

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества» Моргаушского района Чувашской Республики**

ПРИНЯТО
педагогическим советом
МБУДО «Дом детского творчества»
Моргаушского района ЧР
№ ____ от « ____ » _____ 2021г.

Утверждаю
И.о.директора МБУДО «Дом детского
творчества» Моргаушского района ЧР

Рожкова А.В.
Приказ № ____ от « ____ » _____ 2021г.

Дополнительная общеразвивающая программа хореографического объединения «Солнышко»

Направленность: художественная
Срок реализации – 1 год
Для обучающихся: 7 - 12 лет

Автор: педагог дополнительного образования
Семенова Наталия Сергеевна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец – самое любимое массовое искусство. Трудно представить семейное торжество, народное празднество, вечер отдыха без танцев.

Особенно любят танцевать дети. Но любить танец, еще не значит уметь исполнять его. Научиться танцевать очень трудно. Путь к познанию и совершенству танца длинный и сложный, умение приходит не сразу. Помочь ребенку развить творческие способности, воображение, выразительность движений, пластичность, призван хореограф в ОУ.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ОУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Программа имеет **художественную направленность** и направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить обучающегося воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально – нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Хореография, как курс внеурочной деятельности, играет весьма важную роль в развитии младших школьников: ребёнок учится понимать «язык» движений, их красоту, чувства гармонии, способствующих успешной самореализации. Посредством знакомства младших школьников 2-5 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения.

Актуальность данной образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растёт 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 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).

Новизна программы заключается в занятиях по хореографии, которые дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощёнными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Отличительная особенность программы: танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

Сроки реализации.

Программа рассчитана на обучение учащихся 2-5 классов, 4 часа в неделю – 116 часа в год.

На данном этапе обучения дается материал по основным разделам.

1 раздел. Ритмика и основы хореографии.

2 раздел. Азбука классического танца.

3 раздел. Народный танец.

4 раздел. Бальный танец.

В первом разделе (Ритмика и основы хореографии) включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе (Азбука классического танца) вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третьем разделе (Народный танец) включены элементы и танцы народного характера, от спокойных до темпераментных, с ведущей ролью рук и корпуса, до тех где ноги исполняют виртуозные партии.

В четвертом разделе (Бальные танцы) включены историко-бытовые танцы и европейской программы, позволяющие выразительно и непринужденно двигаться, создавая соответствующий музыкальный образ, согласовывая свои движения с музыкой, ускоряя и замедляя движения, отмечать в движении музыкальные акценты.

Цель программы:

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, укрепление здоровья и гармонического развития форм и функций организма, формированию целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности.

Основные **задачи** данного курса:

- воспитание нравственно-эстетических чувств;
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному;
- раскрытие художественно-творческих, музыкально-двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников;
- знакомство обучающихся с основами классического, народного и бального танца;
- укрепление костно-мышечного аппарата учащихся;
- развитие музыкально-ритмической координации, мышечного чувства, осанки;
- предоставление возможности детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения, классического, народного и бального танца. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Учебный план:

№	Название разделов	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Ритмика и основы хореографии.	1	11	12
2	Азбука классического танца.	1	13	14
3	Народный танец.	1	14	15
4.	Бальный танец.	1	14	15
5.	Итоговое занятие.	0	2	2
	ИТОГО	4	54	58

**Календарно-тематическое планирование
Хореография**

№ п/п	Раздел	Количество часов
	Ритмика и основы хореографии	12
1.	Двигательные основы - марш, ходьба.	3
2.	Двигательные основы - бег, подскоки.	3
3.	Двигательные основы - галоп	3
4.	Ритмический танец «Друзья». Изучение элементов под музыку	3
	Азбука классического танца	14
5.	Позиции ног - I, II, III, IV. Releve на полу пальцы в I, II, V позициях, Plie (полу присед во всех позициях) с опорой. Партерная гимнастика. Упражнения на выворотность ног. Прыжки по I, II, III позициях (temps leve).	2
6.	Позиции рук - подготовительное положение, I, II, III. Движение кисти. Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку и гибкость.	2
7.	Двигательные основы. Battements tendus (скольжение стопой по полу). Battements tendus jets (маленькие броски). Grand battemens jets (большие броски). Прыжки по I, II, V позициям (Temps leve saute).	2
8.	Построение в шахматный порядок. Закрепление изученного материала на середине зала. Постановка композиции из элементов.	2
9.	Постановка танца «Менуэт». Изучение основных элементов движений.	2
10.	Постановка танца «Менуэт». Закрепление изученного материала под музыку. Перестроение.	2
11.	Постановка танца «Менуэт». Повторение и прогон под музыку. Работа над ошибками.	2
	Народный танец	15
12.	Музыкально-двигательное развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Позиции ног. Положения рук. Постановка корпуса.	2
13.	Музыкально-ритмическое развитие. Хлопки в такт музыки. Ходьба под счёт. Движения руками. Упражнения под музыку. Строевой шаг.	2
14.	Двигательные навыки. Полу приседы, присядка. Партерная гимнастика с элементами на полу.	3

15.	Перестроения. Изучение рисунка танца «Лялечка». Закрепление элементов под музыку.	2
16.	Перестроение. Закрепление изученного материала под музыку. Припадание на месте, с продвижением в сторону.	2
17.	Постановка номера танца «Лялечка». Изучение элементов в парах. Закрепление изученного материала под музыку.	2
18.	Постановка номера «Лялечка». Повторение, прогон под музыку.	2
	Бальный танец	15
19.	Музыкально-ритмическое развитие. Прослушивание фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши. Знакомство с музыкальным размером 3/4.	2
20.	Музыкально-ритмическое развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки. Упражнения на координацию движения.	2
21.	Двигательные навыки. Упражнения на осанку. Партерная гимнастика (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу). Фигурный вальс - перенос веса с ноги на ногу в умеренном темпе.	2
22.	Двигательные навыки. Изучение элементов танца «Фигурный вальс» под счёт. Балансе, припадание, трехшаговый поворот.	2
23.	Постановка танца «Фигурный вальс». Постановка рук в паре, перемещение по кругу, перестроение в колонну. Игра «Ручеёк».	2
24.	Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала под музыку. Работа над ошибками.	2
25.	Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала. Прогон под музыку.	3
26.	Итоговое мероприятие	2
	Всего:	58

Содержание курса

Основное содержание курса представлено следующими содержательными линиями: ритмика и основы хореографии, азбука классического танца, народный танец и бальный танец.

Ритмика и основы хореографии включает в себя ритмические упражнения и музыкальные игры, которые формируют восприятие музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой.

Азбука классического танца – это понятие об основных танцевальных движениях. Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Азбука природы музыкального движения. Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Позы классического танца. Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений, освоение поз и движений классического танца.

Народный танец. Существуют ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на 1/8, гармошка, ёлочка. Детские танцы. Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни, о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном

мастерстве танцора. Правила танцевального этикета. Освоение поз и движений народных танцев.

Бальные танцы. Программа включает правила поведения в танцевальном классе, техника безопасности. Показательные выступления. Исторические бальные танцы. Танцы европейской и латиноамериканской программы – их особенности и своеобразие. Особенности танцев свободной композиции. Виды музыкального сопровождения. Современные технические средства музыкального сопровождения. Художественный образ в музыкальном отображении. Соотношение пространственных построений с музыкой.

Раздел 1. Ритмика и основы хореографии.

– Музыкально-ритмическое развитие. Двигательные основы - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Ритмический танец «Друзья». Разучивание элементов под счёт.

– Музыкально-ритмическое развитие. ОРУ. Хлопки в такт музыки. Ритмический танец «Друзья», исполнение под музыку изученных элементов.

– Двигательные навыки. Формирование основных навыков движения: подъёмы на полу пальцы, прыжки в умеренном темпе, полу приседы. Ритмический танец «Друзья». Изучение элементов под музыку.

– Двигательные навыки. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц. Ритмический танец «Друзья». Закрепление изученного материала под музыку.

– Перестроения. Построение в круг, передвижение по кругу, в колонну, в шеренгу. Постановка рисунка ритмического танца «Друзья» под счёт.

– Перестроение. Знакомство с танцем «Полька».

– Постановка танца «Полька». Разучивание элементов по одному, под счёт.

– Подготовка к празднику. Сценические движения.

– Подготовка к празднику. Закрепление изученного материала под музыку.

– Разучивание сценических движений.

– Закрепление изученного материала под музыку.

– Обобщающий урок по теме: «Ритмика и основы хореографии».

Раздел 2. Азбука классического танца.

– Позиции ног - I, II, III, IV. Releve на полу пальцы в I, II, V позициях, Plie (полу присед во всех позициях) с опорой. Партерная гимнастика. Упражнения на выворотность ног. Прыжки по I, II, III позициях (temps leve).

– Позиции рук - подготовительное положение, I, II, III. Движение кисти. Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку и гибкость.

– Двигательные основы. Battements tendus (скольжение стопой по полу). Battements tendus jets (маленькие броски). Grand battements jets (большие броски). Прыжки по I, II, V позициям (Temps leve saute).

– Построение в шахматный порядок. Закрепление изученного материала на середине зала. Постановка композиции из элементов.

– Постановка танца «Менуэт». Изучение основных элементов движений.

– Постановка танца «Менуэт». Закрепление изученного материала под музыку. Перестроения.

– Постановка танца «Менуэт». Повторение и прогон под музыку. Работа над ошибками.

Раздел 3. Народный танец.

– Музыкально-двигательное развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Позиции ног. Положения рук. Постановка корпуса.

– Музыкально-ритмическое развитие. Хлопки в такт музыки. Ходьба под счёт. Движения руками. Упражнения под музыку. Строевой шаг.

– Двигательные навыки. Полу приседы, присядка. Партерная гимнастика с элементами на полу.

– Перестроения. Изучение рисунка танца «Лялечка». Закрепление элементов под музыку.

- Перестроение. Закрепление изученного материала под музыку. Припадание на месте, с продвижением в сторону.
- Постановка номера танца «Лялечка». Изучение элементов в парах. Закрепление изученного материала под музыку.
- Постановка номера «Лялечка». Повторение, прогон под музыку.

Раздел 4. Бальный танец.

- Музыкально-ритмическое развитие. Прослушивание фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши. Знакомство с музыкальным размером 3/4.
- Музыкально-ритмическое развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки. Упражнения на координацию движения.
- Двигательные навыки. Упражнения на осанку. Партерная гимнастика (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу). Фигурный вальс - перенос веса с ноги на ногу в умеренном темпе.
- Двигательные навыки. Изучение элементов танца «Фигурный вальс» под счёт. Балансе, припадание, трехшаговый поворот.
- Постановка танца «Фигурный вальс». Постановка рук в паре, перемещение по кругу, перестроение в колонну. Игра «Ручеёк».
- Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала под музыку. Работа над ошибками.
- Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала. Прогон под музыку.

Планируемые результаты

У обучающегося будут сформированы:

- чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей национальной принадлежности на основе изучения танцевальных композиций, шедевров музыкального наследия русских композиторов;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, культур, народов и религий на основе сопоставления произведений русской музыки;
- умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, участие в жизни класса, школы, города и др.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- уважительного отношения к культуре других народов;
- эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развития мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; овладения навыками сотрудничества с учителем;
- ориентации в культурном многообразии окружающей действительности, участия в танцевальной жизни класса, школы, города и др.;
- этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству.

Обучающийся научится:

- принимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах танцевальной деятельности;
- формировать умения планировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания хореографических постановок.
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.)

– продуктивному сотрудничеству (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных танцевально-творческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешкольной танцевально-эстетической деятельности.

– Различать основные виды хореографического искусства (классический, народный, балльные танцы);

- Определять музыкальные размеры;
- Ориентироваться в танцевальном зале;
- Позициям ног и рук;
- Воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- Вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- Выполнять поклон в различных стилях;
- Выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- Правилам построения в шеренгу, колонну, круг;
- Самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную композицию.

Обучающийся получит возможность научиться:

– освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

– освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

- освоению начальных форм познавательной и личностной рефлексии.
- Элементы в синкопированном ритме;
- Методике исполнения танцевальных композиций у станка и на середине зала;
- Правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на $\frac{1}{4}$; $\frac{1}{2}$ круга;
- Исполнять вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках;
- Делать перестроения в паре.

Комплекс организационно — педагогических условий

1. Режим работы Дома творчества:

- шестидневная рабочая неделя;
- продолжительность учебного занятия – 45 мин.

2. Продолжительность образовательной деятельности:

с 01.09.2021 года по 31.08.2022 года

3. Продолжительность учебного года:

Учебный год	Начало	Окончание	Продолжительность
2021-2022год	1 октября 2021 г.	30 апреля 2022 г.	29 недель

4. Продолжительность учебных полугодий:

Учебные полугодия	Начало	Окончание	Продолжительность
Первое	1 октября 2021 г.	30 декабря 2021 г.	13 недель (91 день)
Второе	10 января 2022 г.	30 апреля 2022 г.	16 недель (111 дней)
Всего:			29 недель (202 дня)

5. Праздничные дни

		Продолжительность
Праздничные дни	С 31 декабря 2021 г. - по 9 января 2022 г.	10 дней
Дополнительные дни отдыха связанные с государственными праздниками	4 ноября, 23 февраля, 8 марта	3 дня
	<i>Всего</i>	13 дней

Итоговое мероприятие – 27 апреля 2022 года.

Условия реализации программы:

- танцевальный зал,
- DVD -проигрыватель,
- компакт-диски по темам программы,
- учебная литература.

Форма аттестации и оценочный материал по общеразвивающей программе объединения «Озорники» в виде открытых уроков перед родителями, перед педагогами дополнительного образования МБУДО «ДДТ», отчетных концертов, участия в фестивалях, разрабатываются индивидуально для определения результативности усвоения общеобразовательной программы, которые отражают цели и задачи программы.

Этапы контроля:

- 1.входной контроль, (предварительный) - беседа-опрос; пробный показ;
 - 2.текущий (проводится на каждом занятии в форме педагогического наблюдения);
 - 3.промежуточный – выступление или открытое занятие в середине учебного года;
- Итоговый контроль проводится в конце учебного года в форме - открытого занятия, выступления.

Список используемой литературы

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ.
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 года №1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
4. Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей Министерства образования (Приложении к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11 декабря 2006 г. № 06-1844).
5. СанПин 2.4.4.3172-14, от 13 октября 2014 г. вступили в силу новые санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей.

Учебно-методическое обеспечение.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. (Внимание: дети). - М.: Ральф.: 2017.
2. Базарова Н, Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство.: 2018.
3. Бекина С. И др. Музыка и движение – М.: Просвещение.: 2016.
4. Васильевна Т. Балетная осанка. Методическое пособие. – М.: Высшая школа изящных искусств.: 2018.
5. Зацепина К., Климов А. и др. Народно-сценический танец.
6. Учебно-методическое пособие. – М.: Искусство.: 2017.
7. Руднева С, Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение: Учебное пособие. – М.: Просвещение.: 2018.
8. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах: Учебно-методическое пособие / Авт.-составитель: Лисенкова И.Н., Меньшова В.Н.; под ред. Крылова О.Б. – М.: 2017.
9. Программа «Ритмика» хореографического отделения Тарской детской школы искусств / Авт.-составитель: Савченко Т.М.: 2018.
10. «Танцкей С.» танцы для праздника: Электронное периодическое издание / под ред. Хаустова В.В. – К.: 2017.
11. Technique of Ballroom Dancing – Guy Howard, 6-е издание, 2016 год.