

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ

**Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Москвы
"Детская школа искусств "Исток"
(ГБУДО г. Москвы "ДШИ "Исток")**

Принято педагогическим советом
Государственного бюджетного
учреждения дополнительного
образования города Москвы
"Детская школа искусств "Исток"
Протокол
от 30.08.2024 № 39

УТВЕРЖДАЮ
Директор Государственного бюджетного
учреждения дополнительного образования
города Москвы
"Детская школа искусств "Исток"

Е.И.Лебова-Шувалова
02.09.2024

**Дополнительная общеразвивающая
общеобразовательная программа в области
хореографического искусства
по предмету «Хореография»**

Москва 2024

Пояснительная записка

Программа «Хореография» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ.

Программа направлена на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения классического танца.

Программа направлена на формирование разносторонней творческой личности ребёнка и имеет художественно-эстетическую направленность. Танец - незаменимое действенное средство в решении этой задачи, важнейшее звено в создании новой эффективной образовательно - воспитательной системы.

Хореографическое образование - это огромный творческий потенциал в развитии художественно-эстетической культуры общества в целом.

Известный отечественный психолог Выготский Л.С. подчёркивал двигательную природу психического процесса у детей, действенность воссоздания образов «при посредстве собственного тела». Следовательно, танец с его богатой образно-художественной системой, безусловно, играет ключевую роль в развитии продуктивного воображения и творчества. Развитие детского дошкольного творчества - обязательное условие активного прогресса креативных качеств личности.

Занятия сочетают в себе обучение основам танцевальных движений классического танца с занятиями гимнастикой (экзерсис на полу).

Этот раздел программы является обязательным, так как хорошо и свободно владеть своим телом в танце может человек физически подготовленный, гибкий и достаточно сильный (имеется в виду мышечная сила).

Такая организация учебного процесса формирует танцевальную культуру, чувство ритма, творческие способности и одновременно позволяет совершенствовать физическую подготовленность, форму и выносливость.

Выход за рамки узкопрофессиональных задач, развитие внимания, мышления, фантазии, активности, художественно-творческих способностей детей путём специального подбора заданий, упражнений, заставляющих их думать, размышлять, анализировать и делать выводы.

Педагогическая целесообразность

Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

Цель: Развитие художественно-творческих способностей детей средствами танца, с учётом их индивидуальных особенностей.

Задачи:

Обучающие:

- Познакомить детей с историей возникновения и развития хореографического искусства.
- Дать навыки основ хореографии с элементами свободной пластики с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал.
- Сформировать правильную осанку, укрепить-суставно-двигательный и связочный аппарат, скорректировать опорно-двигательный аппарат детей.

Развивающие:

- Развить элементарные пространственные представления, ориентацию детей в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных построениях танцевальных рисунков – фигур;
- развить репродуктивное и продуктивное воображение, фантазию, творчество, наглядно-образное, ассоциативное мышление, самостоятельное художественное осмысление хореографического материала;
- развить основы музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;
- развить природные физические данные.

Воспитательные:

- Сформировать и совершенствовать межличностное общение («исполнитель - педагог», «участник - ансамбль» (коллектив)).
- Снять мышечные «зажимы» и психологический процесс торможения средствами танца.
- Воспитать дисциплину и навыки организованности в процессе труда.
- Привить навыки работы в коллективе.
- Воспитать интерес к хореографическому искусству.

Отличительные особенности программы.

Настоящая программа направлена на поэтапное разучивание танца, формирование у обучающихся умения самостоятельно мыслить, принимать чёткие решения в нестандартных ситуациях (например, при возникновении ошибочных действий). В программе нет стандартов.

Отличительной особенностью является ее развивающая направленность, призванная стимулировать интерес обучающихся к танцам и к творческой деятельности в целом.

Возраст детей и сроки реализации программы.

-Программа рассчитана на 1 года обучения и направлена на привлечение 3-5 летних детей к подвижному и активному образу жизни.

Учебный план программы

№ п/	Наименование предметной области/ Учебный предмет	Полугодие /Кол- во аудиторных часов в неделю		Итоговая аттестация (год обучения)
		I	II	
1	Хореография	2	2	I
	ВСЕГО:	2	2	

Продолжительность учебных занятий составляет 33 недели в год.

Вид учебной работы, нагрузки	Затраты учебного времени		Всего
Год обучения	I		
Полугодия	1-е	2-е	
Количество учебных недель	14	19	33 недель
Аудиторные занятия	28	38	66 часов
Самостояте льна работа	14	19	33 часов
Максимальн ая учебная нагрузка	42	57	99 часов

Форма занятий

Групповая и индивидуально-групповая.

В зависимости от способностей обучающихся может применяться индивидуально-групповая форма занятия, когда педагог уделяет внимание нескольким детям (кто слабо усвоил) в то время, когда другие работают самостоятельно.

Занятия проводятся: 2 раза по 1 часу в неделю.

Условия реализации программы

наличие:

- оборудованного станками и зеркалами репетиционного зала;
- музыкального инструмента (фортепиано);
- видео- и аудиоаппаратуры;
- небольшой комнаты для хранения сценических костюмов и аксессуаров;
- репетиционная одежда (балетное трико, балетки, купальник, юбочка для девочек, шорты, футболка, носки, балетки для мальчиков).
- гимнастические коврики для занятий на полу.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

По окончании дети

Должны знать:

- азы хореографии, точно «прохлопывать» основной метроритмический рисунок музыки с последующим «протанцовыванием» притопами.
- Построение и все движения партерной гимнастики;
- Музыкальные размеры, темпы и характер музыки
- Музыкальные и хореографические термины.
- Как правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку.
- Иметь навык легкого шага с носка на пятку.
- Знать позиции ног и рук классического танца.
- Знать правила постановки ног у станка (при выворотной опоре).
- Знать положение ног, сюр лек у де пье – «условное», «обхватное». Знать разницу между круговым движением и прямым (на примере тандю и рон де жамб пар тер).

Должны уметь:

- Уметь тактировать руками размеры 2/4, 4/4, 3/4 при двухтактовом вступлении, вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения (марш 4/4).
- Уметь чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного) и уметь передать его в шаге.
- Уметь изображать в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца, выразить образ в родном эмоциональном состоянии – веселья, грусти и т.д.
- Распознать характер музыки, уметь исполнить движения, ходы, элементы русского танца.
- Уметь исполнить переменный шаг.

- Уметь правильно исполнить два подготовительных пор де бра. Успешно освоить и выразительно танцевать репертуарную программу, составленную на синтезе хореографии и образно-тематической пластики, пантомимы, гротеска, публично апробировав её перед зрителями на сценической площадке;
- Правильно исполнять экзерсис классического танца у станка, отдельные движения на середине;
- Ориентироваться в репетиционном, сценическом ограниченном пространстве, в основных танцевальных рисунках - фигурах, ракурсах - эпальманах корпуса, уметь двигаться в танце по ходу часовой стрелки, по линии танца.
- Адекватно оценивать свои действия и поступки, чутко относиться к партнёру в танце, к творческим поискам сверстников.
- Иметь задатки самостоятельности, силы воли, развивать их; уметь доводить начатое до конца; осознавать значение своего творческого поиска,
- Определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей.
- Уметь закрыть руку, заканчивая движение в адажио.
- Уметь акцентировать шаг на правую долю такта в марше и в 3/4 –м размере.

Будут сформированы и воспитаны:

- координация движений, осанка,
- физические данные.
- дисциплина,
- трудолюбие,
- умение добиваться результатов.

Формы подведения итогов

- Творческие постановочные работы.
 - Постановка музыкально-танцевальных представлений, хореографических спектаклей и концертных программ.
 - Открытые показы, класс-концерты, мастер-классы.
 - Проверочные задания.
 - Индивидуальная проверка учебного материала педагогом.
- Метод педагогических наблюдений.

Формы и методы контроля. Система оценок.

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, зачетах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная и итоговая аттестация проводится в форме контрольных открытых уроков, зачетов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

По итогам выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценок

По итогам исполнения программы на контрольном уроке, зачете выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное

	движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета;
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Учебно-тематический план

Задачи:

- освоить экзерсис на полу;
- освоить азы хореографии, игровой гимнастики;
- выявить и развить природные данные;
- освоить музыкально-танцевальные игры с элементами импровизации.

№№ п/п	Название разделов, тем	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	2	
2. 2.1. 2.2. 2.3.	Основы образно-игровой партерной гимнастики на середине зала. Танцевально-ритмическая гимнастика. Игроритмика. Игrogимнастика.	34	4	30
3.	Основы танцевальных движений классического танца	25	5	20
4.	Танцевально-музыкальные игры	5	2	3
	Итого:	66	13	53
	Итого-организационные мероприятия.	2		2
	Всего:	68	13	55

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие

Встреча, знакомство с детьми. Беседа по поведению на занятиях, в ДШИ, и общественных местах.

Правила техники безопасности на занятиях. Правила дорожного движения.

Режим занятий. План работы на год.

Беседа по программе – краткий обзор занятий. Требования к репетиционной форме, обуви.

Тема 2. Основы образно-игровой партерной гимнастики на середине зала.

Упражнения рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, направлены на расслабление, настройку и восстановление функций мышц.

Упражнения партерной гимнастики направлены на: укрепление мышц спины и брюшного пресса прогиба назад, укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед, укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны, укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног, укрепление и развитие стоп, укрепление мышц плечевого пояса. А также упражнения для тренировки равновесия и дополнительные упражнения.

«Танцевально-ритмическая гимнастика»

Представлена образно-танцевальными композициями, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на обучающихся, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для обучающихся различных возрастных групп.

«Игроритмика»

Является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей обучающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно-правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

«Игροгимнастика»

Служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшем обучении. В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, упражнения на расслабление мышц, дыхательные и упражнения для укрепления осанки.

Практическая работа:

1. Сгибание и вытягивание стоп (укрепление голеностопа, растяжение ахилла).
2. Сгибание корпуса вперёд (развитие гибкости корпуса вперед, вытянутости ног в коленях).
3. Сгибание корпуса вперед в I позиции (направленно на развитие выворотности стопы, бедра, гибкости).
4. «Лягушка» сидя (способствует развитию выворотности бедра).
5. Наклоны корпуса вперед (направлено на развитие гибкости, растяжение ахилла).
6. Поднимание одновременно двух ног вперёд лёжа на спине (направлены на укрепление пресса, мышц спины).
7. Лягушка на спине (на развитие выворотности бедра).
8. Шпагат в сторону (на развитие выворотности бёдер).
9. «Берёзка» (способствует гибкости позвоночного столба, укрепляет мышца пресса).
10. Перегибание корпуса назад на вытянутых руках лёжа на животе (на укрепление мышц спины и развитие гибкости корпуса).
11. «Лодочка» (укрепление мышц спины).
12. «Птичка» (укрепление мышц спины).
13. «Корзиночка» (укрепление мышц спины, развитие гибкости).
14. Мостик на коленках (развитие гибкости).
15. «Покачивание» на стопах (способствует вытянутости ноги в стопе).

Тема 3. Элементы классического танца.

Классический танец дает основной фундамент знаний в изучении танцевального искусства. При регулярных занятиях у детей развиваются элементарные навыки координации движений, формируются технические приемы, приобретает хорошая танцевальная форма.

На начальном этапе изучения предмета нужно строго следить за правильной постановкой корпуса, рук, ног, головы, груди и бедер. Обращать внимание на положение всей стопы в полной и неполной выворотности.

Практическая работа:

1. Основные позиции ног (I-ая, II-ая, III-я, V-я, VI-ая).
2. Основные позиции рук (подготовительная, I-ая, II-я, III-ая).
3. Releves по VI-ой или невыворотной I-ой позиции в сочетании с хлопками (подготовка к развитию прыжка).
4. Трамплинные прыжки (развитие прыжка, ахилла).
5. «Поджатые» (развитие прыжка, ахилла).

6. «Разножка» (развитие прыжка, ахилла).
7. «Лягушка» (развитие прыжка, ахилла).
8. Sautes по VI-ой и невыворотной I-ой позиции.

Тема 4. Танцевально-музыкальные игры.

Музыкально-подвижные игры содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и является ведущим видом деятельности детей. Здесь используются приемы имитации, подражания, образное сравнение, ролевые ситуации, соревнование

Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны в хороводе и в фигурном танце с другой - в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение, как, например, в менуэте или кадрили.

Программой предусмотрены сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, игры на развитие актёрского мастерства. Игры могут быть включены как в занятия, так и в отчетные концерты, итоговые занятия.

Практическая работа

1. Творческая импровизация (развитие танцевальности, музыкальности)
2. Танцевальные движения - этюды на русском материале.
 1. Музыкальные размеры (2/4, 4/4)
 2. Ритмичные музыкальные темпы (медленно, быстро)
3. Ориентация в пространстве, простейшие ритмические рисунки в хлопках, притопах, шагах.

Методическое обеспечение образовательной программы

В основу разработки программы положены педагогические технологии, ориентированные на формирование общекультурных компетенций обучающихся:

- технология развивающего обучения;
- технология индивидуализации обучения;
- личностно-ориентированная технология;
- компетентностного и деятельностного подхода.
- здоровьесберегающие,
- игровые,
- проблемного обучения.
- Методы и приемы обучения, можно условно разделить на наглядные, словесные и практические.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы:

- образный показ педагога,
- эталонный образец - показ движения лучшими исполнителями,
- наглядно-слуховой приём,
- использование наглядных пособий.

Словесный метод состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ,
- инструкция,
- беседа,
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца,
- прием раскладки хореографического па.

Практический метод обогащен комплексом приёмов:

- игровой приём.
- соревновательность,
- комплексный прием обучения,
- динамичность (повторяемость движений),
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений,
- развитие пластических линий,
- хореографическая импровизация,
- приём художественного перевоплощения.

Очень эффективен **психолого-педагогический метод**:

- приём педагогического наблюдения,
- проблемного обучения и воспитания,

- приём индивидуального подхода к каждому ребёнку,
- приём контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха,
- педагогическая оценка исполнения ребенком танцевальных упражнений.

С точки зрения возрастных психофизиологических особенностей детей, типологических особенностей каждого ребенка, обучение носит наглядно-действенный характер с преобладанием наглядных и практических методов (показ; повторность движений; игровой; релаксации; использование пластических образов-метафор).

Начальный этап познания и освоения экзерсиса на полу и хореографии с элементами свободной пластики. Он заключается в освоении азов хореографии, игровой гимнастики, образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, основных пространственных рисунков - фигур, мимического экзерсиса, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребенка.

Структура занятия:

Первая часть занятия (подготовительная):

- вход учащихся в танцевальный зал;
- построение учащихся в несколько линий, колонн;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- разминка.

Вторая часть занятия (основная):

- изучение музыкально-ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки;
- работа над этюдами, танцами.
- Танцевальные игры;
- Ориентация в пространстве;
- Актерская «пятиминутка»;
- Танцевальные движения-этюды на русском материале.

Третья часть занятия (заключительная):

- закрепление музыкально-ритмического материала в игре;
- музыкально-танцевальные импровизации;
- основное построение для выхода из зала;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- выход из зала.

Список литературы

Для педагога:

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2000.-192 с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии.
3. Базарова Н., Мэй В. «Азбука классического танца» М. 1964 г. .
4. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца» Л. 1981
5. Костровицкая В. «Школа классического танца» М. 1965
6. Колодницкий, В. С. Кузнецов. – М.: Дрофа, 2003. – 96с.: ил.
Ритмические упражнения, хореография и игры: Метод. Пособие/
7. Пичуричкин С.А. Имидж танцевального коллектива.
8. Ткаченко Т. «Работа с танцевальными коллективами» М., 1958 г.
9. Устинова Т. «Русские танцы» М. 1975 г
10. Ткаченко Т «Народные танцы» - М. 1975
11. Тарасов Н.И. «Классический танец» М. 1971

Список литературы для детей и родителей

1. Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету.
2. Князев Б. Партерная гимнастика или школа танца без станка.