

Департамент образования мэрии города Ярославля
Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования
детско-юношеский центр «Ярославич»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 3

От «22» мая 2023г.



УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора

МОУДО ДЮЦ «Ярославич»

От «22» мая 2023г № 125-ОД

А.К. Шленев А.К. Шленев

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

художественной направленности

«Современная хореография»

Возраст обучающихся: 8-12 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Грехова Анжелика Юрьевна

педагог дополнительного образования

г. Ярославль

2023 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

I.	Пояснительная записка.....	3
II.	Учебно-тематический план.....	9
III.	Содержание программы.....	10
IV.	Обеспечение программы.....	14
V.	Мониторинг образовательных результатов.....	17
VI.	Список информационных источников.....	21

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость, повышает самооценку, придает уверенность в себе.

Изучение хореографии, как и других видов искусства, помогает развить те стороны личностного потенциала учащегося, на которые содержание других предметов имеет ограниченное влияние: воображение, активное творческое мышление, способность рассматривать явления жизни с разных позиций. Как и другие виды искусства, танец развивает эстетический вкус, воспитывает возвышенные чувства, но, в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние и на физическое развитие ребёнка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» (далее – Программа) имеет *художественную направленность*. помогает развивать физические качества, оказывает разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности. Программа «Современная хореография» реализуется в коллективе современного танца «Ирис» МОУ ДО ДЮЦ «Ярославич». Программа разработана на основе следующих документов:

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р.;
- Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Ярославской области, утв. постановлением Правительства области от 17.07.2018 года № 527-п.;
- Положение о персонифицированном дополнительном образовании детей в городе Ярославле, утв. постановлением мэрии города Ярославля от 11.04.2019 года № 428;

- Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области, утв. приказом департамента образования Ярославской области от 07.08.2018 года № 19-нп.;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 № 52831);
- Санитарные правила СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждённая Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года, ред. от 31.07.2020.

Актуальность и целесообразность программы

В настоящее время хореографическое искусство среди детей и подростков достаточно популярно, наблюдается количественный рост детских танцевальных коллективов, увеличение числа обучающихся в них. Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного и физического развития. Танец, являясь источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «Я», развивая его творческие способности.

Хореографическое воспитание имеет важное значение – как в физическом, так и в нравственном становлении личности ребенка, которая

является важнейшей целью всего процесса обучения и эстетического воспитания. Без формирования способности к эстетическому творчеству невозможно решить важнейшую задачу всестороннего и гармоничного развития личности. Танец – это вид искусства, в котором художественные образы создаются посредством пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела из чего и формируется техника танцев.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы «Современная хореография» является то, что она рассчитана на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков творчества в танце. Программа имеет несколько разделов, таких как: современный танец, классический танец, актерское мастерство, постановочная работа, которые будут способствовать гармоничному и всестороннему развитию ребенка.

Цель программы:

Раскрытие творческих способностей детей и создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации обучающихся посредством занятий современной хореографией.

Задачи:

Обучающие:

1. Обучить основам классической и современной хореографии;
2. Формировать знания, умения и навыки танцевального искусства;
3. Познакомить с терминологией различных направлений танца.

Развивающие:

1. Развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
2. Развивать индивидуальные способности;
3. Развивать музыкальные способности.

Воспитательные:

1. Воспитывать чувства коллективизма, коммуникативные способности обучающихся;
2. Воспитывать самостоятельность и инициативность;
3. Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

Условия реализации программы

Программа рассчитана на детей 8-12 лет. В детское объединение принимаются дети без предварительного отбора, но необходимо принести справку об отсутствии противопоказаний для занятий хореографией.

Комплектование групп происходит на основе нормативных документов, в соответствии с Уставом учреждения, СанПиНами и возрастом детей.

Наполняемость группы: 10-15 человек.

Режим организации занятий

Данная образовательная программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проходят 3 раза в неделю по 45 минут, 108 часов в год.

При реализации программы учитываются индивидуальные и возрастные особенности обучающихся, создаются условия для успешности каждого ребенка.

Для успешной организации и осуществления образовательного процесса по программе используются следующие ***принципы обучения:***

Принцип доступности и индивидуальности – учет возрастных особенностей, подача материала от простого к сложному, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Принцип постепенного повышения требований – постепенная постановка и выполнение ребенком более трудных заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузки. Последовательность, регулярность, чередование нагрузок с

Принцип системности – один из ведущих. Системность заключается в непрерывности и регулярности занятий.

Принцип повторения материала – повторение выработанных двигательных навыков. Только при многократном повторении образуется двигательный стереотип.

Принцип наглядности – безукоризненный практический показ движений педагогом-хореографом с лаконичными объяснениями и пояснениями.

Принцип связи предлагаемого материала с жизнью – ребенок должен знать, что он изображает в танце.

В процессе освоения программы используются следующие **типы занятий**:

- сообщение и усвоение новых знаний;
- повторение и обобщение знаний;
- закрепление знаний, выработка умений и навыков;
- применение знаний, умений, навыков;
- репетиционно-постановочное занятие.

Ожидаемые результаты освоения программы

Учащиеся должны знать:

1. Основные позиции ног и рук;
2. Специальную терминологию;
3. Основные техники исполнения движений классического и современного танца.

Учащиеся должны уметь:

1. Самостоятельно и грамотно выполнять отдельные элементы современного танца;
2. Ориентироваться в терминологии классического и современного танца;
3. Выполнять танцевальные связки и комбинации.
4. Владеть приемами изоляции.

Учащиеся должны иметь:

1. Опыт концертной деятельности.

II.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование разделов	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила техники безопасности	1	1	0
2.	Современный танец	30	3	27
2.1.	Разогрев	7	0,5	6,5
2.2.	Уровни	5	0,5	4,5
2.3.	Изоляция	6	0,5	5,5
2.4.	Кросс	5	0,5	4,5
2.5.	Комбинации	7	1	6
3.	Классический танец	20	2	18
3.1.	Экзерсис на середине зала	8	1	7
3.2.	Allegro	6	0,5	5,5
3.3.	Вращения (тур)	6	0,5	5,5
4.	Основы актерского мастерства	15	1,5	13,5
4.1.	Импровизация	5	0,5	4,5
4.2.	Мышечная свобода	5	0,5	4,5
4.3.	Артистичность	5	0,5	4,5
5.	Постановочно-репетиционная работа	40	4	36
5.1.	Постановочная работа	30	2	28
5.2.	Репетиционная работа	10	2	8
6.	Контрольное занятие	1	0	1
7.	Итоговое занятие	1	0	1
Всего		108	10	98

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала	Дата окончания	Число учебных	Продолжительность	Количество часов в год
--------------	-------------	----------------	---------------	-------------------	------------------------

	освоения программы	освоения программы	занятий в неделю	учебных занятий	
1	1 сентября	31 мая	3	1	108

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие. Правила техники безопасности.

Теория:

- Знакомство с учащимися.
- Определение целей, задач и плана обучения. Объяснение учащимся техники безопасности во время урока, коридорах, как нужно вести себя во время концерта и за кулисами.

2. Современный танец

Теория:

- Знакомство детей с упражнениями современного танца и методикой исполнения (разогрев, уровни, изоляция, кросс, комбинации)

Практика:

Разогрев:

- Наклоны корпуса;
- Сочетание различных ритмов во время движения;
- Упражнения стретч-характера (сидя, стоя, лежа);
- Комплексы изоляции;
- Разогрев с использованием уровней;

Уровни:

- Упражнения в высоком уровне;
- Упражнения в среднем уровне;
- Упражнения в низком уровне;
- Перемещение из одного уровня в другой.

Изоляция:

- Голова: комбинации из движений;
- Плечи: разноритмические упражнения;
- Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости;
- Руки: комбинации из движений; соединение с шагами;
- Ноги: соединение в комбинации движений; соединение движений ног с движениями рук; соединение с использованием других центров.

Кросс:

- Комбинации шагов;
- Комбинации прыжков;
- Соединение шагов и изолированными движениями двух центров;
- Шоссе.

Комбинации:

- Развернутые комбинации с перемещением в пространстве (с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков)

3. Классический танец

Теория:

- Знакомство с терминологией и разделами упражнений классического танца (экзерсис на середине зала; allegro; вращения (тур))

Практика:

Экзерсис на середине зала:

- Позиции ног и рук в классическом танце;
- Plie (по VI позиции);
- Battement tendu (по I позиции);
- Battement jete (по I позиции);
- Passe par terre (по I позиции);
- Rond de jambe par terre;

- Grand battement (по I позиции);

Allegro:

- Подготовительные упражнения к прыжкам классического танца;
- Temps leve (по VI, I, II, V позициям)

Вращения (тур):

- Подготовительные упражнения на удержание точки;
- Вращение на месте;
- «Циркуль»;
- Тур «Шене».

4. Основы актерского мастерства

Теория:

- Знакомство с упражнениями и разделами основ актерского мастерства (импровизация; мышечная свобода; артистичность)

Практика:

Импровизация:

- Игра «Зеркало»;
- Игра «Контактная цепочка»;
- Игра «Магнит»;
- Игра «Снежный ком»;
- Игра «Незаметно повтори».

Мышечная свобода:

- Снятие телесных зажимов;
- Напряжение-расслабление;
- Игра «Кукольный магазин»;
- Игры на тренировку внимания.

Артистичность:

- Игра «Веселый человечек»;
- Игра «Угадай эмоцию»;
- Игра «Угадай настроение»;

- Игра «Лампочки»

5. Постановочно-репетиционная работа

Теория:

- Знакомство с темой, идеей и музыкальным сопровождением хореографической постановки;
- Знакомство с базовыми движениями композиции.

Практика:

Постановочная работа:

- Прослушивание музыкального сопровождения;
- Работа над постановкой танцевального номера.

Репетиционная работа.

- Репетиционная работа хореографического номера;
- Генеральные репетиции;
- Примерка костюмов.

6. Контрольное занятие.

Практика:

- Подведение итогов за 1 полугодие. Показ выученных упражнений.

7. Итоговое занятие.

Практика:

- Подведение итогов за год. Показ выученных упражнений.

IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основной формой организации учебного процесса по программе «Современная хореография» является учебное занятие.

Типы учебных занятий:

Сообщение и усвоение новых знаний. На данных занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения, проводится наглядный показ. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

Повторение и обобщение знаний. На данных занятиях предполагается повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторях выбирается кто-то из детей, выполняющих движение правильно, лучше других или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

Закрепление знаний, выработка умений и навыков. Дети практически самостоятельно, без подсказки должны уметь выполнять все заученные движения и танцевальные комбинации.

Применение знаний, умений, навыков. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют этюд, мини-композицию на тему, данную им педагогом. Такие типы занятий развивают воображение. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Репетиционное - постановочное. На данных занятиях происходит отработка сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работа с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

Методы и приемы обучения

При обучении детей по программе применяются различные методы и приемы обучения.

1. *Наглядные методы* (образный показ педагога, эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем, подражание образам окружающей среды, наглядно-слуховой приём, демонстрация эмоционально-мимических навыков);

2. *Словесные методы* (рассказ, объяснение, инструкция, беседа, лекция, анализ и обсуждение, словесный комментарий педагога по ходу исполнения упражнений или танца, прием раскладки хореографического па, прием словесной репрезентации образа хореографического движения);

3. *Практический метод* (игровой прием, детское творчество, соревновательность и переплясность, использование образов-ассоциаций, комплексный приём обучения, выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений), фиксация отдельных этапов хореографических движений, сравнение и контрастное чередование движений и упражнений, приём пространственной ориентации, развитие основных пластических линий, музыкальное сопровождение танца как методический приём, хореографическая импровизация, приём художественного перевоплощения.)

Дидактические материалы:

- картины, иллюстрации с изображением танцоров, танцевальных элементов, костюмов;
- видеозаписи танцевальных номеров, концертов.

Материально-техническое обеспечение:

- наличие танцевального зала;
- оборудование зала: станки, зеркала, раздевалка, комната для преподавателей, костюмерная;
- техническое оснащение: музыкальный центр, фортепиано, диски с фонограммами, скакалки,
- гимнастические коврики;
- оформление концертных номеров: изготовление костюмов в соответствии с репертуаром;
- бутафория.

Форма одежды для обучающихся:

Для девочек: черный купальник, черные лосины, балетки черного цвета, белые и черные носки, волосы собраны в пучок.

Для мальчиков: белая футболка, черные спортивные брюки или шорты, балетки черного цвета, белые и черные носки.

V. МОНИТОРИНГ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ.

Отслеживание образовательных результатов, обучающихся позволяет объективно оценить качество освоения программы. Для отслеживания результатов используется несколько видов контроля: начальный (входной), промежуточный и итоговый.

Начальный (входной) контроль

Цель: определение уровня развития обучающихся, их задатков, способностей к танцевальной деятельности.

Задачи:

- определение общего уровня развития ребенка;
- выявление природных способностей к танцу.

Сроки проведения: сентябрь

Форма контроля: выполнение упражнений, собеседование.

Содержание:

Ребенку предлагается повторить за педагогом следующие упражнения под музыку:

- Исполнение упражнений на ритмичность;
- Исполнение упражнений координацию;
- Исполнение простых танцевальных элементов.

Критерии оценки:

Низкий уровень (1-4 балла) – ребенок допускает много ошибок в процессе исполнения движений, не развит музыкальный слух, минимальный уровень способностей к хореографии, рассеянное внимание.

Средний уровень (5-8 баллов) – ребенок исполняет движения, но допускает незначительные ошибки, развит музыкальный слух, но координация движений недостаточно развита.

Высокий уровень (9-10 баллов) – ребенок правильно исполняет движения, четко сочетает музыку с движениями, на уровне развита координация движений.

Промежуточный контроль

Цель: определение уровня усвоения обучающимися программного материала, выявление промежуточных результатов обучения.

Задачи:

- Определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- Определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным периодом обучения.

Сроки проведения: декабрь

Форма проведения: контрольное занятие.

Содержание:

Теоретическая часть:

- Терминология классического танца;
- Терминология современного танца;
- Методика исполнения движений.

Практическая часть:

- Исполнение упражнений классического танца;
- Исполнение упражнений современного танца;
- Исполнение танцевальных комбинаций;

Критерии оценки:

Низкий уровень (1-4 балла) - ребенок не владеет теоретическими знаниями, не развит музыкальный и ритмический слух, не правильно исполняет упражнения. Не способен к самостоятельности.

Средний уровень (5-8 баллов) - ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, слышит музыку и ритм, согласовывает движения с музыкой, но допускает не точности в исполнении движений. Эмоциональная отзывчивость, интерес.

Высокий уровень (9-10 баллов) - ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями, выполняет движения без ошибок, ориентируется в пространстве. Физическая выносливость, двигательная активность.

Итоговый контроль.

Цель: выявления уровня усвоения обучающимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

Задачи:

- определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами первого года обучения;
- выявление уровня усвоения теоретических знаний

Сроки проведения: конец апреля-начало мая

Форма проведения: итоговое занятие.

Содержание:

Теоретическая часть:

- Название танцевальных движений и элементов;
- Терминология классического танца;
- Правила выполнения выученных упражнений и движений.

Практическая часть:

- Упражнения на середине зала;
- Элементы современного танца;

- Исполнение хореографической постановки.

Критерии оценки:

Низкий уровень (1-4 балла) - обучающейся овладел менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой, исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, незнание методики исполнения изученных движений.

Средний уровень (5-8 баллов) - обучающейся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой, грамотное исполнение с небольшими недочетами, как в техническом плане, так и в художественном.

Высокий уровень (9-10 баллов) - обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и предусмотренными программой, технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.

VI. СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Базарова Н.П., Мей В. Азбука классического танца. Учебно-методическое пособие. – Л.: Искусство, 1983 г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии – М.: Айрис Пресс, 2000
3. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.
4. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография /Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000.
5. Васенина, Е. Российский современный танец. Диалоги / Е. Васенина. – Москва, 2005. – 264 с.
6. Горшкова Е.В. О музыкально-двигательном творчестве в танце / Е.В. Горшкова. – М. 1991
7. Заболотская М.А. «Хореография».- Издательство «Искусство», С.-Петербург, 1998г.
8. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003
9. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики.
10. Игры: обучение, тренинг, досуг /Под ред. В.В. Петрусинского. – М.: Новая школа, 1994
11. Никитин В. Ю. Мастерство хореографа в современном танце: Учебное пособие. - СПб: издательство «Лань», 2016
12. Полятков, С. С. Основы современного танца / С. С. Полятков. - 2-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 80 с.

