

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа № 496
Московского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

На заседании Педагогического совета
ГБОУ школа № 496
Московского района Санкт-Петербурга
Протокол от 30.05 2019 г. № 4

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа № 496

Козлова Н.А.

Приказ от 30.05 2019 г. № 90/1-0



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Хореография»

Возраст учащихся 7-11 лет

Срок реализации 2 года

Разработчик: Кочерыгина И.Ю., педагог
дополнительного образования

Санкт-Петербург
2019 г.

Пояснительная записка

Направленность – художественная.

Актуальность программы обусловлена её практической направленностью. Реализация программы предполагает совершенствование работы по удовлетворению социального заказа, потребностей детей, родителей, социума, по созданию условий для выхода на городской, областной, межрегиональный и международный уровень. Занятия хореографией помогают решить проблему гиподинамии современных детей и подростков. Программа профессионально ориентирована: учащиеся могут продолжить обучение в учебных заведениях хореографической направленности. Учащимся хореографического объединения предоставляются самые широчайшие возможности для развития: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства создаёт особую творческую среду для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: учащийся учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Отличительные особенности.

Основная часть данной программы разработана благодаря личному педагогическому опыту; содержание программы направлено на решение задач дополнительного образования. Настоящая программа отличается от аналогичных по профилю тем, что хореографическое развитие рассматривается как эффективное средство воспитания юного поколения. Через успешную концертную деятельность каждый ребенок осознает себя личностью, талантливым исполнителем, незаменимым участником единого организма – образцового хореографического коллектива. Важной отличительной особенностью является то, что учащиеся начинают выступать перед зрителями уже с первого года обучения. Это развивает опыт сценической практики, закаляет детей морально, повышает самооценку, развивает мотивацию к обучению. Отличительная особенность программы заключается и в педагогическом сотрудничестве с талантливыми и одаренными детьми, в котором целеполагающим является профориентационное направление.

Программа вариативная, что позволяет сделать максимально приемлемый отбор форм и методов обучения для различных возрастных групп.

Долгосрочность программы (3 года) позволяет ребенку систематизировать полученные в процессе обучения знания, как практические, так и теоретические, базируясь на основах методики исполнения танцевальных движений и знании основ актерского мастерства.

Программа предполагает использование следующих технологий обучения: личностно-ориентированные, позволяющие детям развиваться свободно, творчески и разносторонне; технология развития и саморазвития, которая дает возможность каждому ребенку реализовывать индивидуальные возможности и способности в соответствии с собственным потенциалом развития; здоровьесберегающие, помогающие сохранить свое здоровье, воспитывающие бережное отношение к своему организму; информационно-коммуникативные, которые формируют коммуникативные способности обучающихся, создается ситуация успеха; творческого развития, игровые технологии.

Принципы, положенные в основу программы:

- принцип всестороннего развития. Обучение не замыкается только на технической стороне, знаниях, умениях и навыках, но и решаются задачи воспитания и общего развития детей. Общение с искусством – мощный воспитательный и развивающий фактор и в процессе обучения уделяется большое внимание подбору содержательного, высокохудожественного репертуара, духовно возвышающего и обогащающего каждого учащегося;
- принцип сознательности предполагает формирование сознательного отношения к деятельности, осознанного освоения знаний, умений, навыков;
- принцип посильной трудности, формирует осознанное отношение обучающихся к своей деятельности как к труду, как к гаранту успеха в творческой деятельности;
- принцип систематичности и последовательности проявляется в постепенном усложнении учебного материала, репертуара;
- принцип единства художественного образа и технического исполнения.

Адресат программы.

Программа рассчитана на детей 7-11 лет.

Цель и задачи.

Содействовать правильному формированию организма, укреплению здоровья и эстетическому развитию учащихся через освоение знаний, умений и навыков хореографического искусства.

Приобщение детей к искусству танца, развитие художественно-творческих способностей ребенка средствами музыки и хореографии.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать общие представления о хореографии;
- дать учащимся первоначальную хореографическую подготовку;
- ознакомить учащихся с простейшими элементами музыкальной грамоты с помощью музыкально-подвижных игр;
- познакомить с историей хореографии;
- решать постановочные и художественные задачи средствами сценической и пластической выразительности.

Развивающие:

- развить общую музыкальность, чувство ритма и сформировать у учащихся основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий классическим и эстрадным танцем;
- развить все необходимые для занятий группы мышц;
- развитие актёрских способностей и творческой инициативы учащихся, воображения, умения передавать музыку и содержание образа движением;
- развить навыки танцевального мастерства;
- развитие необходимые для исполнительской деятельности физических качеств: свободы движений, устойчивости, мягкости, гибкости, координации движений;
- отработать исполнительское и техническое мастерство;
- развить навыки общения, организованности и трудолюбия.

Воспитательные:

- воспитывать интерес и любовь к хореографии;
- воспитывать настойчивость и дисциплину;
- воспитывать чувство коллективизма;

- приобщение к системе нравственных и эстетических ценностей;
- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- воспитать чувство ответственности, стремления к чёткому, правильному, красивому выполнению задания, что в свою очередь требует организованности, активности, внимания;
- воспитать личностные качества, такие как воля, целеустремлённость, создать коллектив единомышленников.

Условия реализации программы.

№ п/п	Год обучения	Кол-во детей в группе	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятий
1	1	15	2	2
2	2	15	2	2
3	3	15	2	2

Данная наполняемость групп и продолжительность занятий позволяет максимально сохранить нормальную эмоциональную атмосферу и рабочую обстановку на занятии, обеспечить необходимый объем физической нагрузки для детей, осуществить выполнение правил техники безопасности.

В объединение «Хореография» 1 года обучения принимаются все желающие в возрасте с 7 лет, не имеющие медицинских противопоказаний и с подачи заявления родителей.

На 2 год обучения все учащиеся переводятся автоматически. Возможен дополнительный прием детей в группу 2 года обучения.

На 3 год обучения все учащиеся переводятся автоматически.

Предусматривается следующий режим работы:

- 1 год обучения – 4 часа в неделю (2 занятия по 2 часа – 144 часов в год);
- 2 год обучения – 4 часа в неделю (2 занятия по 2 часа – 144 часов в год);
- 3 год обучения – 4 часа в неделю (2 занятия по 2 часа – 144 часов в год);

Занятия танцами проводятся в специально оборудованном с учетом гигиенических требований помещении с достаточным количеством освещения, зеркальной стеной, двухуровневым станком. Форма одежды учащихся соответствует требованиям танцевального этикета (купальник, балетные туфли).

Планируемые результаты.

1-ый год обучения.

В результате обучения по данной программе у учащихся будут сформированы:

- специальные знания, умения и навыки в области хореографического искусства;
- творческая индивидуальность учащегося, интерес к классическому, современному танцам и искусству в целом;
- общий культурный уровень;
- общее физическое развитие.

К концу первого года обучения, обучающиеся должны обладать следующими знаниями, умениями и навыками:

- согласовывать движения с музыкой;
- слышать окончания музыкальных фраз, различать строение музыкальных произведений.

Знать:

- исполнение препарасиона, держа руки на юбке, поясе, скрещенными перед грудью;
- элементарные танцевальные рисунки;
- исполнение танцевального поклона;
- начало исполнения танцевальных упражнений после вступления, с начала новой музыкальной фразы;

Уметь:

- синхронно перестраиваться и исполнять движения в них;
- исполнять движения разминки по кругу и на середине зала, последовательное исполнение движений партера;
- соединять движения, производить их в последовательности;

- ориентироваться в пространстве;
- различать динамические изменения в музыке, создавать музыкально-двигательный образ;
- точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал.

Иметь навыки:

- эмоционального исполнения танцевальных движений с сохранением правильной осанки;
- исполнения движений на материале русского танца, детского эстрадного танца;
- исполнение движений и танцевальных композиций, хореографических номеров, предусмотренных к постановке репертуарным планом первого этапа обучения.

2-ой год обучения.

К концу второго года обучения учащиеся должны обладать следующими знаниями, умениями и навыками:

Знать:

- элементы классического, русского и детского эстрадного танцев с увеличенной технической и физической нагрузкой;
- новый танцевальный поклон;

Уметь:

- музыкально и методически правильно выполнять движения танцевальной разминки, упражнения партера;
- передавать основные средства музыкальной выразительности;
- исполняет танцевальные постановки;
- самостоятельно действовать и создавать;
- правильно владеть приёмами музыкального движения, средствами пластики выражать задаваемый образ;
- общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу.

Владеть:

- игровыми упражнениями на эмоциональное развитие;
- элементами классического, русского и детского эстрадного танцев с увеличенной технической и физической нагрузкой;
- простейшими знаниями анатомии, строения своего тела.

3-ий год обучения.

К концу третьего года обучения учащиеся должны обладать следующими знаниями, умениями и навыками:

- владеть танцевальной терминологией;
- владеть элементами сценического действия как средствами выражения своих мыслей, чувств и физических ощущений;
- правильно оценивать увиденный художественный результат.

Знать:

- новый танцевальный поклон;
- строение костно-мышечного аппарата, функции мышечной ткани, разучить приемы правильного дыхания;

Уметь:

- эмоционально, технически и методически грамотно исполнять упражнения у станка и комбинации на середине зала на материале русской пляски, знать позиции, положения рук и ног;
- музыкально исполнять движения эстрадного и бального танцев;
- эмоционально, на высоком техническом уровне исполнять танцевальные номера, предусмотренные репертуарным планом третьего этапа обучения;
- работать с музыкальным материалом;
- выразить эмоционально-зримые образы музыки посредством танцевальных этюдов, композиций.

Иметь навыки:

- методически грамотного исполнения лицом к станку экзерсиса на материале классического танца, исполнение аллегро и упражнений на середине зала, предусмотренных для изучения на третьем году обучения.

Обогатить:

- слушательский опыт разнообразными по стилю и жанру музыкальными произведениями, понимать их строение.

Кадровое обеспечение программы:

ГБОУ школа 496 предъявляет следующие требования к педагогу объединения «Хореография» - средне-специальное или высшее образование, обладать профессиональными знаниями в хореографическом творчестве, знать специфику дополнительного образования.

Материально-техническое обеспечение:

- специальное, хорошо проветриваемое помещение с гладким полом;
- станок: для детей 65-70 см, для взрослых 90-105 см;
- наличие зеркал;
- наличие света;
- наличие музыкальных инструментов: музыкальный центр, колонки, пианино;
- коврики для занятий;
- наличие сцены для репетиционных занятий;
- наличие костюмов для выступлений.

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие. Правила поведения на занятии, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения.	2	2		
2	Ритмические упражнения на середине зала. Упражнения на ориентировку в пространстве. Шаги. Движения плеч, корпуса. Построения и перестроения.	30	6	24	
3	Экзерсис у станка и на середине	26	7	19	
4	Элементы партерной гимнастики	25	5	20	
5	Танцевальные элементы	25	5	20	
6	Танцевальные композиции и этюды	32	5	27	
7	Контрольные и итоговые занятия	4		4	Итоговый отчётный концерт
Итого		144 часа	30 часов	114 часов	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие. Правила поведения на занятии, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения.	2	2		
2	Ритмические упражнения на середине зала. Упражнения на ориентировку в пространстве. Шаги. Движения плеч, корпуса. Построения и перестроения.	30	7	23	
3	Экзерсис у станка и на середине	26	6	20	
4	Элементы партерной гимнастики	25	5	20	
5	Танцевальные элементы	25	5	20	
6	Танцевальные композиции и этюды	32	5	27	
7	Контрольные и итоговые занятия	4		4	Итоговый отчётный концерт
	Итого	144 часа	30 часов	114 часов	

Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие. Правила поведения на занятии, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения.	1	1		
2	Ритмические упражнения на середине зала. Упражнения на ориентировку в пространстве. Шаги. Движения плеч, корпуса. Построения и перестроения.	31	7	24	
3	Экзерсис у станка и на середине.	26	7	19	
4	Элементы партерной гимнастики.	25	5	20	
5	Танцевальные элементы.	25	6	19	
6	Танцевальные композиции и этюды.	32	7	25	
7	Контрольные и итоговые занятия.	4		4	Итоговый отчётный концерт
	Итого	144 часа	30 часов	114 часов	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 496»
Московского района Санкт-Петербург

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Хореография»

Рабочая программа

1 год обучения

Вводное занятие.

Правила поведения на занятии, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения.

Теория – что такое хореография, введение в программу, проведение инструктажа по ПДД, ППБ, правила поведения на занятиях в танцевальном коллективе, знакомство с воспитанниками, решение организационных вопросов, знакомство с историей хореографии, ознакомление с планом работы коллектива.

Ритмические упражнения на середине зала.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Теория – понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне.

Практика:

- различие правой и левой руки, ноги, плеча;
- повороты вправо, влево;
- движения по линии танца и против линии танца;
- движения по диагонали.

Шаги.

Теория – основные танцевальные правила исполнения движений.

Практика:

- марш 4/4 в разном темпе;
- подскоки и шаги на определённые доли такта;
- шаг с подскоком по кругу;
- хлопки и притопы на 2/4, 3/4, 4/4.

Движения головы, плеч, корпуса.

Теория – повороты и наклоны корпуса.

Практика:

- повороты головы на право-налево;
- вверх-вниз;
- наклоны с различной амплитудой;
- подъём и опускание плеч;
- наклоны корпуса вперёд и в сторону;
- повороты, выводя правое или левое плечо вперёд.

Построения и перестроения.

Теория-поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю.

Ракурс. Фигуры в танце. Квадрат, круг, линии, воротца.

Практика:

- построения по линиям;
- построения в колонну по одному, в пары и обратно;
- круг, сужение и расширение круга;
- перестроение из колонны в шеренгу и обратно;
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг;
- «воротца»;
- «плетёнка».

Экзерсис у станка и на середине.

Теория – основы техники исполнения классического танца, постановка корпуса, знакомство с основными элементами классического экзерсиса у станка и на середине, цель и смысл занятий классическим танцем.

Практика:

- упражнения для постановки корпуса, рук, ног и головы;
- постановка рук в подготовительном положении, 1,2 и 3 позициях;
- упражнения для укрепления мышц стопы;
- подъём на полупальцы по 6 позиции (releve);
- освоение элементарных упражнений у станка.

Элементы партерной гимнастики.

Их цель – закрепить мышечный аппарат, развитие шага, через лёгкость броска.

Теория – упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. Упражнения на расслабление мышц.

Практика:

- положение на спине, позвоночник всеми точками касается пола;
- сокращение и вытягивание стопы в положении 6 и 1 позиции, лёжа на спине, ноги вытянуты в коленях;
- разворачивание стоп в сокращённом состоянии из 6 в 1 позицию и возвращение в 6, лёжа на спине, ноги вытянуты в коленях;
- подъём вытянутой ноги вперёд лёжа на спине;
- упражнения для развития выворотности;
- «корзиночка» (упражнения для позвоночника);
- «колечко» (упражнения для позвоночника);
- «лодочка» (упражнения для мышц спины);
- «свечка» (стойка на лопатках).

Танцевальные элементы.

Теория – правила танцевального этикета. Настроение в музыке и танце.

Практика:

- поклон девочек и мальчиков;
- шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах и пятках;
- галоп, лёгкий бег вперёд и назад, лёгкий бег в повороте (в различных комбинациях с другими движениями);
- подскоки вперёд и назад, подскоки в комбинации с галопом;
- притоп;
- прыжки.

Танцевальные композиции и этюды.

Теория – знакомство с законами драматургии, воспитание культуры поведения на сцене и во время репетиций, приобщение к концертной деятельности, передавать образы в танцевальных композициях, умение перевоплощаться, передавать настроение людей.

Практика:

- танцевально-игровые картинки по заданному сюжету на заданную тему;
- танец «Разноцветная игра»;
- «Танец маленьких утят»;
- «Вальс дружбы»;
- «Ладошки»;
- сюжетный танец «Воспитание»;
- сюжетный танец «Красная шапочка».

Ожидаемые результаты реализации рабочей программы 1-го года обучения.

В результате обучения по данной программе у учащихся будут сформированы:

- специальные знания, умения и навыки в области хореографического искусства;
- творческая индивидуальность учащегося, интерес к классическому, современному танцам и искусству в целом;
- общий культурный уровень;
- общее физическое развитие.

К концу обучения учащиеся должны владеть следующими навыками:

- согласовывать движения с музыкой;
- слышать окончания музыкальных фраз, различать строение музыкальных произведений;
- уметь соединять движения, производить их в последовательности;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- уметь различать динамические изменения в музыке, создавать музыкально-двигательный образ;

- уметь точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- открытые занятия, как элемент промежуточного контроля и для стимулирования учебного процесса;
- зачёты, как показатель уровня освоения программы;
- самостоятельные творческие работы учащихся;
- участие в фестивалях, смотрах, конкурсах, концертах;
- концерты для родителей внутри коллектива;
- участие в школьных мероприятиях и праздниках;
- проведение итоговых концертов в конце учебного года.

2 год обучения.

Вводное занятие.

Повторение правил поведения на занятии, правил противопожарной безопасности, правил дорожного движения.

Ритмические упражнения на середине зала.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Теория – основные правила исполнения.

Практика:

- закрепляются знания и навыки, полученные на первом году обучения – игра «Найди своё место».

Шаги.

Теория – основные правила исполнения танцевальных движений.

Практика:

- приставные шаги;
- танцевальный шаг назад (в медленном темпе);
- шаг на полупальцах назад;
- шаг с высоким подъёмом колена вперёд на полупальцах;
- бег, сгибаемая нога сзади;
- бег, выносятся прямые ноги вперёд;
- «штопор» с изменением темпа движения и с добавлением движений рук.

Движения плеч, корпуса и головы.

Теория – основные правила исполнения движений.

Практика:

- упражнения на развитие координации (усложнённые, контрастные по темпу и ритму, асинхронные).

Построения и перестроения.

Теория – фигуры в танце. Змейка, улитка.

Практика:

- закрепляются знания и навыки, полученные на первом году обучения;
- рисунок «Змейка»;
- рисунок «Улитка»;
- построения и рисунок в групповых и массовых танцах.

Экзерсис у станка и на середине.

Второй год включает в себя полное освоение элементов классического танца у станка за «одну руку», отработка этих упражнений, освоение комбинаций (простейших) у станка и на середине.

Теория – обучение правильной технике исполнения классических движений.

Практика:

- полуприседания по 1,2,3 позициям;
- выдвижение ноги;
- в сторону из 3 позиции;
- вперёд из 3 позиции;
- вперёд и в сторону из 3 позиции в сочетании с полуприседанием;
- поднимание на полупальцы по 3 позиции;
- батман фондю;

- гранд батман;
- прыжки на двух ногах по 1 позиции.

Элементы партерной гимнастики.

Теория – основные правила исполнения элементов.

Практика:

- кувырок вперёд (назад);
- «мост» из положения лёжа на спине;
- «шпагаты» и складки;
- упоры (присев, лёжа, согнувшись);
- упражнения для пресса (уголок);
- стойка на лопатках согнув и выпрямив ноги.

Танцевальные элементы.

Теория – основные правила исполнения элементов.

Практика:

- шаг польки – вперёд, назад, в повороте;
- па вальса (вальсовый поворот);
- русский переменный ход вперёд и назад в сочетании с руками;
- боковой русский ход «припадание», «гармошка», «ёлочка»;
- «ковырялочка».

Танцевальные композиции и этюды.

Теория – отработка композиций и этюдов под счёт.

Практика:

- русский хоровод (свободной композиции);
- танцы в ритме польки;
- танцы в ритме вальса, построенные на вальсовой дорожке и разнообразном рисунке;
- сюжетный танец «В лесу» (зайчики);
- сюжетный танец «Убежало молоко».

Ожидаемые результаты реализации рабочей программы 2-го года обучения:

- уметь самостоятельно действовать и создавать;
- уметь правильно владеть приёмами музыкального движения, средствами пластики выразить задаваемый образ;
- уметь общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- открытые занятия, как элемент промежуточного контроля и для стимулирования учебного процесса;
- зачёты, как показатель уровня освоения программы;
- самостоятельные творческие работы учащихся;
- участие в фестивалях, смотрах, конкурсах, концертах;
- концерты для родителей внутри коллектива;
- участие в школьных мероприятиях и праздниках;
- проведение итоговых концертов в конце учебного года.

3 год обучения.

Вводное занятие.

Теория – правила поведения на занятии, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения. Решение организационных вопросов.

Ритмические упражнения на середине зала.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Теория – основные правила исполнения.

Практика:

- повторяются и отрабатываются рисунки танца, исполняются танцевальные комбинации из изученных рисунков.

Шаги.

Теория – расширение знаний о танцевальных шагах.

Практика:

- шаг полонеза сценический вперёд и назад;
- галоп в паре по линии танца, против линии танца, к центру, от центра;
- комбинации движений вальса;
- боковой скользящий шаг – глиссад.

Движения плеч, корпуса, головы.

Теория – круговые вращения плечевого сустава, круговые вращения грудной клетки, контракция.

Практика:

- отработка динамичных движений головы, плеч, корпуса;
- комбинации движений на координацию и гибкость.

Построения и перестроения.

Теория – техника исполнения новых рисунков.

Практика:

- исполнение новых рисунков танца.

Экзерсис у станка и на середине.

Теория – техника исполнения новых движений.

Практика:

- исполнение новых и ранее изученных упражнений у станка и на середине в более быстром темпе;
- гранд плие;
- батман тандю по 5 позиции во всех направлениях;
- батман фраппе во всех направлениях;
- гранд батман жете вперёд и в сторону;
- прыжки с 5 позиции в пятую, лицом к станку;
- работа рук по позициям.

Элементы партерной гимнастики.

Теория – техника исполнения новых движений, понятие об эластичности мышц.

Практика:

- всевозможные упражнения на растяжку мышц;
- растяжка во всех направлениях.

Танцевальные элементы.

Теория – техника исполнения новых движений.

Практика:

- переменный ход с каблука;
- припадание вперёд, в сторону, на месте;
- «верёвочка» простая и с переступанием;
- «ключ» простой и дробный;
- «моталочка».

Танцевальные композиции и этюды.

Теория – что такое постановка хореографической композиции. Разучивание комбинаций под счёт. Исправление индивидуальных и групповых ошибок.

Практика:

- танцевальные композиции на заданные темы;
- танец «Техно-шок»;
- танец «Летнее утро»;
- танец «Блеск-данс».

Ожидаемые результаты реализации рабочей программы 3-го года обучения:

- уметь работать с музыкальным материалом;
- уметь выразить эмоционально-зримые образы музыки посредством танцевальных этюдов, композиций;
- владеть танцевальной терминологией;

- владеть элементами сценического действия как средствами выражения своих мыслей, чувств и физических ощущений;
- правильно оценивать увиденный художественный результат.

Определение результативности.

В конце каждого полугодия проводятся открытые уроки, где учащиеся показывают результаты своих знаний родителям, администрации школы. В конце учебного года апреле-мае проведение отчётного концерта для родителей и учеников школы. После итоговых открытых уроков осуществляется переход из одной группы в другую.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- открытые занятия, как элемент промежуточного контроля и для стимулирования учебного процесса;
- зачёты, как показатель уровня освоения программы;
- самостоятельные творческие работы учащихся;
- участие в фестивалях, смотрах, конкурсах, концертах;
- концерты для родителей внутри коллектива;
- участие в школьных мероприятиях и праздниках;
- проведение итоговых концертов в конце учебного года.

Оценочные и методические материалы

№ п/п	Раздел/тема	Форма занятий	Приёмы и методы работы с учащимися	Дидактич. материалы	Система контроля результативности обучения
1.	Вводное занятие. Правила поведения на занятии, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения.	Творческая встреча	Лекция, беседа	Презентация, Наглядные пособия	
2.	Ритмические упражнения на середине зала. Упражнения на ориентировку в пространстве. Шаги. Движения плеч, корпуса. Построения и перестроения.	Традиционное занятие, Занятие-игра	Наглядный (показ) Практический Словесный	Аудиозаписи, Показ педагогом	Самостоятельная работа, открытые занятия
3.	Экзерсис у станка и на середине	Традиционные занятия	Наглядный (показ), практический	Аудиозаписи, Показ педагогом	Самостоятельная работа, открытые занятия
4.	Элементы партерной гимнастики	Традиционные занятия	Наглядный (показ), практический	Аудиозаписи, Показ педагогом	Самостоятельная работа, открытые занятия
5.	Танцевальные элементы	Традиционные занятия	Наглядный (показ), практический	Аудиозаписи, Показ педагогом	Самостоятельная работа, открытые занятия
6.	Танцевальные композиции и этюды	Традиционные занятия	Наглядный (показ), практический	Аудиозаписи, Показ педагогом	Самостоятельная работа, Открытые занятия, мини-концерты

Список рекомендуемой литературы:

1. А.Я. Ваганова «Основы классического танца»;
2. Г.П. Гусева «Методика преподавания народного танца»;
3. Е.Р. Сайкина «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей;
4. Э.Н. Певхенен «Классический танец» Методическая разработка для преподавателей хореографии ДШИ (начальное обучение). Челябинск, 1990 г.;
5. Е.В. Конорова «Ритмика» Методическое пособие. Вып.1. М: Музыка, 1971 г.;
6. Е.С. Бахто «Ритмика и танец» Программа для хореографических отделений школы искусств» - М., 1980 г.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	02.09.2019	25.05.2020	36 и более (до прохождения программы)	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	02.09.2019	25.05.2020	36 и более (до прохождения программы)	144	2 раза в неделю по 2 часа
3 год	02.09.2019	25.05.2020	36 и более (до прохождения программы)	144	2 раза в неделю по 2 часа

**Календарно-тематическое планирование
1 год обучения**

№ п/п	Разделы, тема занятий	Кол-во часов	Дата	Факт
1.	Инструктаж по ТБ. Вводное занятие. Знакомство с предметом «Хореография»	2		
2.	Ритмические упражнения на середине зала. «Точки» класса. Марш.	2		
3.	Упражнения на развитие координации, музыкальности.	2		
4.	«Мячик» - правила исполнения. Подготовка к «галопу».	2		
5.	Различие правой и левой руки, ноги, плеча.	2		
6.	Построение по кругу. Сужение и расширение круга.	2		
7.	Упражнения для постановки корпуса. Поклон девочек и мальчиков.	2		
8.	Партерная гимнастика. Натянутая стопа и сокращённая стопа.	2		
9.	Повороты корпуса направо, налево.	2		
10.	Марш 4/4 в разном темпе. Повороты головы направо, налево.	2		
11.	Построение в колонку по одному, в пары и четвёрки.	2		
12.	«Галоп» в продвижении правое плечо вперёд и левое плечо вперёд.	2		
13.	Port de bras-танец рук. Правила исполнения 1и 3 port de bras/	2		
14.	Сокращение и вытягивание стопы в положении 6 и 1 позиции	2		
15.	Шаги на полупальцах и пятках. Разминка «Шёл козёл по лесу».	2		
16.	Подскоки – правила исполнения. Подскоки в комбинации.	2		
17.	Движения по линии танца и против линии танца.	2		
18.	Свободное размещение в зале с последующем возвращением на своё место.	2		
19.	Наклоны с различной амплитудой. Demi plie – правила исполнения.	2		
20.	Рисунок танца «Воротца».	2		
21.	Подскоки вперёд и назад, подскоки в комбинации с галопом.	2		
22.	Разворачивание стоп в сокращённом состоянии из 6 в 1 позицию и возвращение в 6 позицию.	2		
23.	Battement tendu – правила исполнения. Проучивание Battement tendu в первой позиции.	2		
24.	Упражнения с силовыми элементами (присядки, отжимания, «планка»).	2		
25.	Relive – правила исполнения. Шаги на полупальцах.	2		
26.	Разучивание элементов русского танца «Вынос» ноги на каблук, ход с каблука.	2		
27.	Партерная гимнастика: упражнения для растяжки, формирование шага (шпагаты).	2		
28.	Изучение элементов русского танца «Гармошка», «Ёлочка», притопы.	2		
29.	Упражнения на развитие музыкальности, координации: шаги каблука, шаги с хлопучками- правила исполнения.	2		
30.	Упражнения для укрепления пресса: скамеечка, «уголок» правила исполнения.	2		
31.	Движения по диагонали. Наклоны корпуса вперёд и в сторону	2		
32.	Подскоки и шаги на определённые доли такта.	2		
33.	Инструктаж по ТБ. Хлопки и притопы на 2\4, 3\4, 4\4.	2		
34.	Освоение комбинации из Demi plie, Battement tendu и Relive.	2		
35.	Танцевально-игровые картинки по заданному сюжету на	2		

	заданную тему.			
36.	Упражнения для позвоночника «Корзиночка».	2		
37.	Танец «Разноцветная игра».	2		
38.	Танец «Разноцветная игра».	2		
39.	Упражнения для позвоночника «Колечко».	2		
40.	«Танец маленьких утят». Игры.	2		
41.	Упражнения для мышц спины «Лодочка».	2		
42.	Танец «Вальс дружбы».	2		
43.	Танец «Вальс дружбы».	2		
44.	Танец «Вальс дружбы». Музыкальные подвижные игры.	2		
45.	Танцевальный элемент притоп. Прыжки.	2		
46.	Танцевальный элемент притоп. Прыжки.	2		
47.	Танец «Ладошки».	2		
48.	Танец «Ладошки».	2		
49.	Круг, сужение и расширение круга.	2		
50.	Сюжетный танец «Воспитание».	2		
51.	Сюжетный танец «Воспитание».	2		
52.	Сюжетный танец «Воспитание».	2		
53.	Перестроение из колонны в шеренгу и обратно.	2		
54.	Перестроение из колонны в шеренгу и обратно.	2		
55.	Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу.	2		
56.	Сюжетный танец «Красная шапочка».	2		
57.	Сюжетный танец «Красная шапочка».	2		
58.	Сюжетный танец «Красная шапочка».	2		
59.	Рисунок танца «Воротца».	2		
60.	Рисунок танца «Воротца».	2		
61.	Шаг с подскоком по кругу.	2		
62.	Рисунок танца «Плетёнка».	2		
63.	Рисунок танца «Плетёнка».	2		
64.	Упражнения для укрепления мышц стопы.	2		
65.	Упражнения для укрепления мышц стопы.	2		
66.	Элементы партерной гимнастики.	2		
67.	Упражнения по диагонали.	2		
68.	Упражнения по диагонали.	2		
69.	Отработка всех танцевальных элементов.	2		
70.	Отработка всех танцевальных элементов.	2		
71.	Танцевально-игровые картинки на заданную тему.	2		
72.	Танцевально-игровые картинки на заданную тему.	2		
Итого		144		

**Календарно-тематическое планирование
2 год обучения**

№ п/п	Разделы, тема занятий	Кол-во часов	Дата	Факт
1.	Инструктаж по ТБ. Постановка корпуса. Поклон девочек и мальчиков.	2		
2.	Правила исполнения приставных шагов. Рисунок танца «Змейка».	2		
3.	Demi plie по 1, 2, 3 позициями. Позиции рук.	2		
4.	«Мост» из положения лёжа на спине.	2		
5.	Шаг польки – вперёд, назад, в повороте.	2		
6.	Танцевальный шаг назад (в медленном темпе).	2		
7.	Шаг на полупальцах назад.	2		
8.	Упражнения на развитие координации и музыкальности.	2		
9.	Рисунок танца «Улитка».	2		
10.	Упражнения со скакалкой.	2		
11.	Построения и рисунки в групповых и массовых танцах.	2		
12.	Port de bras – танец рук. Правила исполнения 1 и 3 Port de bras.	2		
13.	Разучивание танцевальной комбинации «Если нравится тебе, то делай так».	2		
14.	Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости «Лодочка».	2		
15.	Подготовка к «Мячику». «Мячик» в продвижении.	2		
16.	Подготовка к «Турам» - правила исполнения.	2		
17.	Изучение элементов русского танца «Гармошка», «Ёлочка», притопы.	2		
18.	Маховые, круговые движения руками «Мельница».	2		
19.	Упражнения для улучшения подвижности позвоночника «свечка».	2		
20.	Demi plie по 1, 2, 3 позиции. Правила исполнения.	2		
21.	Партерная гимнастика. Упражнение «лягушка», лёжа на животе.	2		
22.	Grand plie по 1 позиции. Игра «Найди своё место».	2		
23.	Battement tendu по 1 позиции. Игра «Ромашки».	2		
24.	Battement tendu jete по 1 позиции.	2		
25.	Партерная гимнастика. Упражнение «Неваляшка».	2		
26.	Упражнения для развития тазобедренного сустава «Бабочка».	2		
27.	Выполнение перестроений на основе танцевальных композиций.	2		
28.	Шаги с высоким подниманием колена вперёд на полупальцах.	2		
29.	Бег, сгибая ноги назад.	2		
30.	Шпагаты и складки. Музыкальные игры.	2		
31.	Шаг польки – вперёд, назад, в повороте.	2		
32.	Танцы в ритме польки.	2		
33.	Инструктаж по ТБ. Русский переменный ход вперёд и назад в сочетании с руками	2		
34.	Танец «Гномы-лилипутики».	2		
35.	Танец «Гномы-лилипутики».	2		
36.	Построения и рисунки в групповых и массовых танцах.	2		
37.	Построения и рисунки в групповых и массовых танцах.	2		
38.	Танцы в ритме вальса, построенные на вальсовой дорожке и разнообразном рисунке.	2		
39.	Танцы в ритме вальса, построенные на вальсовой дорожке и разнообразном рисунке.	2		

40.	Танцы в ритме вальса, построенные на вальсовой дорожке и разнообразном русунке.	2		
41.	Упоры (присев, лёжа, согнувшись).	2		
42.	Сюжетный танец «Капитошка».	2		
43.	Сюжетный танец «Капитошка».	2		
44.	Сюжетный танец «Капитошка».	2		
45.	Выдвижение ноги в сторону из 3 позиции.	2		
46.	Выдвижение ноги вперёд из 3 позиции.	2		
47.	Выдвижение ноги вперёд и в сторону из 3 позиции в сочетании с полуприседанием.	2		
48.	Сюжетный танец «В лесу» (зайчики).	2		
49.	Сюжетный танец «В лесу» (зайчики).	2		
50.	Сюжетный танец «В лесу» (зайчики).	2		
51.	Па вальса (вальсовый поворот).	2		
52.	Русский переменный ход вперёд и назад в сочетании с руками.	2		
53.	Русский переменный ход вперёд и назад в сочетании с руками.	2		
54.	Поднимание на полупальцы по 3 позиции.	2		
55.	Поднимание на полупальцы по 3 позиции.	2		
56.	Battemen fondu – правила исполнения.	2		
57.	Battemen fondu – правила исполнения.	2		
58.	Упражнения для пресса (уголок).	2		
59.	Упражнения для пресса (уголок).	2		
60.	Grand battement – правила исполнения.	2		
61.	Стойка на лопатках согнув и выпрямив ноги.	2		
62.	Стойка на лопатках согнув и выпрямив ноги.	2		
63.	Боковой русский ход «припадание», «гармошка», «ёлочка».	2		
64.	Сюжетный танец «Убежало молоко».	2		
65.	Сюжетный танец «Убежало молоко».	2		
66.	Сюжетный танец «Убежало молоко».	2		
67.	Прыжки на двух ногах по 1 позиции.	2		
68.	Прыжки на двух ногах по 1 позиции.	2		
69.	Танцевальный элемент «Ковырялочка» - правила исполнения.	2		
70.	Танцевальный элемент «Ковырялочка» - правила исполнения.	2		
71.	Танцевальные композиции и этюды.	2		
72.	Танцевальные композиции и этюды.	2		
Итого		144		

**Календарно-тематическое планирование
3 год обучения**

№ п/п	Разделы, тема занятий	Кол-во часов	Дата	Факт
1.	Инструктаж по ТБ. Постановка корпуса. Позиции рук, ног.	2		
2.	Подготовка к «Мячику» - правила исполнения.	2		
3.	Plie – правила исполнения. Комбинация с plie.			
4.	Упражнения на развитие координации, музыкальности.	2		
5.	Battement tendu в комбинации.	2		
6.	Партерная гимнастика: силовые элементы.	2		
7.	«Волна» - правила исполнения. Комбинация с «Волной».	2		
8.	Прыжки – правила исполнения. Комбинации с прыжками.	2		
9.	«Импровизация» - основы постановки танца.	2		
10.	«Галоп» - правила исполнения. «Галоп» в комбинации.	2		
11.	Разучивание танцевальной композиции «Хип-хоп».	2		
12.	Партерная гимнастика. Grand battement jette –правила исполнения.	2		
13.	Положения рук в современной хореографии – правила исполнения.	2		
14.	Упражнения на развитие координации, музыкальности.	2		
15.	Grand plie – правила исполнения. Grand plie в комбинации.	2		
16.	Разучивание танцевальной комбинации «Хип-хоп».	2		
17.	Упражнения на укрепление мышц пресса: медленное поднимание ног на 90 градусов.	2		
18.	Упражнения на укрепление мышц пресса: «велосипед», «уголок».	2		
19.	Отработка динамичных движений головы, плеч, корпуса.	2		
20.	Отработка динамичных движений головы, плеч, корпуса.	2		
21.	Исполнение новых рисунков танца.	2		
22.	Комбинации движений на координацию и гибкость.	2		
23.	Экзерсис на середине в более быстром темпе.	2		
24.	Партерная гимнастика: растяжка во всех направлениях.	2		
25.	Танцевальные композиции на заданные темы.	2		
26.	Упражнения на «перестроение».	2		
27.	Туры по 6 позиции – правила исполнения. Туры в комбинации.	2		
28.	Современный танец. «Скручивание» - правила исполнения.	2		
29.	Партерная гимнастика. Упражнения для формирования танцевального шага (шпагаты).	2		
30.	Battement tendu jette + demi plie – правила исполнения.	2		
31.	Упражнения для развития эластичности локтевого сустава (марионетки, мельница, волны).	2		
32.	Переменный ход с каблука.	2		
33.	Инструктаж по ТБ. Припадание вперед, в сторону, на месте.	2		
34.	«Верёвочка» простая и с переступанием.	2		
35.	Шаг полонеза сценический вперед и назад.	2		
36.	Галоп в паре по линии танца, против линий танца, к центру, от центра.	2		
37.	Grand plie по всем позициям.	2		
38.	Battement tendu по 5 позиции во всех направлениях.	2		
39.	Комбинации движений вальса.	2		
40.	Отработка динамичных движений головы, плеч, корпуса.	2		
41.	Исполнение новых рисунков танца.	2		
42.	Исполнение новых рисунков танца.	2		

43.	Исполнение новых рисунков танца.	2		
44.	Battement frappe во всех направлениях.	2		
45.	Партерная гимнастика – всевозможные упражнения на растяжку мышц.	2		
46.	Танцевальные композиции на заданные темы.	2		
47.	«Верёвочка» простая и с прерыванием.	2		
48.	Танец «Техно-шок».	2		
49.	Танец «Техно-шок».	2		
50.	«Ключ» простой и дробный.	2		
51.	«Ключ» простой и дробный.	2		
52.	Боковой скользящий шаг – glissad.	2		
53.	Исполнение новых рисунков танца.	2		
54.	Grand battement jette вперёд и в сторону.	2		
55.	Партерная гимнастика – всевозможные упражнения на растяжку мышц.	2		
56.	Танец «Летнее утро».	2		
57.	Танец «Летнее утро».	2		
58.	Танцевальный элемент «Моталочка».	2		
59.	Танцевальный элемент «Моталочка».	2		
60.	Комбинации движений на координацию и гибкость.	2		
61.	Работа рук по позициям.	2		
62.	Партерная гимнастика – всевозможные упражнения на растяжку мышц.	2		
63.	Танец «Блеск-данс»	2		
64.	Танец «Блеск-данс»	2		
65.	Танец «Блеск-данс»	2		
66.	Исполнение новых рисунков танца.	2		
67.	Исполнение новых рисунков танца.	2		
68.	Прыжки из 5 позиции в 5 позицию на середине.	2		
69.	Танцевальные композиции на заданные темы.	2		
70.	Танцевальные композиции на заданные темы.	2		
71.	Повторение и отработка всех танцев.	2		
72.	Повторение и отработка всех танцев.	2		
Итого		144		