

Министерство просвещения Российской Федерации
Министерство образования и науки Республики Коми
Муниципальный район «Прилузский» Республики Коми

Принята на заседании
педагогического совета
МБОУ «СОШ» с.Ношуль
30.08.2023г. (Протокол № 1)

Утверждена
приказом по МБОУ
«СОШ» с.Ношуль
от 30.08.2023г. № 171

**Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа
«Хореография»**

Направленность: художественная
Возраст учащихся: 11-15 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составитель:
Смолева К.М.

Ношуль, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
1. Предлагаемая программа характеризуется направленностью	3
2. Задачи реализации программы.....	4
3. Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей	6
II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	7
III. ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	8
IV. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	10
V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	11

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа рассчитана на работу с детьми младшего подросткового возраста на основе приобщения к традиционным культурным ценностям. Она посвящена процессу овладения детьми ритмическими движениями с музыкальным сопровождением, концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. В соответствии с концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры, предметом обучения в объединении «Хореография» является двигательная активность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших подростков не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность, мышечная память. Позволяет не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка, приобщение к традиционным культурным ценностям.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Возраст детей от 11 до 15 лет. Занятия проводятся: по 1 часу 3 раза в неделю, 105 часов в год.

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

1. На реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными-половыми особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (хореографического кабинета);
2. На реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;

3. На соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого, к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
4. На достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области танцевальной культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
5. На усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений, упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий ритмическими упражнениями;
6. Региональный компонент, встроены в базовый курс.

Цель программы: укрепление физического и психологического здоровья, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

Образовательная цель программы: приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца.

Развивающая цель программы: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и самоопределение ребенка.

Учитывая эти особенности, данная программа ориентируется на решение образовательных задач.

Задачи реализации программы

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребенка;
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам;
- гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- дать представление о танцевальном образе;
- развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- воспитание культуры поведения и общения;
- развитие творческих способностей;
- воспитание умений работать в коллективе;
- развитие психических познавательных процессов – память, внимание, мышление, воображение;
- развитие и сохранение здоровья детей младшего школьного возраста;
- развития эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности;
- воспитание организованной, гармонически развитой личности;
- выявление творческих способностей в области искусства танца;
- приобретение навыков хореографического движения;
- ознакомление с жанровыми и стилистическими особенностями искусства танца.

В ходе обучения улучшается музыкальное восприятие, дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями. Учащиеся усваивают понятия «ритм», «счет», «размер» и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны учатся различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Также дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений.

Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждое занятие имеет конкретную цель – тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

В ходе занятий учащиеся сталкиваются с понятиями «угол поворота», «направление движения», «доли счета» ($1/4$, $2/4$, $3/4$ и т. д.), что способствует умению ориентироваться в пространстве, необходимость развития и использования абстрактного мышления

Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он появился, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:

- проведение открытых занятий для родителей;
- организация танцевальных конкурсов;
- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение итогового занятия в конце учебного года.

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование, темы	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Танцевальная азбука	30	1	29
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	20	1	19
3	Беседы по хореографическому искусству	10	1	9
4	Танец	35	1	34
5	Творческая деятельность	10	1	9
Итого:		105	5	96

III. ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. «Танцевальная азбука» (30 часов). Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно – характерного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

2. «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» (20 часов). Роль ритмики в повседневной жизни. Инструктаж по технике безопасности. Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 5 класса, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально – слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

3. «Беседы по хореографическому искусству» (10 часов). Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, ее специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства. Беседы проводятся отдельным занятием 1

раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д. Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы 13 помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства. Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.

4. «Танец» (35 часа). Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

5. «Творческая деятельность» (10 часов). Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребенка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. В играх детям предоставляется возможность «побывать» животными, актерами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

IV. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Дополнительная образовательная деятельность по хореографии должна проходить в специально оборудованном кабинете (зале), отвечающем гигиеническим требованиям и правилам пожарной безопасности, с достаточной площадью для выполнения поставленных педагогом задач, с хорошим освещением, специальным покрытием на полу (возможно ковровое покрытие). Зал должен быть оборудован зеркалами, для занятий в партере необходимы гимнастические коврики. Необходимо наличие технические средства обучения: музыкальный центр с флэш-накопителем. Необходимо так же наличие предметного материала: крупные и мелкие мячи, гимнастические ленты, фитболы, обручи, игрушки, аксессуары для народных танцев, бутлофория для танцев. Детям для занятий хореографией необходима специальная одежда и обувь.

Обязательная одежда и обувь для занятия

Для девочек

- Купальник черного цвета.
- Юбка белого цвета из легкой ткани.
- Балетки белого цвета (или чешки), носки.

Волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков

- Футболка черного цвета.
- Шорты темного цвета из легкой ткани, не облегающие, свободные.

- Балетки черного цвета (или чешки), носки.

Музыкальное сопровождение

- Компьютер
- Колонки
- Проектор

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Авилова С.А., Калинина Т.В. Игровые и рифмованные формы физических упражнений. Автор-составитель Волгоград: Учитель, 2008
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат – М.: ТЦ Сфера, 2009
3. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение». – М., 1984.
4. Белов М. «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства». – М., 1953.
5. Богданов Г. Работа над сценической русской народной хореографией. – М., 2009
6. Гафт А.М. исправление дефектов осанки на занятиях хореографией. Профилактика травматизма. Самомассаж. Методические рекомендации. 2010
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М.: Владос, 2004
8. Деген А. Мастера танца. Музыка. М., 1994
10. Иванов В.А. Детский танец, методическое пособие, Пермь, 1998
11. Кауль Н. Как научиться танцевать. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004
12. Колодницкий Г.А. Ритмические упражнения, хореография и игры/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов – М.: Дрофа, 2003
13. Полятков С.С. Основы танца. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006

15. Холопова В.Н. Теория музыки: мелодика, ритмика, фактура, тематизм: – СПб.: Лань, 2002
16. Шашкова Т.В. создание русских народных танцев на основе игровых песен. Методические рекомендации начинающим педагогам-хореографам, выпускникам вузов культуры и искусства.
17. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу – М., 2008