

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГАТЧИНСКИЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ЖУРАВУШКА»

«ПРИНЯТО»
на педсовете
Протокол № 3
от «31» августа 2016 г.



« УТВЕРЖДАЮ»
директор
МБОУ ДО «ГДДТ «Журавушка»
Микулина Ю.Т.
Приказ № 80
от «31» августа 2016 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Хореография»**

Возраст обучающихся: 8-13 лет
Срок реализации 1 год

Разработал: педагог
дополнительного образования
Афанасьева Юлия Игоревна

Гатчина
2016 г.

1. Пояснительная записка

Мы живем в нашем теле, без него невозможно существование в этом мире, оно является выражением нашей души. Это единство нельзя разорвать, не прервав одновременно и жизнь. Когда душа и тело находятся во взаимодействии, влияют друг на друга - развивается гармоническая, уравновешенная личность. Тело и его процессы - это фундамент личности. Через тело можно понять личность, сущность человека, через тело можно строить, развивая эту сущность намного сильнее. Любое хорошее воспитание во все времена было неразрывно связано с работой над телом. Красивый, полноценный человек представляется нам прямым, энергичным, с хорошей осанкой, походкой, умением пластично двигаться, танцевать, управлять своим телом, а достигается такое гармоничное развитие личности благодаря занятиям хореографией. Хореография - это танцевальное искусство, которое позволяет вырабатывать не только высокую физическую культуру тела, но и психологическую культуру: танцы дарят радость человеку, доставляют удовольствие, расслабляя после психических и нервно - эмоциональных нагрузок. Поэтому занятия хореографией являются важным этапом в воспитании детей. В наше время у каждого ребенка есть возможность развиваться полноценно и гармонично, уделяя внимание дополнительному образованию: и многие останавливают свой выбор именно на хореографии, раскрывают свои творческие способности, танцуют в профессиональных и любительских коллективах.

1.1 Направленность программы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография» относится к художественной направленности.

1.2 Актуальность программы.

Обучение хореографии - важное средство эстетического воспитания, развития творческих способностей, формирующих личность человека. У обучающихся воспитывается правильное ощущение красоты движений, способность передавать в них определённые эмоциональные состояния, различные настроения, переживания, чувства, развивается гибкость, координация движений, укрепляется опорно-двигательный аппарат. Обучающиеся получают знания сохранения и поддержки физического здоровья, красоты, умение организовать здоровый образ жизни.

1.3. Педагогическая целесообразность.

Качественное изучение дополнительной общеразвивающей программы «Хореография» создает условия для творческой самореализации личности обучающегося, укрепления физического здоровья. Программа позволяет практически применить основные педагогические принципы: доступность, системность, последовательность, заинтересованность, перспективность, учет особенностей при работе с обучающимися. Программа соответствует возрастным психолого-педагогическим особенностям обучающихся. В процессе работы возможна корректировка программы в зависимости от контингента учащихся, их индивидуальных возможностей.

1.4. Цель программы.

Цель программы «Хореография»: формирование творческой, физически развитой личности через раскрытие индивидуальных возможностей в области хореографии посредством изучения и развития устойчивого интереса к танцам.

1.5 Задачи программы.

Обучающие.

- Обучать основам теории музыки
- Формировать умение соотносить движение с музыкой;
- Обучать основам классического танца
- Формировать навык осмысленного и выразительного исполнения хореографических упражнений и элементов
- Обучать творческому использованию полученных умений и практических навыков.

Воспитательные.

- Воспитывать качества: дисциплинированности, трудолюбия, инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- Воспитывать культуру поведения
- Формировать межличностные отношения в коллективе, выработку навыков коллективной творческой деятельности.

Развивающие.

Развивать музыкальность:

- развивать способность чувствовать настроение и характер музыки.
- развивать чувство ритма.
- развивать музыкальную память.

Развивать двигательные качества и умения:

- развивать точность, координацию движений.
- развивать гибкость и пластичность.
- формировать правильную осанку.
- развивать умение ориентироваться в пространстве.
- обогатить двигательный опыт разнообразными видами движений.

Развивать творческие способности, потребность самовыражения в движении под музыку:

- развивать творческое воображение и фантазию.
- развивать способность к импровизации.

Развивать и тренировать психические процессы:

- развивать умение выражать эмоции в мимике и пантомимике.
- развивать восприятие, внимание, память.

Развивать нравственно-коммуникативные качества личности:

- формировать умение сопереживать другому.

1.6. Отличительные особенности программы.

Отличительной особенностью программы «Хореография» является то, что она направлена на синтез дисциплин: ритмика, гимнастика, хореография.

1.7. Возраст обучающихся:

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной программы - 8-13 лет.
В творческое объединение принимаются обучающиеся без специального отбора.

1.8. Сроки реализации программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения.(144 часа)

1.9. Формы и режим занятий.

Форма обучения – очная.

Форма проведения занятий – аудиторные.

Форма организации занятий – индивидуально - групповая.

Занятия проводятся в формах: игра, репетиция, концерт.

Режим занятий: занятия проводятся три раза в неделю:

- 2 раза в неделю по 1 часу (45 мин.).

- 1 раз в неделю по 2 часа (45 мин. с 10 мин. перерывом).

1.10 Планируемые результаты

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Метапредметные результаты:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека, управление эмоциями,

Предметные результаты:

- приобретение теоретических и практических знаний основ хореографического искусства и основ музыкального искусства
- точное соотношение движений с музыкой.
- технически правильное, выразительное выполнение двигательных действий
- творческое использование полученных умений и практических навыков.

1.11 Формы подведения итогов.

Формами подведения итогов реализации образовательной программы являются:

- открытые занятия в конце каждого учебного года;
- выступления обучающихся на отчётных концертах;
- диагностика
- педагогические наблюдения

Форма промежуточной аттестации

- открытые занятия,
- концерты.
- диагностика

2. Учебно-тематический план дополнительной общеразвивающей программы «Хореография»

Дополнительная общеразвивающая программа	Год обучения	Количество часов	Форма промежуточной аттестации
«Хореография»	1 год	144	открытые занятия, концерты, диагностика

2.1. Учебно - тематический план дополнительной общеразвивающей программы «Хореография»

№	Раздел	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие			
1.1	«Танец - это радость»	1	-	1
2	Азбука музыкальной грамотности			8
2.1	Метр. Музыкальные размеры	1	2	3
2.2	Музыкальный темп	1	1	2
2.3	Длительности нот. Ритм и ритмические рисунки	1	2	3
3	Фигурная маршировка			12
3.1	Линейно – плоскостные и объёмные рисунки и фигуры	1	5	6
3.2	Перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые	-	6	6
4	Партерный экзерсис			31
4.1	Гимнастика на все группы мышц	1	30	31
5	Сказка в балете			4
5.1	Знакомство с театром и жанром балета. Знакомство с балетом П.И Чайковского «Щелкунчик»	1	1	2
5.2	Знакомство с балетом С.С. Прокофьева «Золушка»	1	1	2
6	Элементы классического танца			32
6.1	Экзерсис у станка	2	14	16
6.2	Экзерсис на середине зала	2	14	16
7	Танцевальные композиции			54
7.1	Танцевальная композиция «Китайские куклы»	1	12	13
7.2	Танцевальная композиция «Вальс снежинок»	1	12	13
7.3	Танцевальная композиция «Полонез»	1	11	12
7.4	Танцевальная композиция «Полевые цветы»	1	12	13
7.5	Отработка лучших танцевальных композиций	-	3	3
8	Итоговое занятие			2
8.1	Открытое занятие	-	1	1
8.2	Показ лучших композиций	-	1	1
	Итого	16	128	144

3. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Хореография»

Раздел 1. Вводное занятие.

Тема 1.1 «Танец – это радость»

Теория:

Беседа «Танец – это радость». Правила поведения на занятиях, техника безопасности.
Просмотр фильма о танце

Раздел 2 Азбука музыкальной грамотности.

Тема 2.1 Метр. Музыкальные размеры.

Теория:

Определение понятий: метр, сильная и слабая доля. Понятие о музыкальных размерах $2\backslash 4$, $3\backslash 4$, $4\backslash 4$. Дирижирование.

Практика:

Определение сильных и слабых долей в музыкальном произведении. Исполнение упражнений и игр на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.

Выполнение:

- упражнений и игр под музыкальные произведения с различными муз. размерами ($2\backslash 4$, $3\backslash 4$, $4\backslash 4$).
- упражнений и игр с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах ($2\backslash 4$, $3\backslash 4$, $4\backslash 4$).

Тема 2.2 Музыкальный темп.

Теория:

Взаимосвязь движения с музыкой. Понятие о музыкальных темпах. Классификация музыкальных темпов: медленный, умеренный, быстрый.

Практика:

Выполнение упражнений в различных темпах. упражнения и игры на изменение темпа. Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы; Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки; Соотношение резко меняющегося темпа музыки с движением; Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе

Тема 2.3 Длительности нот. Ритм и ритмические рисунки.

Теория:

Определение длительностей нот. Определение понятия - ритм.

Практика:

Выполнение упражнений и игр на определение длительностей. Выполнение комбинаций на хлопках и притопах.
Составление простейших ритмических рисунков.

Раздел 3. Фигурная маршировка.

Тема 3.1. Линейно – плоскостные и объёмные рисунки и фигуры.

Теория:

Определение точек зала. Горизонтальные и вертикальные линейно - плоскостные рисунки и фигуры (шеренга, колонна). Объёмные рисунки и фигуры (круг, «цепочка»).

Практика:

Отработка различных шагов, прыжков, подскоков в заданных фигурах и рисунках. Игры.

Тема 3.2 Перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые.

Практика: Выполнение перестроений.

Раздел 4. Партерный экзерсис

Тема 4.1 Гимнастика на все группы мышц.

Теория:

Техника безопасности при выполнении упражнений партерного экзерсиса.

Практика:

1. Упражнения на расслабление и напряжение мышц.
2. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.
3. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов
4. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
5. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника
6. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.
7. Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов.
8. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава эластичности мышц голени и стопы.
9. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага
10. Упражнения на исправление осанки.

5. Сказка в балете

Тема 5.1. Знакомство с театром и жанром балета.

Знакомство с балетом П.И Чайковского «Щелкунчик»

Теория Беседа о балете.

Практика: Просмотр балета.

Тема.5.2. Знакомство с балетом С.С. Прокофьева «Золушка»

Теория Беседа о балете.

Практика: Просмотр балета.

Раздел 6. Элементы классического танца

Тема 6.1 Экзерсис у станка.

Теория: Методика исполнения упражнений классического танца у станка.

Практика:

1. Позиции ног, постановка корпуса.
2. Demi-plies
3. Battements tendus из I позиции во всех направлениях:
- с demi-plies.
4. Passe par terre:
- с demi-plies по I позиции,
- с окончанием в demi-plies.
5. Battements tendus jete из I позиции во всех направлениях.
6. Rond de jambe par terre
7. Положение ноги sur le cou de pied:
- «условное» спереди, сзади,
- «обхватное».
8. Releves:
- с вытянутых ног,
- с demi plie.
9. Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях:
- в сторону, вперед, назад.
10. Temps leve saute

Тема 6.2 Экзерсис на середине зала

Теория:

Методика исполнения упражнений классического танца на середине зала.

Практика:

- 1.Позиции рук, ног. Положения головы и корпуса.
- 2.Поклон
- 3.Demi plies
- 4.Battements tendus
6. Relevés
7. Port de bras
- 8.Temps leve saute

Раздел 7. Танцевальные композиции.

Тема 7.1 Танцевальная композиция «Китайские куклы».

Теория:

Беседа о танце. Прослушивание музыкальной композиции.

Практика:

Постановочная работа. Отработка танца.

Тема 7.2 Танцевальная композиция «Вальс снежинок».

Теория:

Беседа о танце. Прослушивание музыкальной композиции.

Практика:

Постановочная работа. Отработка танца.

Тема 7.3 Танцевальная композиция «Полонез».

Теория:

Беседа о танце. Прослушивание музыкальной композиции.

Практика:

Постановочная работа. Отработка танца.

Тема 7.4 Танцевальная композиция «Полевые цветы».

Теория:

Беседа о танце. Прослушивание музыкальной композиции.

Практика:

Постановочная работа. Отработка танца.

Тема 7.5 Отработка лучших танцевальных композиций.

Практика: Отработка точности исполнения.

Раздел 8. Итоговое занятие.

Тема 8.1 Открытое занятие

Практика:

Участие в открытом занятии.

Тема 8.1 Показ лучших танцевальных композиций

Практика:

Участие в показе лучших танцевальных композиций.

4. Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы «Хореография»

№	Разделы и темы занятий.	Форма занятий.	Методы и технологии.	Дидактический материал и ТСО	Форма подведения итогов.
1	Вводное занятие.				
1.1	«Танец - это радость»	Учебное занятие	Объяснительно-иллюстративный метод. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.		Наблюдение
2	Азбука музыкальной грамотности				
2.1	Метр. Музыкальные размеры	Учебное занятие, игра.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный методы. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
2.2	Музыкальный темп	Учебное занятие, игра.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный методы. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение
2.3	Длительности нот. Ритм и ритмические рисунки.	Учебное занятие, игра.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный методы. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение
3	Фигурная маршировка.				
3.1	Линейно – плоскостные и объёмные рисунки и фигуры.	Учебное занятие	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение
3.2	Перестроения из одно-плановых рисунков и	Учебное занятие	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный. Информационно-	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано.	Наблюдение

	фигур в одноплановые .		коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.		
4	Партерный экзерсис				
4.1	Гимнастика на все группы мышц.	Учебное занятие.	Объяснительно- иллюстративный , репродуктивный. Информационно- коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3- проигрыватели, фортепиано	Наблюдение
5	Сказка в балете.				
5.1	Знакомство с театром и жанром балета. Знакомство с балетом П.И Чайковского «Щелкунчик»	Учебное занятие.	Объяснительно- иллюстративный , репродуктивный. Информационно- коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3, DVD- проигрыватели, фортепиано	Наблюдение
5.2	Знакомство с балетом С.С. Прокофьева «Золушка»	Учебное занятие.	Объяснительно- иллюстративный , репродуктивный. Информационно- коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3, DVD- проигрыватели, фортепиано	Наблюдение
6	Элементы классического танца.				
6.1	Экзерсис у станка	Учебное занятие.	Объяснительно- иллюстративный , репродуктивный. Информационно- коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3- проигрыватели, фортепиано	Наблюдение
6.2	Экзерсис на середине зала	Учебное занятие.	Объяснительно- иллюстративный , репродуктивный. Информационно- коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3- проигрыватели, фортепиано	Наблюдение
7.	Танцевальные композиции.				
7.1	Танцевальная композиция «Китайские куклы» .	Учебное занятие, репетиция.	Объяснительно- иллюстративный, репродуктивный методы. Информационно- коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3- проигрыватели, фортепиано	Наблюдение

7.2	Танцевальная композиция «Вальс снежинок»	Учебное занятие, репетиция	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный методы. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
7.3	Танцевальная композиция «Полонез»	Учебное занятие, репетиция	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный методы. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
7.4	Танцевальная композиция «Полевые цветы»	Учебное занятие, репетиция	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный методы. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
7.5	Отработка лучших композиций	Учебное занятие, репетиция	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный методы. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	Наблюдение.
8	Итоговое занятие				
8.1	Открытое занятие	Учебное занятие.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	концерт
8.2	Показ лучших танцевальных композиций	концерт	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный. Информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие технологии.	CD, MP3-проигрыватели, фортепиано	концерт

5. Техническое оснащение занятий.

Для решения поставленных задач и целей необходимы:

- просторное помещение
- фортепиано
- зеркала;
- CD, MP3, DVD -проигрыватели.
- костюмы;
- танцевальная обувь

Обучающиеся занимаются:

- в специальной танцевальной форме:
балетные купальники, лосины, юбки, футболки;
- в специальной обуви: мягкая балетная обувь.

6. Список рекомендуемой литературы

Для педагогов:

1. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях. Из-во «Музычна Украина», Киев, 1974.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Из-во «Айри Пресс», М., 1999.
3. Бондаренко Л. Ритмика и танец в 1-4 классах общеобразовательной школы. Из-во «Музычна Украина», Киев, 1989г.
4. Базарова Н., Мей В. . Азбука классического танца. Методика обучения в 1-3 кл. Из-во "Искусство"; Л. 1983 г.
5. Бондаренко Л. Методика. хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях. Из-во "Музычна Украина", Киев, 1974г.
6. Бондаренко Л . Ритмика и танец в 1-4 кл. общеобразовательной школы. Из-во "Музычна Украина", Киев, 1989г
7. Ваганова А. Основы классического танца. Учебник. Из-во "Искусство". Л.. 1980г.
8. Васильева - Рождественская М. Историко-бытовой танец. Из-во "Искусство", М., 1987г.
9. Костровицкая В. 100 уроков классического танца (1-8 кл.). Учебно-методическое пособие. Из-во "Искусство", Л., 1981г.
10. Основы классического танца. Учебник. Из-во «Искусство», Л., 1980г.
11. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. Из-во "Просвещение", М..1972г.

Для обучающихся:

1. Бочарникова Э. Страна волшебная - балет. Очерки. Из-во "Детская литература", М, 1974 г.
2. Великович Э. Здесь танцуют. Рассказы о танцах. Из-во «Детская литература», Л., 1974 г.
3. Григорович Ю. Балет. Энциклопедия. Из-во "Сов. энциклопедия", М.. 1981г.
4. Захаров Р. Слово о танце. Из-во «Молодая гвардия», М., 1977г.
5. Козловский М. Балет. Этюды и образы. 1982г., Фотоальбом
6. Лиела М. Вчера и сегодня в балете. Из-во "Молодая гвардия", М., 1982г (Мастера искусств молодежи)
7. Пасютинская В. Волшебный мир танца. Книга для учащихся. Из-во «Просвещение». М., 1985г.
8. Поэль Карп Младшая муза. Из-во "Детская литература", М., 1986 г. Серия "В мире прекрасного".

Результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы «Хореография»

1. Текущий контроль

№ пп	Разделы программы	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
		чел	%	чел	%	чел	%
1	Раздел 1 :Вводное занятие						
2	Раздел 2: Азбука музыкальной грамотности						
3	Раздел 3: Фигурная маршировка						
4	Раздел 4: Партерный экзерсис						
5	Раздел 5: Сказка в балете						
6	Раздел 6: Элементы классического танца						
7	Раздел 7: Танцевальные композиции						
8	Раздел 8: Итоговое занятие						

Критерии:

Высокий уровень – обучающийся выполняет задания, соблюдая все требования

Средний уровень - обучающийся выполняет задания самостоятельно, но допускает ошибки

Низкий уровень – обучающийся слабо справляется с заданиями

2. Промежуточная аттестация

№ пп	Фамилия, имя уч-ся	Формы промежуточной аттестации		
		диагностика	Концерты	Открытое занятие
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

