Чтобы позднее, в ходе обучения, дети могли мысленно соотносить свои действия с ранее увиденным.

2.Показ танцевального материала. Выделение из совокупности многих танцевальных элементов какого-либо определенного элемента и сосредоточение внимания на его восприятии.

3. Анализ и синтез танцевального материала, при котором анализируются отдельные части движения, композиции и потом соединяются.

Особое место занимает художественный анализ музыкально-хореографического произведения, разбор выразительных и образных средств и интерпретаций с оценкой.

Изложение

Применяются различные формы изложения: информация, рассказ, лекция, беседа и т.д. С помощью этого приема сообщаются знания об истории,

современном состоянии хореографии, рассказывает об отдельных танцах, лучших парах, ансамблях и т.д. В соответствии с учебными задачами даётся

описание учебного материала. Изложение ведется в форме характеристики, где определяются особенности музыки, костюма, творчества. В случае необходимости раскрытие внутренних связей и зависимостей дается в форме объяснения.

Комментирование

Это словесное сопровождение педагогом сведений об особенностях танцевального движения и музыкального произведения.

Инструктирование

Это словесные рекомендации по исполнению элементов или композиции в целом, а также правил поведения при общении в танце.

Корректирование.

В процессе исполнения танцевальных движений происходит корректировка действия обучающихся.

Формы организации деятельности: по группам, индивидуально и всем составом.

Наполняемость учебных групп: 8-12 человек.

Ожидаемые результаты:

После освоения содержания программы ожидаются следующие результаты:

Предметные:

-умение передавать в движении характер и темп музыки;

-умение перестраиваться в рисунки танца (круг, линии, колонны);

-знание основных движений украинского и итальянского танцев;

-правильная осанка;

-умение правильно выполнять основные упражнения классического танца у палки.

Метапредметные:

-умение понимать причины успеха - неуспеха учебной деятельности

-умение конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Личностные:

-взаимодействие со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

-потребность к здоровому образу жизни;

-стремление к работе на результат, к творческому труду.

Формы и способы определения результативности:

- отзывы родителей;
- педагогическое наблюдение;
- диагностика;
- открытое занятие;
- концерт.

Личная аттестация обучающихся: Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального хореографического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: хореографические данные, музыкально-ритмические способности, сценическая культура.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма). С прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Основным методом промежуточной аттестации по программе является: метод педагогического наблюдения

Формы подведения итогов:

- участие в концертных программах ансамбля;
- конкурсные выступления обучающихся.

Предполагаемыми результатами работы являются овладение навыками по хореографии танцу, гармоничное физическое развитие детей, активное участие в хореографических постановках объединения, участие в концертах, конкурсах.

Для контроля текущей успеваемости обучающимися используются:

- фронтальный опрос;
- индивидуальное исполнение заданного материала;
- устные контрольные опросы по теоретическому материалу;
- использование танцевальных номеров на концертах.

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся, конечно, должен быть сам руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность.

Механизмом оценки роста и достижений является: «обратная связь» обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой воспитанник и коллектив: а так же достижения не только творческого характера, но и личностного.

Одной из «экспертных оценок» является выступления учащихся с высокой результативностью на всероссийских и областных фестивалях и конкурсах , учащихся с низкой результативностью на городских и школьных мероприятиях. Участие коллектива в конкурсах, концертах вырабатывает у детей способность анализировать свое выступление и выступления других. Полученные впечатления учат их сравнивать, сопоставлять, вызывают желание поделиться своими замечаниями с педагогом и коллегами по объединению.

Подведение итогов реализации дополнительной программы проводится в форме диагностики результатов обучающегося.

Учебный план дополнительной общеобразовательной программы

Ансамбль «Серпантин-танцевальная мозаика»

№	Наименование модуля	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	«Азбука хореографии»	27	4	23
2.	«Народный танец»	27	1,5	25,5
3.	«Партерная гимнастика»	27	2	25
4.	«Сценическая практика»	27	2	25
5.	ИТОГО	108	9,5	98.5

Модуль 1: «Азбука хореографии» (27 часов)

Цель: создание условий для формирования необходимых двигательных навыков, развития музыкального слуха и чувства ритма.

Задачи:

-научить определять структуру музыкального произведения;

-научить ориентироваться в пространстве, перестраиваться в любые рисунки;

- научить владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;

- научить владеть культурой движения рук;

- научить владеть представлениями о выразительных средствах хореографии;

- научить знаниям происхождение изучаемых танцев.

Учебно-тематический план 1 модуля «Азбука хореографии» - 27 часов

№	Название раздела	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма контроля
1	Введение в программу. Техника безопасности.	1	1	-	Педагогическое наблюдение
2	История русского балета	2	2	-	Педагогическое наблюдение
3	Экзерсис у станка.	23	1	22	Педагогическое наблюдение
4	Итоговое занятие.	1	-	1	Открытое занятие
	Всего:	27	4	23	

.

Содержание тем 1 модуля

Тема №1. Введение

Теория: Изучаются правила охраны труда, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников.

Тема № 2. История русского балета:

Теория: Первые балеты и их назначение. Ведущие хореографы. Единство в балетном спектакле сценарной, музыкальной, сценографической и хореографической драматургии. Термин – *либретто*. Изучение либретто известных балетов «Лебединое озеро», «Щелкунчик», «Золушка». Видеопросмотр балета «Щелкунчик», «Золушка», «Лебединое озеро», сравнение лексики балета с либретто, дискуссия после просмотра.

Тема №3: Экзерсис у станка:

Теория: Введение в предмет «Классический танец»

Практика:

Упражнения у палки:

- экзерсис выполняется лицом к станку (в зависимости от усвоения движений во 2 полугодии можно держась за палку одной рукой);
- demi pllie(по 1,2 позиции, во втором полугодии по 5 позиции);
- battment tendu из первой позиции, во втором полугодии из 5);
- b.t в demi plie;
- battement tendu jette;
- b.t passe par terre;
- rond de jambe par terre;
- b.t пурлипье;
- b.t с нажатием;
- revelian в сторону лицом к палке из 5 позиции;
- b/t jette picke;
- положение sour le coude pied;
- battement frappe;
- releve;
- grand plie;
- battement fondu;
- battement soutenu;
- rond de jambe par terre en dehor и en dedans;
- battement relevelian;
- grand battement jette;
- por der bras;
- перегибы корпуса в сторону и назад.

Понятие о точках. *Упражнения на середине зала:*

- epaulement croise и efface;
- ecorte;
- arabesk;
- Allegro (soute. Pas echape. Chanchman de pied.pas assamble);
- Ten lie par terrre.

Закрепление упражнений. Повторение и закрепление выученного, работа над техникой исполнения.

Тема № 4: Итоговое занятие

Практика: Опрос по пройденному теоретическому материалу. Разбор и оценка результатов творческих заданий, выполненных обучающимися. Подведение итогов.

Модуль2:Народный танец (27 часов)

Цель: Воспитание чувства патриотизма и любви к Родине через изучение народного творчества

Задачи:

Развитие мотивации к познанию народных традиций и овладению специфическими чертами народной хореографии;

Учебно-тематический план 2 модуля «Народный танец» - 27 часов

№	Название раздела	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма контроля
1	Русский танец	12	0,5	11,5	Педагогическое наблюдение
2	Танцы народов Поволжья	7	0,5	6,5	Педагогическое наблюдение
3	Фольклорная хореография	7	0,5	6,5	Педагогическое наблюдение
4	Итоговое занятие.	1	-	1	Открытое занятие
	Всего:	27	1,5	25,5	

Содержание тем 2 модуля

Тема № 1. Русский танец:

Теория: Знакомство с русскими традициями и обычаями.

Практика:

-положение ног - все прямые и свободные позиции, открытые и смешанные позиции;

-положения рук - в одиночном исполнении. характерные положения для мужского и женского танца;

-притопы - одинарные, двойные, тройные, с подскоком, в сочетании с движением рук;

-«гармошка»;

-«припадание» - по 3-ей позиции, на месте, вокруг себя, с продвижением в стророну;

-ходы: с каблука с переступанием, переменный;

-переборы-перескоки: с ноги на ногу, с поочередными ударами подушечками, сокращенных стоп, ударами ребром каблука;

-бег: на месте, с продвижением в разные направления, колени наверх «лошадкой», ноги от колена назад, вперед с носка;

-«веревочка» простая;

-ковырялочка с притопами - двойным, тройным, с перескоком;

-дроби: горохом;

-изучение хлопушек.

Танцевальный этюд из выученных движений. Разучивание танцев «Девичий перепляс» «Калинка» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

Тема №2: танцы народов Поволжья:

Теория: Знакомство с особенностями исполнения танцев народов Поволжья.

Практика:

- Основные виды танца: парный, массовый, сюжетный, игровой, хороводный.

-Источники содержания Татарского танца.

-Названия танцев.

-Хороводы.

-Пляска..

Разучив основные движения, комбинируем их и составляем танцевальный этюд, либо готовый сценический номер.

Тема №3. Основы фольклорной хореографии.

Теория: Обычаи и традиции в народной хореографии.

Практика:

-Общая координация движения.

Основные положения рук.

-Комбинированные положения рук.

-Обращение с платочком.

-Наиболее распространенные положения рук, встречающиеся в танцах: одиночно, в парах, в тройках и четверках

-Короткие танцевальные комбинации.

-Подготовка к дробям: притопы, удары полупальцами, удары каблуком.

-Основные фигуры хороводов.

-Фигуры групповых традиционных плясок.

-Танцевальный этюд из выученных движений. Разучивание танцев «русская кадриль» «Рязанская змейка» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся

Тема № 4: Итоговое занятие

Практика: Опрос по пройденному теоретическому материалу. Разбор и оценка результатов творческих заданий, выполненных обучающимися. Подведение итогов.

Модуль3: «Партерная гимнастика и ритмика» (27часов)

Цель: создание условия для развития природных физических данных учащихся, формирования у них основные двигательные качества и навыков, необходимые для дальнейшего занятия хореографическим искусством.

Задачи:

- укрепить и развить силу мышц, эластичность связок, гибкости позвоночника, подвижность суставов, выносливость, координацию работы опорно-двигательного аппарата обучающихся

Учебно -тематический план 3 модуля «Партерная гимнастика и ритмика» - 27 часов

№	Название раздела	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма контроля
1	Партерная гимнастика.	19	1	18	Педагогическое наблюдение
2	Ритмика	7	1	6	Педагогическое наблюдение
3	Итоговое занятие.	1	-	1	Открытое занятие
	Всего:	27	2	25	

Содержание тем 3 модуля

Тема № 1. Партерная гимнастика:

Теория: В здоровом теле - здоровый дух.

Практика:

- Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок

В положении лежа на спине и сидя:

— вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции ног;

— развороты стоп с вытянутым и сокращенным подъемом вI позиции ног;

— вращательные движения стопами внутрь и наружу;

— приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°;

— упражнение «складка» — наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног;

- Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава

В положении лежа на спине:

— напряжение и расслабление ягодичных мышц;

— поворот бедер, голени и стоп внутренней стороной наружу;

— круговые движения голенью ног вправо, влево.

В положении сидя:

— упражнение «велосипед» — поочередное сгибание и вытягивание ног над полом.

В положении сидя по-турецки:

— подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук;

— выпрямление колен до соприкосновения их внутренней части с полом по VI позиции ног.

- Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра

В положении лежа на спине:

— поочередное выпрямление согнутых ног с помощью рук;

— легкое раскрывание ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени .

В положении сидя:

— наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола;

— поочередное касание пола коленом вовнутрь согнутых и поставленных врозь ног;

— упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленях и разведенными врозь ногами;

— упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед;

— подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе (при седлообразной спине);

— отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса

вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).

-Упражнение для развития танцевального шага

В положении лежа на животе:

— упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.

В положении лежа на спине:

— подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки;

— подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью);

— растяжка поднятой вперед вверх ноги на 180° (с посторонней помощью).

В положении сидя:

— выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам;

— наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам;

— виды «шпагатов» — продольный, поперечный.

- Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса

В положении лежа на спине:

— поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе;

— подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине);

— одновременный подъем корпуса и вытянутых ног до образования угла согнутых в коленях ног и корпуса с разворотом их в разные стороны;

— забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение;

— приподнимание головы с целью увидеть свои стопы (при сутулой спине).

В положении сидя:

— упражнение «ножницы» — поочередное выбрасывание прямых ног вверх с большой и малой амплитудой, раскрытие и перекрещивание ног над полом;

— отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).

-Упражнения на развитие гибкости позвоночника

В положении лежа на спине:

— приподнимание верхней части позвоночника с удерживанием тела на крестцовой части позвоночника и затылочной части головы «маленький мост» (при сутулой спине);

— прогиб корпуса с опорой на локти, без отрыва головы и таза от пола;

— наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола;

— касание пола справа и слева коленями согнутых ног с одновременным поворотом головы в противоположную сторону;

— упражнение «березка» — выход в стойку с вытянутым вверх позвоночником опорой на плечи, локти и кисти рук, шея, свободна спина, таз, ноги вытянуты в одной плоскости вертикально вверх.

В положении сидя:

— выпрямление согнутых в коленях ног без отрыва туловища от ног с захватом пяток руками;

— наклоны корпуса вправо, влево с одновременным касанием пола локтем руки за коленом отведенных в сторону ног.

В положении лежа на животе:

— сдвиг подбородком предмета (книги) при вытянутом положении тела рук и ног (при сутулой спине);

— упражнение «лодочка» — одновременное вытягивание и приподнимание рук вперед, ног назад, с последующим раскачиванием;

— упражнение «качели» — захват руками щиколоток согнутых в коленях ног, их вытягивание вверх с одновременным раскачиванием;

— упражнение «кольцо» — прогиб корпуса назад с касанием головой стоп согнутых в коленях ног;

— упражнение «мостик» — стойка на руках и ногах с одновременным прогибом спины и головы назад.

В положении упора на коленях:

— поочередное поднимание прямых противоположных руки и ноги (при сутулой спине).

-***Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья***

В положении лежа на животе:

— подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудноЙН клетки от пола.

В положении сидя:

— подъем таза вперед вверх с опорой на руки сзади корпуса и на ноги.

В положении упора на коленях:

— касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине);

— наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола;

— с вытянутой одной рукой вперед (вторая рука под подбородком) отклонение таза вправо, влево;

— прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.

Тема №2: Ритмика

Теория:- Связь музыки и движения. Музыкальное прослушивание для создания ритмического и танцевального образа.

.***Практика:***

Шаги:

- бытовой;

- легкий шаг с носка (танцевальный);

- шаг на полупальцах;

- легкий бег;

- шаг с подскоком;

- боковой подскок (галоп);

- русский переменный:

.- шаг польки (в народной манере).

-***Полуприседание*** по VI, I, II, III позициям.

-***Выдвижение ноги:***

а) в сторону из VI и I позиции;

б) вперед из 6 и 1 позиции.

1**.** Выдвижение ноги в сочетании с полуприседанием в сторону и вперед.

2. Выдвижение ног в сторону и вперед с переводом « носок – каблук» в характере русского народного танца.

3. Выдвижение ноги, с переводом носка на каблук (вперед, в сторону) в сочетании с полуприседанием.

Тема № 3: Итоговое занятие:

Практика: Опрос по пройденному теоретическому материалу. Разбор и оценка результатов творческих заданий, выполненных обучающимися. Подведение итогов.

.

Модуль4:Сценическая практика. (27 часов)

Цель: создание условия для снятия индивидуальных зажимов и страха выхода на сцену;

Задачи:

- ориентироваться и действовать в сценическом пространстве;
- органично и естественно существовать на сцене;
- исполнить на сценической площадке 1-2 танцевальных номера.

Учебно-тематический план 4 модуля «Сценическая практика» - 27 часов

№	Название раздела	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма контроля
1	Постановочная и репетиционная работа	20	1	19	Концерт
2	Импровизация и актерское мастерство	6	1	5	Педагогическое наблюдение
3	Итоговое занятие.	1	-	1	Творческий показ.
	Всего:	27	2	25	

Содержание тем 4 модуля

Тема №1: Постановочная работа

Теория: Разбор танцевальных композиций.

Практика:

Разучивание и отработка танцевальных композиций

на выбор педагога, в зависимости от фантазии педагога и возможностей детей.

Тема №2. Импровизация и актерское мастерство.

Теория: «Взаимодействие на сцене в различных предлагаемых обстоятельствах».

Практика:

Разучивание игры «Стартин», развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочённо. Продолжаем играть в игру «Крокодил», развивающую воображение ребят. Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку: «Ну, погоди!», «Кошка и мышка», «Весенние цветы».

Тема № 3: Творческий показ.

Выступление с выученными хореографическими номерами на отчетном концерте.

Материально-техническое обеспечение программы:

Важным условием выполнения учебной программы являются достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- костюмы для выступления;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная - форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- видеозаписи;
- мультимедиа (просмотр на занятиях, концертные выступления с целью разбора и устранение ошибок).

Методическое обеспечение программы.

С первых минут на занятиях очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи. Занятие нужно проводить увлекательно, в темпе, чтобы дети уходили с него с чувством удовлетворения и чтобы с каждым днем они приобретали все больше знаний и навыков.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте. Ребята сразу видят художественное

воплощение образа, что будит воображение. В некоторых случаях, особенно в начале работы, руководитель может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

Словесный метод. Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи тесно связанной, с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой. Словесные объяснения должны быть краткими, точными, образными и конкретными. Детей с первых же занятий нужно познакомить со специальными терминами. В словесном методе очень важна и интонация, и то, с какой силой сказано слово. Словом можно стимулировать активность ваших учеников, но можно и убить их веру в себя. Для шести - семилетних ребят можно дать иногда только словесное задание, и они его воспримут, но слишком часто прибегать к такому методу нецелесообразно.

Музыкальное сопровождение как методический прием. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.

Импровизационный метод. На занятиях хореографией имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка.

Метод иллюстративной наглядности. Занятие с обучающимися 9-15 лет вовсе не исчерпывается только задачами физической и музыкальной тренировки Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами. Конечно, это не должно быть лишь пассивным созерцанием предложенного для просмотра материала. Необходимо выяснить, понятен ли он детям, понравился или нет и почему, а может быть, и помочь разобраться в увиденном.

Игровой метод. При обучении детей движениям хорошо использовать игровые приемы, способствующие эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений, например: («Нужно прыгать, как зайчик»; «Побежим легко и тихо, как мышки»). Игра всегда вызывает у ребят веселое настроение. И интерес у них не снижается, даже если по ходу игры преподаватель вносит те или иные изменения, усложняя или облегчая задание. Именно в игре легче всего корректировать поведение воспитанников.

Методические разработки, методическая литература.

Список литературы

для педагога:

1. Базарова М.А., Мей В.И. Азбука классического танца.- Ленинград: Искусство, 1983

2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. Методические указания педагогом детских хореографических коллективов и школ. – СПб.:«ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС», 2004

3. Богомолов Л.В. Основы танцевальной культуры. Программа эстетического курса. – М.: Новая школа, 2004

4. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей. 2 изд. испр. И доп. – СПб: ПОИРО.2003

5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – М.:Искусство, Краснодар – 2003

6. Васильева Т.К. «Секрет танца» ТОО «Диомант», ООО «Золотой век» 2004г.

7. Ветлугина Н. музыкальное развитие ребенка. – М., 1976

8. Вербицкая А. Основы сценического движения. – М., 1983

9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца.- М.: Искусство, 2003

10. Климов А. Основы русской народной хореографии. – М., 1981

11. Костровицкая А.В. «100 уроков классического танца» Ленинград «Искусство» ленинградское отделение 1981 г.

12. Коренева Т.Ф. «Музыкально-ритмические движения» для детей дошкольного и младшего школьного возраста 1-2 часть. Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС» 2003г.

13. Куревина О.А. Синтез искусств в эстетическом воспитании детей дошкольного и школьного возраста.- М.: Астрель АСТ, 2004

14. Куревина О.А. – М.:Линка – Пресс, 2003

15. Люси Смит. Танцы. Начальный курс.- М.: Астрель АСТ, 2001

16. Михайлова Э., Иванов Ю. Ритмическая гимнастика: справочник. – М.,1987

17. ПуртоваТ., Беликова А. Учите детей танцевать.- М., «Владос», 2004

18. Руднева С., Фиш Э.Ритмика. Музыкальное движение. – М., 1972

19. Светиковая В., Танцевальные постановки для детей. – М., 1996

для детей:

1. Базарова М.А., Мей В.И. Азбука классического танца.- Ленинград: Искусство, 1983

2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. 8-е изд., стер. – СПб.: Издательство «Лань», 2003

3. Гусев Г.П.Методика преподавания народного танца.- М.: Искусство, 2003

4. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. Книга для учащихся.- М.: Просвещение, 1985.

Приложение 1

Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка.

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий. При определении уровня развития ребенка, за основу взяты следующие Критерии:

Высокий уровень - творческая активность, самостоятельность, инициатива, быстрое осмысление задания, точное выразительное его выполнение без помощи взрослого, ярко выраженная эмоциональность.

Средний уровень - эмоциональная отзывчивость интерес к музыкальной деятельности, желание включиться в нее при некотором затруднении в выполнении задания ребенок нуждается в помощи педагога, дополнительном объяснении, показе, неоднократных повторах.

Низкий уровень: ребенок мало эмоционален, ровно, спокойно относится к музыкальной деятельности, не проявляет активного интереса, равнодушен, не способен к самостоятельности.

Критический уровень (редко встречаемая оценка) - негативное отношение ребенка к музыке, музыкальной деятельности, связанное, как правило, с отклонениями в его здоровье или с педагогической запущенностью (чаще по вине семьи).

Музыкальность - способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами. Темпом и ритмом.

Оценивается соответствие исполнения движений музыке. Эмоциональность - выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям и при подсчете баллов этот параметр не учитывается.
Внимание - способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно - это свидетельствует о высоком уровне внимания, если малыш выполняет композицию с некоторыми подсказками - оценка соответственно ниже.
Гибкость, пластичность - мягкость, плавность и музыкальность движений

рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения.

Координация, ловкость движений - точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, беге, в гимнастике, в танце. Оценивается с учетом подбора доступных по сложности композиций.

Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па». Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

Память – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности движений. Это можно оценить как норму. Если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти. неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большем количестве повторений (более 10 раз) оценивается на низком уровне.

Подвижность (лабильность) нервных процессов – проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон – это соответствие исполнения движений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д. Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются, как повышенная возбудимость Оценки выставляются следующим образом: Н (норма); В (возбудимость); З (заторможенность).

Карта оценочной диагностики танцевальных способностей воспитанников

Фамилия, имя воспитанника	*Параметры диагностики*	*Высокий уровень оценки*	*Средний уровень оценки*	*Низкий уровень оценки*

Критерии оценки по параметрам диагностики

1. Координация движений.

Высокий уровень оценки – ребенок хорошо умеет согласовывать движения различных частей тела, точность движений.

Средний уровень оценки – не всегда присутствует точность движений.

Низкий уровень оценки - ребенок не может согласовывать движения различных частей тела, движения неточные.

2. Эмоциональное восприятие.

Высокий уровень оценки – ребенок отзывчив, ярко реагирует на музыку.

Средний уровень оценки – реагирует, но не очень ярко самовыражается.

Низкий уровень оценки – не реагирует на музыку, эмоционально не отзывчив.

3. Чувство музыкального ритма.

Высокий уровень оценки – выполняют ритмические движения, соответственно ритму музыки.

Средний уровень оценки – выполняют ритмические движения, периодически соответствуя ритму музыки.

Низкий уровень оценки – движения не соответствуют ритму музыки.

4. Гибкость.

Высокий уровень оценки – в полном объеме выполняет все упражнения партерной гимнастики.

Средний уровень оценки – выполняет большинство упражнений партерной гимнастики.

Низкий уровень оценки – слабое выполнение упражнений.

C=RU, O=ГБОУ СОШ №9 Центр образования г.о.Октябрьск, CN=Белешина Любовь Геннадьевна, E=school9_okt@samara.edu.ru

2022.10.04 17:18:24+04'00'