

Филиал муниципального бюджетного образовательного учреждения
дополнительного образования
дворец детского (юношеского) творчества
города Ишимбая муниципального района Ишимбайский район
Республики Башкортостан

Принята на заседании

Педагогического совета

«30» 08 2022 г.

Протокол № 1

«30» 08 2022 г.

Утверждаю:

Директор МБОУ ДО ДД(Ю)Т

Л.В.Богданова

Приказ № 213 от

«01» 09 2022 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
« Первые шаги».**

Уровень программы: базовый.

Срок реализации: 4 года.

Возраст учащихся: (9-11,12-14 лет).

Состав группы: до 15 человек.

Форма обучения: очная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID номер в Навигаторе: 6574

Автор - составитель:

Сафарова Елена Рашитовна

Педагог дополнительного образования

с. Ишеево, 2022г.

Год разработки программы: 2020г.

Лист внесения изменений в программу

Дата внесения изменений	Раздел программы	Внесенные изменения
15.09.2021	Раздел №1 комплекс основных характеристик программ.	Новизна, педагогическая целесообразность.
1.09.2022	Раздел №2 комплекс организационно педагогических условий.	Пункт « кадровое обеспечение».
	Раздел 2.21 календарный учебный график.	Внесена таблица и пояснение к ней.

Внутренняя экспертиза проведена.

Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете учреждения.

Методист: _____ / _____

_____ 2022

Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Первые шаги» составлена на основе:

1. Федерального Закона РФ от 29,12,2012 г №273 "Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 №304-ФЗ « О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся») (далее-ФЗ №273);
2. Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г.№ 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. №196»
3. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г.№28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 « Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
4. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
5. Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014г №1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
6. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. №06-1844 "О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей"
7. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г№09-3242 «О направлении информации» (вместе с « Методическими

- рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»
8. Устав МБОУ ДО ДД(Ю)Т г. Ишимбай МР ИР РБ от 15.03.2021 г.
 9. Приказ Министерства Просвещения России от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
 10. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» от 07.12.2018г.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа « Первые шаги» имеет художественную направленность, базовый уровень освоения содержания программы.

Данная программа реализуется в филиале МБОУ ДО ДД(Ю)Т по адресу: 453236, Республика Башкортостан, р-он Ишимбайский, на базе МБОУ СОШ с.Ишеево, ул.Галлямова, д.18.

Актуальность программы: обусловлена тем, что в настоящее время, в современном мире особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни.

Танец – это музыкально - пластическое искусство. Как всякий вид искусства танец отражает окружающую жизнь в художественных образах. Занятие хореографией позволяет восполнить дефицит движений, способствует развитию грации, осанки, красоты тела. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я».

Новизна данной образовательной программы заключается в изучение основных направлений хореографии: гимнастика, классический, народно-сценические и современный танцы. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента каждого учащегося, а также на развитие его сценической культуры.

Педагогическая целесообразность – данной программы в том, что занятия по хореографии поднимают общий уровень визуальной культуры, развивают культуру общения, решая тем самым одну из глобальных задач нашего

времени, обеспечивают социально - нравственную адаптацию ребенка. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, формируют правильную осанку, развивают мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заключается в содержании. Программа включает разные направления деятельности: постановочную, репетиционную, культурно – образовательную, а также творческую мастерскую. Так же все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Адресат программы. Программа предназначена для учащихся 9-15 лет. Набор учащихся на программу « Первые шаги» происходит по свободному принципу. Принятыми могут быть все желающие, не имеющие особых хореографических способностей. Для приема нужно заявление от родителей о приеме ребенка, согласие на обработку персональных данных и регистрация на портале Навигатор дополнительного образования.

Краткая характеристика учащихся.

Обучающиеся 9-10 лет. Дети очень подвижны, физически активны, но и устают гораздо быстрее. Знакомятся с основными элементами танца, работают над созданием хореографических этюдов при помощи педагога.

Обучающиеся в возрасте 12-15 лет. Самостоятельно создают хореографические этюды, принимают участие в конкурсах. Также получают задания повышенной трудности (например, создание русских движений, башкирских реализацию их потенциальных возможностей).

Возрастные особенности учащихся.

Младший школьный возраст: С поступлением в школу изменяется весь строй жизни ребенка, меняются его режим, отношения с окружающими людьми.

Очень большую значимость играет наглядный показ, поэтому педагогу требуется преподнести танцевальные движения и манеру исполнения в красочной форме, дабы избежать потерю стимула к занятиям хореографией. У ребенка появляются новые потребности: овладевать новыми знаниями, точно выполнять требования учителя, приходить на занятия вовремя.

Средний школьный возраст: Подростки склонны к выполнению самостоятельных заданий и хореографических работ на занятиях. Они с готовностью берутся за любые движения и могут сами исполнить этюд или не большой танец. Если младший школьник в большинстве случаев удовлетворяется похвалой, исходящими непосредственно от педагога, то подростка больше затрагивает общественная оценка.

Срок освоения и объем программы

Программа рассчитана на 4 года обучения по 144 часа в год. Часовая недельная нагрузка программы составляет 4 часа для занятий с одной группой. На полное освоение программы требуется 432 часа, включая индивидуальные репетиции.

Занятия проводятся на группах постоянного состава.

Наполняемость в группах составляет:

первый год обучения – 12 -15 человек;

второй год обучения – 10-12 человек;

третий год обучения -10-12 человек;

четвертый год обучения- 9-10 человек;

Уменьшение числа учащихся в группе на третьем и четвертых годах обучения объясняется увеличением объема и сложности изучаемого материала.

Форма обучения: Очная.

В период приостановки образовательной деятельности в связи с ростом заболевания населения вирусными инфекциями образовательный процесс организуется с применением дистанционных технологий.

Организационные формы обучения:

Занятия могут проводиться индивидуально или всем составом. Группы формируются из обучающихся разного возраста.

Формы проведения занятий:

Индивидуальные занятия (сольные номера).

Коллективные занятия (участие в конкурсах, праздниках)

Формы организации занятий:

- беседа (теоретические материалы)
- практические занятия
- дистанционные занятия.

Режим занятий

Периодичность и продолжительность занятий устанавливается в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей, допустимой нагрузки обучающихся.

Продолжительность одного академического часа-45 мин. Перерыв между учебными занятиями-10 минут. Общее количество часов в неделю-4 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

1.2 Цели и задачи программы:

Цель: Формирование творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

Задачи:

1. Личностные:

- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- воспитать культуру общения и поведения в коллективе, уважения к сверстникам, к себе;

2. Метапредметные:

- развитие у детей способности к самостоятельной и коллективной деятельности;
- развивать музыкальные и физические данные детей, способствовать улучшению координации движений;

3. Предметные:

-формирование системы знаний, умений и навыков по гимнастике, классическому, современному, народно - сценическому танцу.

1.3 Содержание программы

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Название разделы, темы	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в программу. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	беседа
2	Разминочный комплекс. Общеразвивающие упражнения.	25	5	20	Беседа, наблюдение, анализ
3	Танцевальная азбука.	25	5	20	Беседа, наблюдение
4	Рисунок танца	16	8	8	Беседа, наблюдение
5	Музыкально подвижные игры.	24	4	20	Беседа, наблюдение, анализ
6	Постановочная репетиционная работа.	48	4	44	Беседа, наблюдение.
7	Промежуточная аттестация.	2	1	1	Контрольный урок.
8	Итоговое занятие.	2	1	1	Контрольный урок.
9	Итого:	144	29	115	

--	--	--	--	--	--

Содержание программы 1 года обучения

Раздел 1. Введение в программу. Инструктаж по ТБ.

Теория: - знакомство с детьми, «Его величество – танец!» Беседа «Танец – это радость». Правила поведения на занятиях, техника безопасности.

Практика: Проверка ритмического слуха. Построение в колонну по одному, по четыре. Изучение поклона.

Раздел 2. Разминочный комплекс. Общеразвивающие упражнения.

Теория: Общеразвивающие упражнения (ОРУ) (в гимнастике называются доступные занимающимся, несложные в техническом отношении элементарные движения телом и его частями, выполняемые с целью оздоровления, воспитания физических качеств, улучшения функционального состояния организма).

Практика: - упражнение «воздушный шар» - построение в круг;

- «Сова» , «Ветер дует» - упражнения со словами;

- общеразвивающие упражнения на полу «Сказочный лес»,

- «Пяточка носочек». Марш Солдат.

- «Тик-так»,

«Волшебный цветок» - комплекс упражнений на растяжку;

- упражнения развивающие гибкость позвоночника «Складка», «Колечко»;

- укрепление мышц спины «Кошка-собака», «Змея»;

- упражнения на укрепление пресса «ступеньки», «ножницы»

- упражнения на развитие равновесия «Цапля»
- закрепление знаний.

Раздел 3. Танцевальная азбука.

Теория: Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы. Поклон-приветствие. Позиция ног – VI. Характер исполнения номера: веселый, грустный, торжественный и т.д. Музыкальные темпы: быстро, медленно, умеренно

Практика:- левая и правая стороны, танцевальные шаги, бег, прыжки.

Экзерсис на середине зала:

- танцевальные позиции рук – подготовительная 1,3,
- постановка корпуса,
- танцевальные позиции ног 1,2,6,я
- деми плие в 1 и 6 позиции,
- прогиб корпуса в сторону и вперед,
- упражнение “Цветочек”,
- закрепление пройденного материала.

Раздел 4. Рисунок танца.

Теория: Рисунок танца, как одно из выразительных средств в хореографии.

Истоки возникновения рисунка танца. Рисунок танца – “Круг” (рассказ из истории). Взаимосвязь рисунка танца и танцевальной лексики, драматургии и музыкального материала.

Практика:

- Полукруг, круг в круге,

- Круг парами,
- Колонна, линия,
- Перестроение из круга в колонну, в линию,
- Перестроение из нескольких кругов в 2 линии.

Раздел 5. Музыкальные подвижные игры.

Теория: Подвижная игра – незаменимое средство пополнения знаний и представлений ребенка об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. При проведении подвижной игры создаются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся двигательных навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование качеств личности.

Практика:

- «Жучки»,
- «Баба-яга»,
- «Мы с тобой идем по кругу»,
- «Обезьянка»,
- «Поезд едет».

Раздел 6. Постановка танца.

Теория: Дать общую характеристику танца, отметить особенности, провести беседу об особенностях фольклорного творчества данного народа, рассмотреть иллюстрации или слайды, знакомящиеся с костюмами, познакомить с видеоматериалами.

Практика:

-разучивание и постановка танца «Башкирская полечка», «Хоровод цветов», «Буратино», «Матросский танец», «Морячка», башкирский танец «Лебеди», «Танец с подносами»

-разучивание и постановка танца «Хоровод дружбы».

Раздел 7. Промежуточная аттестация.

Группа №1 Тема: « Основы классического танца».

Группа №2 Тема: «Основы народного танца».

Раздел 8. Итоговая аттестация.

Группа №1 Тема: «Классические движения на середине». Танец « Бабочки».

Группа №2 Тема: «Комбинация танцевальных движений классического, народного танца». Башкирский танец «Абзелилочка».

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2-го года обучения

№	Название разделы, темы	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в программу. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	беседа
2	Азбука музыкального движения	25	5	20	Беседа, наблюдение, анализ
3	Элементы	25	5	20	Беседа,

	классического танца				наблюдение
4	Элементы народно сценического танца	24	4	20	Беседа, наблюдение
5	Музыкально подвижные игры.	16	4	12	Беседа, наблюдение, анализ
6	Постановочная репетиционная работа.	48	4	44	Беседа, наблюдение, анализ
7	Промежуточная аттестация.	2	1	1	Контрольный урок
8	Итоговая аттестация.	2	1	1	Контрольный урок
9	Итого	144	25	119	

Содержание второго года обучения

Раздел 1. Введение в программу. Инструктаж по ТБ.

Теория: Цели и задачи на предстоящий учебный год. Знакомство с детьми.

Создать хорошую обстановку на занятии. Дать понятие танец, темп, ритм.

Провести инструктаж по техники безопасности.

Практика: Беседа о хореографии, в которой раскрываются цели и задачи программы. Правила поведения на занятиях, этика, гигиена, техника безопасности.

Раздел 2.Азбука музыкального движения.

Теория: Научить детей двигаться под музыку и перестраиваться. Привить детям театральные навыки в виде работы над образными упражнениями.

Основные понятия: музыка, темп, такт.

Практика: Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движения».

Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4 .контрастная музыка: быстрая, веселая, грустная.

Раздел 3. Элементы классического танца

Теория: Классический танец – фундамент хореографического творчества.

Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы.

Практика: Экзерсис у станка

- demi- plie ,grand – plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battements frappes, battements fondu

Экзерсис на середине зала:

-танцевальные позиции рук – подготовительная 1,3,

-постановка корпуса,

-танцевальные позиции ног 1,2,6,

-деми плие в 1 и 6 позиции,

-прогиб корпуса в сторону и вперед,

-закрепление пройденного материала.

Раздел 4. Элементы народного сценического танца

Теория: Научить элементам русского танца и характерным чертам исполнения. Прививать детям любовь к народным танцам. Беседа о народном танце, сюжетах и темах некоторых танцев, об особенностях народных движений.

Практика: Экзерсис у станка: позиции ног, позиции и положения рук; постановка корпуса. Переводы ног из позиции в позицию; приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям. Упражнение с напряженной стопой (battements tendus) 1-й позиции прямой на каблук с полуприседанием (demi-plie) на

опорной ноге. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 3-й и 5-й позиции вперед, в сторону и назад с полуприседанием в исходной позиции. Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги на 45 градусов, вперед в сторону и назад, на вытянутой ноге. Притопы, пере топы, простой (бытовой) шаг, простой русский шаг, боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции. Бег на месте с продвижением вперед и назад. «Веревочка» простая. «Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом. «Ключ» простой (с переступанием). Положения рук в парных и массовых танцах- «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель».

Раздел 5. Музыкальные подвижные игры.

Теория: Подвижная игра – незаменимое средство пополнения знаний и представлений ребенка об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. При проведении подвижной игры создаются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся двигательных навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование качеств личности.

Практика:

- «Жучки»,
- «Баба-яга»,
- «Мы с тобой идем по кругу»,
- «Обезьянка»,
- «Поезд едет».

Раздел 6. Постановка танца.

Теория: Дать общую характеристику танца, отметить особенности, провести беседу об особенностях фольклорного творчества данного народа,

рассмотреть иллюстрации или слайды, знакомящиеся с костюмами, познакомить с видеоматериалами.

Практика:

-разучивание и постановка танца «Башкирская полечка», «Хоровод цветов», «Буратино», башкирский танец «Лебеди» ,

-разучивание и постановка танца «Хоровод дружбы». «Лирический танец»

Раздел 7. Промежуточная аттестация.

Группа №1 Тема: « Основы народного танца».

Группа №2 Тема: «Основы классического танца».

Раздел 8. Итоговая аттестация.

Группа №1 Тема: «Народные движения на середине». Танец « Морячка».

Группа №2 Тема: «Комбинация классических движений у станка».

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3 год обучения

№	Название разделы, темы	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в программу. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	беседа
2	Народно сценический танец	25	5	20	Беседа, наблюдение, анализ
3	Основы классического	25	5	20	Беседа,

	танца.				наблюдение
4	Основы современного танца	22	2	20	Беседа, наблюдение
5	Музыкально подвижные игры.	10	2	8	Беседа, наблюдение, анализ
6	Гимнастика.	12	4	8	Беседа, наблюдение, анализ
7	Постановочная репетиционная работа.	48	4	44	Беседа, наблюдение, анализ.
8	Промежуточная аттестация.	2	1	1	Контрольный урок
9	Итоговое занятие.	2	1	1	Контрольный урок
10	Итого:	144	23	121	

Содержание программы 3 года обучения

Раздел 1. Введение в программу. Инструктаж по ТБ.

Теория: Цель и задачи предстоящего года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Инструктаж по ТБ.

Практика: Беседа о хореографии, в которой раскрываются цели и задачи программы. Правила поведения на занятиях, этика, гигиена, техника безопасности.

Раздел 2. Народно сценический танец.

Теория: Выполнение движений и рисунков русского народного танца.

Практика:- комбинации и основные элементы народного танца;

-переходы и рисунки;

-элементарные трюковые комбинации в стиле русского народного танца;

-развитие пластики тела: наклоны, прогибы, выпады.

-комбинации и основные элементы татарского танца.

Раздел 3. Основы классического танца.

Теория: Классический танец – фундамент хореографического творчества.

Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы.

Классический танец развивает осанку, вырабатывает ответственность, уважение к искусству, развивает гибкость и легкость.

Практика: Постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе освоения основных движений классического экзерсиса у станка, развитие навыков координации движений. Развитие техники и выразительности исполнения. Сложная координация движений за счет использования поз в экзерсисе у станка и на середине.

Экзерсис на середине зала: Экзерсис на середине зала имеет такое же значение и развитие, как и экзерсис у палки. На середине зала значительно сложнее, так как следует сохранять выворотность ног и равновесие тела без помощи палки.

-танцевальные позиции рук – подготовительная 1,2,3

-постановка корпуса,

-танцевальные позиции ног 1,2,3,4,5,6

-деми плие по 1-2 позициям в положении en face, по 5 позиции.

-прогиб корпуса в сторону и вперед,

- Releve на полупальцы по 1,2,5 позициям с вытянутых ног.

-закрепление пройденного материала.

Раздел 4. Основы эстрадного танца

Теория: История появления и значение эстрадного танца;

-Особенности средств выразительности: темп, динамика движения, характер.

-характер музыкального сопровождения эстрадного танца.

-особенности подачи и исполнения элементов эстрадного танца.

Практика: Положение головы, рук, корпуса и ног, характерно эстрадному танцу.

- развитие координации тела в ходе выполнения комбинаций.

-дыхательные, музыкально-ритмические упражнения.

-синхронность при групповом исполнении постановок в современном стиле.

Раздел 5. Музыкально подвижные игры.

Теория: Подвижная игра – незаменимое средство пополнения знаний и представлений ребенка об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. При проведении подвижной игры создаются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся двигательных навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование качеств личности.

Практика:

-«Ручки – ножки, танцуйте»

-« Воробышки»

-«Музыкальные стулья»

-«Надень шляпу»

-«Парные круги».

Раздел 6. Гимнастика.

Теория: Гимнастика представляет собой особую систему упражнений, которые призваны укрепить мышцы и развить силу, улучшить или восстановить подвижность суставов, придать тканям, связкам и мышцам эластичность. Выполнение различного рода упражнений, в положении сидя, лежа, на боку.

Практика: упражнение на подвижность голеностопного сустава;

-упражнение на развитие шага. Растяжка ног (вперед , в сторону), развитие выворотности ног.

-упражнение на развитие гибкости;

-упражнение на укрепление позвоночника;

- упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса;

- упражнение на полу (шпагат).

Раздел 7. Постановка танца.

Теория: Дать общую характеристику танца, отметить особенности, провести беседу об особенностях фольклорного творчества данного народа, рассмотреть иллюстрации или слайды, знакомящиеся с костюмами, познакомить с видеоматериалами.

Практика:

Разучиваются танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях и выстраиваются в танец.

-разучивание и постановка танца: башкирский танец «Семь девушек», башкирский таец «Цветок курая», татарский танец «Апипа»,танец « Толпар»,

-разучивание и постановка танца: танец «С зонтиками», « Башкирский танец бабочки». Русский танец « Лебедушка».

Раздел 7. Промежуточная аттестация.

Группа№1 Тема: « Основы народного танца».

Гуппа№2 Тема: «Основы современного танца».

Раздел 8.Итоговая аттестация.

Группа №1 Тема: «Народные и башкирские движения на середине».

Группа №2 Тема: «Комбинация современных движений у станка».

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

4 год обучения

№	Название разделы, темы	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в программу. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	беседа
2	Народно сценический танец	24	4	20	Беседа, наблюдение, анализ
3	Основы классического танца.	24	4	20	Беседа, наблюдение
4	Основы современного танца	22	4	18	Беседа, наблюдение
5	Гимнастика.	22	4	18	Беседа,

					наблюдение, анализ
6	Постановочная репетиционная работа.	46	2	44	Беседа, наблюдение, анализ.
7	Промежуточная аттестация.	2	1	1	Контрольный урок
8	Итоговое занятие.	2	1	1	Контрольный урок
9	Итого:	144	21	123	

Содержание программы 4 года обучения

Раздел 1. Введение в программу. Инструктаж по ТБ.

Теория: Цель и задачи предстоящего года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Инструктаж по ТБ.

Практика: Беседа о хореографии, в которой раскрываются цели и задачи программы. Правила поведения на занятиях, этика, гигиена, техника безопасности.

Раздел 2. Народно сценический танец.

Теория: Выполнение движений и рисунков русского народного танца.

Практика: Повторение изученного материала 3 года обучения .Экзерсис у станка: позиции ног; позиции и положения рук; постановка корпуса. Комбинации и основные элементы народного танца;

-переходы и рисунки;

-элементарные трюковые комбинации в стиле русского народного танца;

- развитие пластики тела: наклоны, прогибы, выпады.
- комбинации и основные элементы татарского танца.
- подбивки одинарные.
- простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.

Раздел 3. Основы классического танца.

Теория: Классический танец – фундамент хореографического творчества.

Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы.

Классический танец развивает осанку, вырабатывает ответственность, уважение к искусству, развивает гибкость и легкость.

Практика: Постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе освоения основных движений классического экзерсиса у станка, развитие навыков координации движений. Развитие техники и выразительности исполнения. Сложная координация движений за счет использования поз в экзерсисе у станка и на середине.

Экзерсис на середине зала: Экзерсис на середине зала имеет такое же значение и развитие, как и экзерсис у палки. На середине зала значительно сложнее, так как следует сохранять выворотность ног и равновесие тела без помощи палки.

-создание комбинаций деми-плие и гранд-плие с использованием движения рук

-батман тандю жете с пике по всем направлениям. Ронд де жамб партер без пауз.

-упражнение для рук, головы, корпуса (пор де бра). Адажио. Медленное поднимание ноги вперед, в сторону и назад.

-Прыжки с 5 и (эшаппе) из 5 во 2 и обратно.

- Releve на полупальцы по 1,2,5 позициям с вытянутых ног.

-закрепление пройденного материала.

Раздел 4. Основы эстрадного танца

Теория: История появления и значение эстрадного танца;

-Особенности средств выразительности: темп, динамика движения, характер.

-характер музыкального сопровождения эстрадного танца.

-особенности подачи и исполнения элементов эстрадного танца.

Практика: Положение головы, рук, корпуса и ног, характерно эстрадному танцу.

- развитие координации тела в ходе выполнения комбинаций.

-дыхательные, музыкально-ритмические упражнения.

-синхронность при групповом исполнении постановок в современном стиле.

-соединение всех возможных движений торса в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а так же с поворотами на одной ноге.

Раздел 5. Гимнастика.

Теория: Гимнастика представляет собой особую систему упражнений, которые призваны укрепить мышцы и развить силу, улучшить или восстановить подвижность суставов, придать тканям, связкам и мышцам эластичность. Выполнение различного рода упражнений, в положении сидя, лежа, на боку.

Практика: упражнение на подвижность голеностопного сустава;

-упражнение на развитие шага. Растяжка ног (вперед, в сторону), развитие выворотности ног.

- упражнение на развитие гибкости;
- упражнение на укрепление позвоночника;
- упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса;
- упражнение на полу (шпагат).

Раздел 6. Постановка танца.

Теория: Дать общую характеристику танца, отметить особенности, провести беседу об особенностях фольклорного творчества данного народа, рассмотреть иллюстрации или слайды, знакомящиеся с костюмами, познакомить с видеоматериалами. Беседа с обучающимися о предстоящих выступлениях, решение организационных вопросов. Обсуждение правил поведения на массовых мероприятиях.

Практика:

Разучиваются танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях и выстраиваются в танец.

-разучивание и постановка танца: башкирский танец «Семь девушек», Индийский танец, марийский танец «Лошкари», китайский танец «с веерами».

-разучивание и постановка танца: танец «С зонтиками», Башкирский танец «с подносами», Русский танец «Лебедушка», Испанский танец «Тарантелла».

Раздел 7. Промежуточная аттестация.

Группа №1 «Основы народного танца». Народные движения у станка и на середине. Танец «Тарантелла».

Группа №2 «Основы народного и башкирского танца». Марийский танец «Лошкари».

Раздел 8.Итоговая аттестация.

Группа №1 Тема: Комбинация танцевальных движений с использованием основных поз народного танца».Русский танец «Лебедушка».

Группа №2 Тема: «Комбинаций танцевальных движений классического, народного танца. Индийский танец, Китайский танец «С веерами». Башкирский танец «Толпар».

Планируемые результаты

В процессе 1 года обучения:

Личностные:

- способствовать формированию общей культуры личности;
- целеустремленность в достижении поставленной цели, уметь работать в коллективе;

Метапредметные:

- развивать музыкальные и физические данные детей, образное мышление, фантазию и память, формировать творческую активность и развивать интерес к танцевальному искусству;

Предметные:

- научить детей владеть своим телом, обучить основам актерского мастерства, научить детей вслушаться в музыку, различать выразительные средства;

В процессе 2 года обучения:

Личностные:

- способствовать формированию общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;
- формировать потребность здорового образа жизни;

Метапредметные:

- развивать у детей музыкально - ритмические навыки, воображение и мышление. художественный и эстетический вкус;

Предметные:

- дать теоретические знания по всем направлениям хореографического искусства, обучить навыкам правильного и выразительного движения в области, народной и современной хореографий;

В процессе 3 года обучения:

Личностные:

- развивать способности учащихся к эстетическому восприятию мира, приобщить их к различным видам культурной деятельности, сформировать культуру зрителя и слушателя;

Метапредметные:

- развивать творческие способности учащихся через постановочную деятельность;
- развивать пластичность, координацию, хореографическую память, внимание;

Предметные:

- подготовить двигательный аппарат учащихся к исполнению танцевального материала различного характера и степени технической трудности;

В процессе 4 года обучения учащихся узнают:

Личностные:

- вырабатывать навыки сольного и ансамблевого исполнения;
- поддержание потребности к музыкально – танцевальной двигательной деятельности;

Метапредметные:

- выразительно и музыкально исполнять движения, комбинации, танцевальные постановки;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями;
- обучение детей приемам самоконтроля и взаимоконтроля;

Предметные:

- формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографий;
- развитие силы, выносливости, гибкости, координации движения;

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий:

2.1 Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы» Первые шаги» на 2022-2023 учебный год.

4 год обучения 1 группа	02.09.2022	31.05.2023	36	72	144	2 часа по 2 раза
2 группа	02.09.2022	31.05.2023	36	72	144	2 часа по 2 раза

Промежуточная аттестация:

21.12.2022г. Группа №1. Тема: «Основы народного танца». Народные движения у станка и на середине. Танец «Тарантелла».

27.12.2022г. Группа №2. Тема: «Основы народного и башкирского танца». Марийский танец «Лошкари».

Итоговое занятие:

24.05.2023г. Группа №1. Тема: «Комбинация танцевальных движений с использованием основных поз народного танца». Русский танец «Лебедушка».

25.05.2023г. Группа №2. Тема: «Комбинаций танцевальных движений классического, народного танца. Индийский танец, Китайский танец «С веерами». Башкирский танец «Голпар».

Календарный учебный график для каждой группы – приложение №1

2.2 Условия реализации программы:

2.2.1 Материально-технические условия:

Помещение, в котором проводятся занятия, светлое, уютное. В танцевальном зале имеются станки, скамейки, стулья для отдыха учащихся, раздевалка для переодевания. Раздевалка для девочек и мальчиков;

Перечень оборудования:

Маты гимнастические; коврики гимнастические; станок хореографический;

Технические средства:

Компьютер с колонками; музыкальный центр; проектор; фотоаппарат.

Дидактические материалы:

Справочные пособия, литература для общего пользования по хореографии;

Сборники фонограмм для постановки танцев;

Методическая литература для педагогов;

Спортивная форма:

На тренировках обучающиеся должны быть одеты в гимнастические купальники (девочки), носки, чешки; футболки, шорты(мальчики), носки, чешки.

2.2.2. Информационное обеспечение: электронные образовательные ресурсы, интернет – источники, аудиозаписи, компьютерные программы и др.

Кадровое обеспечение:

Реализовать программу может педагог дополнительного образования, имеющий среднее специальное профессиональное, обладающий достаточными знаниями и опытом практической работы с учащимися школьного возраста.

Приветствуются личные качества:

- коммуникабельность и умение находить общий язык как с детьми, так и с взрослыми, что только способствует эффективным занятиям;

- терпеливость и ответственное отношение к каждому ученику;
- способный вовлечь в работу и сделать процесс увлекательным;
- творческий и оптимистичный подход к учебному процессу, способный вовлечь учеников.

Программу «Первые шаги» объединения « Звонкий каблучок» реализует педагог дополнительного образования Сафарова Елена Рашитовна. Педагогический стаж 4 года. Образование - среднее профессиональное.

2.3 Формы аттестации.

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня умений и возможностей детей и определения уровня физической подготовленности, а также наличия или отсутствия нарушений осанки. Проводится в форме – выполнения упражнений.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся. Он проводится в различных формах: наблюдение, устного опроса, беседы, анализ на каждом занятии педагогом и учащимися качества выполнения упражнений и приобретенных навыков общения, по результатам конкурсов.

Промежуточный контроль предусмотрен в конце полугодия, с целью выявления уровня освоения программы обучающимися и корректировки процесса обучения. В качестве промежуточного контроля проводится открытое занятие перед родителями, участие в тематических праздниках.

Итоговый контроль показать оценку уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеразвивающей программы по завершению обучения. Проводится в форме показательных выступлений.

2.4. Оценочные материалы.

Для определения результативности освоения программы « Первые шаги» разработаны оценочные материалы

- Ведомость учета знаний и умений (Приложение № 2)
- Теоретическое задание. Викторина « В мире танца». (Приложение№3)
- Входная диагностика - упражнения (Приложение№4).

2.5.Методические материалы.

Методы обучения:- словесный метод используется при беседе, рассказе, при анализе музыкального или художественного произведения.

-наглядный метод используется при показе видеоматериалов.

-практический – упражнения, репетиции.

Педагогические технологии: при реализации программы используются следующие педагогические технологии: - технология индивидуализации обучения,

-группового обучения,

-технология коллективной творческой деятельности.

Формы учебных занятий: теоретические, практические, концерты, выполнение самостоятельной работы.

Алгоритм учебного занятия - краткое описание структуры занятия.

-поклон;

-разогрев на середине;

-гимнастика;

-классический или народный станок;

-середина башкирские движения;

-разучивание движений к танцу;

- постановка танца;

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература и периодические издания

1. Алексеева О.И. Народная хореография как составная компонента музыкального фольклорного наследия. //Наука. Искусство. Культуры. 2014. №3.С.34-41.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКТС», 1996-256С.

3. Бахрушина Н.А. Реализация инклюзии на занятиях по хореографии в общеобразовательной школе. // Вестник УГУЭС. Наука, образование, экономика.2013.№ 1(3) С. 124-128.
4. Ваганова А.Я.: Основы классического танца.- СПб.: Лань: Планета музыки,2007.
5. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала.- М.:Владос, 2003
6. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка.- М.:Владос, 2002
7. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Этюды._М.:Владос, 2004
8. Звездочкин В.А.: Классический танец.- Ростов на Дону: Феникс, 2003
9. Климов А.А.:Основы русского народного танца.- М.: МГУКИ, 2004
- 10.Коренева Т.Ф: Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста.- М.:Владос, 2001
- 11.Костровицкая В.С.: Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1986
- 12.Курников Д.В. Современная хореография как средство саморазвития личности. // Вестник новосибирского государственного педагогического университета. 2012. №2. Том 6. С. 87-91
- 13.Кюль Т.: Энциклопедия танцев от А до Я. – М.: Мой мир, 200814.
- 14.Лисицкая Т.С.: Хореография в гимнастике. – М.: Физкультура и спорт, 1984
15. Лифиц И.В.: Ритмика. – М.: Академия, 1999
- 16.Лопухов А.В.: Основы характерного танца. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
- 17.Лукьянова Е.А.: Дыхание в хореографии. – М.:Искусство, 1989
- 18.Мессерер А.: Уроки классического танца.- СПб.: Лань,2004

- 18.Насыбуллина Э.М. Роль народной хореографии в современной системе образования.// Известия Южного федерального Университета. Технические науки. 2012. №10. Том 135. С.236-241.
- 19.Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия Холдинг, 2000
- 20.Буренина А.И.: Ритмическая мозаика. – СПб., 2000 год
- 21.Роот З.Я.: Танцевальный калейдоскоп. – М.: «АРКТИ», 2004
- 22.Суворова Т.И.: Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 5. Учебное пособие. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007

СПИСОК ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ

1. Сайт «Все для хореографов»

Адрес сайта: <http://www.horeograf.com>

- 2.Сайт Академии Русского балета имени А.Я.Вагановой – нормативные документы в сфере хореографического образования, стандарты по хореографии, глоссарий. <http://en.academic.ru>. v <http://donhanlonjohnson.com>.

3. Методические разработки по хореографии <http://www.ug.ru>

- 4.«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу». .

http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_q_uot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1 .

ВЕДОМОСТЬ

учёта знаний и умений учащихся

объединение « Звонкий каблук» СОШ

промежуточная /итоговая/ аттестация 2022-2023 года

педагог ДО Сафарова Елена Рашитовна

№	Ф.И. учащегося	Итоговая оценка		Количество работ				Уровень подготовленности
		теория	практика	Всего предс. работ	оценка	На конкурс	Отмечено дипломом	

Итого: высокий уровень знаний и умений ____ чел. ____ %

Средний ____ чел. ____ %

Низкий ____ чел. ____ %

Критерии оценки: по уровням

1.Знание теории

Высокий: даётся полный ответ на поставленный вопрос.

Средний: знание в основном теоретического материала, допускаются незначительные ошибки.

Низкий: ответы на вопросы не даются.

2.Выполнение практических заданий

Высокий: правильное выполнение задания полностью.

Средний: выполнение работы, с незначительными ошибками.

Низкий: задание не выполнено.

3.Оценка выполненных зачётных работ

Высокий: работы соответствуют всем разработанным критериям

Средний: работы в основном соответствуют разработанным критериям

Низкий: работы не соответствуют разработанным критериям или не выполнены.

Критерии оценки за выполненные работы:

Эстетичность;

Аккуратность;

Правильность;

Оригинальность.

Теоретические задания.

Викторина « В мире танца»

1.Обувь балерины?

- а) балетки;
- б) джазовки;
- в) пуанты.**

2.Международный день танца?

- а) 30 декабря;
- б) 29 апреля;**
- в) 28 мая.

3. Назовите богиню танца:

- а) Майя Плисецкая;
- б) Айседора Дункан;
- в) Терпсихора.**

4. Что означает en face?

- а) спиной к зрителям;
- б) лицом к зрителям;**
- в) боком к зрителям.

5. Как называется балетная юбка?

- а) пачка;**
- б) зонтик;
- в) карандаш.

6. Что такое партерная гимнастика?

- а) гимнастика на полу;**
- б) гимнастика у станка;
- в) гимнастика на улице.

7. Сколько позиций рук в классическом танце?

- а) 2;
- б) 4;**
- в) 3.

8. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:

- а) станок;**
- б) палка;
- в) обруч.

9. Назовите направления хореографии. (Народный танец, классический танец, эстрадная хореография, современная хореография, уличные танцы)

10. «Фруктовый» танец всех моряков.

- а) мандарин;
- б) персик;
- в) яблочко.**

Приложение№4

Входная диагностика – упражнения

- Повороты головы, наклоны в сторону, вращение головы;
- Разогрев рук, растяжка рук;
- -« Мельница» плечевой состав;
- вращение предплечьями;
- разминка стоп, проработка стоп, растяжка стоп;
- упражнение для корпуса: вращение грудной клетки;

- упражнение для таза и бедер;
- упражнение на координацию (проучивается под медленную музыку, позднее темп может измениться на более быстрый);
- шаг с последующим прыжком и одновременным подъемом другой согнутой ноги вперед в прямом положении.