

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОД КРАСНОДАР**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА И ИСКУССТВ «РОДНИК»**

Принята на заседании
Педагогического совета
МАОУ ДО ЦДТиИ «Родник»

Протокол № 5 от « 30 » мая 2023 г.

Директор МАОУ ДО ЦДТиИ «Родник»

Л. В. Буланая
Приказ № 200 от « 30 » мая 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«АЗБУКА ТАНЦА»**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации: 1 год, 108 часов

Возрастная категория: 5,8 – 7 лет

Состав группы: до 15 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в АИС «Навигатор»: 9463

Авторы-составители:
Покотило Татьяна Васильевна,
педагог дополнительного образования,
Куприй Инна Викторовна,
концертмейстер

г. Краснодар, 2023

Содержание программы

№	Название разделов	Стр.
1.	Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик дополнительной образовательной общеразвивающей программы»	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	3
1.1.2.	Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность	4
1.1.3.	Отличительные особенности	4
1.1.4.	Адресат программы	4
1.1.5.	Уровень программы, объём и сроки реализации	5
1.1.6.	Формы обучения	5
1.1.7.	Режим занятий	5
1.1.8.	Особенности организации образовательного процесса	5
1.2.	Цель и задачи программы	5
1.3.	Содержание программы «Азбука танца»	6
1.3.1	Учебный план программы «Азбука танца»	6
1.3.2.	Содержание учебного плана программы «Азбука танца»	6
1.4.	Планируемые результаты	7
2.	Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»	8
2.1.	Календарный учебный график	8
2.2.	Условия реализации программы	8
2.3.	Формы контроля/аттестации	8
2.4.	Оценочные материалы	8
2.5.	Методическое обеспечение программы	9
2.6.	Рабочие программы курсов, предметов, дисциплин, модулей	10
2.6.1.	Рабочая программа учебного предмета «Партерная гимнастика»	10
2.6.2.	Рабочая программа учебного предмета «Сценическая практика»	14
2.7.	Список литературы	16
3.	Приложение	17

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной образовательной общеразвивающей программы»

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовой базой создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азбука танца» послужили следующие документы: Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

1. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р;

2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р.;

3. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 года протоколом заседания президиума при Президенте РФ;

4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 года;

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

7. Приказ Минтруда России от 22 сентября 2021 года № 652-н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 17 декабря 2021 года, регистрационный № 66403);

8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

9. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (2020 год);

10. Устав центра и другие локальные акты.

1.1.1. Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» **художественной направленности** и реализует основные функции школы: решение образовательных и воспитательных задач средствами хореографии.

Воспитательные возможности хореографического искусства заключены в самой природе музыки и движении, вызывающей сильные эмоции. В танцевальной деятельности заложена возможность взаимодействия таких средств воспитания, как индивидуальное и коллективное творчество. С одной стороны, развитие физической выносливости и формирование художественного вкуса учащихся; с другой - создание условий для выработки у них внимания, дисциплины, воли, чувства ответственности, серьезного отношения к делу и других черт личности.

Хореографическое творчество занимает важное место в системе эстетического и нравственного воспитания и образования, развивает музыкальные и физические способности, нравственные качества и образное восприятие. Концентрация внимания, планирование этапов деятельности, выбор средств для изображения объекта в танце – эти навыки, как правило, приводят к достижению успехов значительно быстрее и эффективнее.

1.1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность.

Актуальность программы. В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает особо значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью. Танец – вид искусства, в котором художественные образы создаются средствами пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела. Движение под музыку - неотъемлемая часть пластической культуры человека, которая формируется с раннего детства. В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телевизора, занятия хореографией становятся особенно актуальными.

Программа ориентирована на развитие творческих способностей детей в различных областях искусства и культуры, передачу духовного и культурного опыта человечества, воспитанию творческой личности.

Программа разработана в рамках реализации федерального проекта «Образование» - «Успех каждого ребенка» и направлена на создание и работу системы выявления, поддержки и развития способностей и талантов детей и молодежи. Программа направлена на обеспечение равного доступа детей к актуальным и востребованным программам дополнительного образования, выявлению талантов каждого ребенка и ранней профориентации учащихся.

Новизна программы состоит в том, что в программе делается акцент на развитие творческого восприятия и включение детей в различные виды творческой деятельности: театральную, хореографическую, музыкальную, поисковую.

Педагогическая целесообразность программы.

Танец – это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Искусство, которое развивает художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но и физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога–хореографа – воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

1.1.3. Отличительные особенности.

Отличительные особенности данной программы в разработке расширения нового репертуара, структурным построением занятия, системным проникновением в мир танцевального искусства и параллельного знакомства с элементами музыкальной грамоты.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она ориентирована на воспитание у учащихся способности продемонстрировать свое исполнительское искусство на концертах для родителей, своих сверстников.

1.1.4. Адресат программы.

Возрастная категория – 5 лет 10 месяцев - 7 лет.

Основными характеристиками личности, достигаемыми на протяжении старшего дошкольного и младшего школьного возраста, являются:

- смена ведущей деятельности, переход от игры к систематическому, социально организованному обучению (игровая деятельность во всех её разновидностях продолжает оставаться важной для психического развития детей на ее базе развиваются важные учебные навыки и компетентности);

- формирование системы учебных и познавательных мотивов, умение принимать, сохранять и реализовать учебные цели (в процессе их реализации младший школьник учится планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия и их результат);

- выносливость и упорство, позволяющие осуществлять учебную деятельность, требующую значительного умственного напряжения и длительной сосредоточенности;

- эмоциональность, впечатлительность, отзывчивость и уравновешенность (младший школьник в достаточной степени управляет проявлениями своих чувств, различает ситуации, в которых их необходимо сдерживать, сочувствует товарищу, адекватно реагирует на эмоции учителя);

- приобретение опыта жизни в коллективе, когда существенно возрастает значимость межличностных и деловых отношений;

- усиление роли самооценки младшего школьника: формирование ее на основе того, как оценивают его «значимые другие», которыми являются, прежде всего, взрослые.

1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации программы.

Уровень программы – ознакомительный, который готовит детей к обучению на базовом уровне по программе «Экзерсис».

Объем и срок реализации программы - в течение 1 года, 108 часов.

1.1.6. Формы обучения.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса – групповые и индивидуальные занятия.

1.1.7. Режим занятий.

- 72 часов в год по 2 академических часа в неделю по программе «Партерная гимнастика»;

- 36 часов в год по 1 академическому часу в неделю по программе «Сценическая практика».

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – творческое развитие детей через хореографическую деятельность и подготовку их к обучению по базовой программе «Экзерсис».

Задачи программы:

Предметные (образовательные):

- обучить основам танцевального искусства
- сформировать правильную осанку и оказать общеукрепляющее оздоровительное воздействие на организм учащихся

- развивать и совершенствовать у детей чувство ритма, хореографическую память, музыкальность, координацию движений

- способствовать развитию ориентации и мышечного чувства

- развить творческие способности детей: воображение, фантазию, готовность к активной творческой жизни

- научить слушать и слышать музыку, сформировать у детей представление о связи музыки и движения

- умение создавать музыкально-двигательный образ

- навыков владения различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных

- знание основ техники безопасности на учебных занятиях

Личностные:

- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
- воспитать трудоспособность, ответственность, целеустремленность в достижении конечных результатов
- способствовать формированию культуры поведения, культуры внешнего вида учащихся
- чувство патриотизма и гордости за свою Родину, российский народ и историю России
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям

Метапредметные:

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей; определять наиболее эффективные способы достижения результата
- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления
- готовность слушать собеседника и вести диалог; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий

1.3. Содержание программы «Азбука танца»

1.3.1. Учебный план программы «Азбука танца»

№ п/п	Модули / Программы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 год обучения					
1.	Программа «Партерная гимнастика»	72	9	63	Выполнение контрольных упражнений
2.	Программа «Сценическая практика»	36	6	30	Концерт, конкурс
	Итого	108	15	93	

1.3.2. Содержание учебного плана программы «Азбука танца»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» включает в себя параллельные рабочие программы учебных предметов «Партерная гимнастика» и «Сценическая практика».

Программа учебного предмета «Партерная гимнастика» предполагает выполнения упражнений сидя или лежа на полу. Это позволяет избежать вертикальной нагрузки на суставы и позвоночник. Центральная часть включает в себя упражнения на растяжку, силовые элементы и упражнения для развития конкретных групп мышц.

Партерная гимнастика – специальный комплекс упражнений для детальной проработки мышц ног, пресса и спины, включающий как силовые элементы, так и элементы растяжки. Партер наилучшим образом помогает подготовить тело для

хореографического класса, с него рекомендуется начинать знакомство с классическим танцем.

Данная программа отражает разнообразие специальных упражнений для выработки большого числа новых все усложняющихся двигательных навыков, а также возможность индивидуального подхода к каждому обучающемуся.

Программа учебного предмета «Сценическая практика» направлена на создание танцевального репертуара, воспитывающего личность обучающегося, его национальные, нравственные, эстетические и культурные чувства, используя разнообразные и доступные движения классического, народного, историко-бытового и современного танцев.

1.4. Планируемые результаты

Предметные:

- освоить все группы общеразвивающих упражнений;
- усвоить основы постановки корпуса;
- освоить навыки владения своим телом и координацией движения
- понимать цели и задачи каждого упражнения
- развить музыкальный слух и чувство ритма
- укрепить физическое состояние здоровья;
- уметь работать в коллективе.
- обучиться приёмам коллективной и самостоятельной работы;
- уметь показать изученные элементы партерного экзерсиса;
- уметь осуществлять подготовку концертных номеров, партий под руководством педагога;
- уметь распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца, ориентироваться на сценической площадке;
- видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;
- понимать и исполнять указания хореографа, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции;
- запоминать и воспроизводить текст хореографического произведения;

Личностные:

- воспитать ответственность, аккуратность, дисциплинированность в процессе обучения, учитывая индивидуальные особенности ребенка;
- воспитать грамотных слушателей, привить желания к посещению культурных мероприятий вне центра;
- создать предпосылки к психологической комфортности, устойчивости, уверенности в себе, ощущения самого себя.

Метапредметные:

- потребность и мотивация к познавательному процессу, к накоплению впечатлений и расширению общекультурного кругозора;
- развить гибкость, вариативность мышления, воображение и фантазию у детей;
- развить творческие способности, готовность к активной творческой жизни,
- развить волевые исполнительские качества, артистизм и эмоциональную свободу учащихся.

Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

Составляется ежегодно в соответствии с учебным планом и содержанием программы для каждой учебной группы. Хранится в электронном виде (Приложение 1).

2.2. Условия реализации программы

Для того, чтобы учащиеся усвоили необходимые знания и умения, немалую роль играет правильно оформленные кабинеты, где проводятся занятия. Для осуществления учебного процесса в кабинетах имеются инструкции по охране труда, правила поведения на занятиях, инструкция по противопожарной безопасности. Кабинеты соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям и нормам освещения и вентиляции помещения.

Инструменты и приспособления: хореографические станки, зеркальные стены, музыкальные центры, телевизоры, компьютеры, коврики, диски, DVD-диски, сценический реквизит, сценическая обувь и костюмы.

Информационное обеспечение

Интернет-источники:

1. <https://p23.навигатор.дети/> – Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края;
2. <https://rodnik.centerstart.ru/> – МАОУ ДО ЦДТиИ «Родник»;
3. <http://knmc.kubannet.ru/> – Краснодарский НМЦ;
4. <https://rmc23.ru/> – Региональный модельный центр дополнительного образования детей Краснодарского края.

Кадровое обеспечение

Образовательный процесс по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Азбука танца» обеспечивается педагогом дополнительного образования.

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог, имеющий высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» или высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иных укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительной общеразвивающей программе, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования педагогической направленности.

2.3. Формы аттестации

Способы определения их результативности. Оценка качества реализации программы включает в себя текущий контроль и участие учащихся в различных выступлениях: мастер-классах для родителей, концертах, конкурсах, просмотрах и т.д.

2.4. Оценочные материалы

В течение обучения по программе ведется мониторинг развития учащихся по двум позициям: развитие хореографических способностей и уровень воспитанности по технологии Н. Гладких.

2.5. Методические материалы

Занятия хореографией должны способствовать физическому развитию ребёнка и подготовить его к дальнейшему обучению танца. Основными задачами 1 года обучения является: развитие координации, воспитание внимания, собранности и работоспособности, выработка навыков согласования движений с музыкой, развитие хореографической памяти и мышления, развитие эмоционального исполнения движений. Для полного гармоничного развития личности ребёнка, важной частью является танцевальная практика, которая включает в себя посещение мероприятий художественно-эстетического характера, просмотр видеоматериала с записью современных хореографических произведений. Постановка и отработка танцевальных этюдов и номеров, выполнение творческих заданий на развитие для более сложных и эмоционально развивающих танцев.

Для достижения цели и задач образовательной программы, предусматривается в рамках учебно-воспитательного процесса проведение следующих видов занятий: теоретические и практические занятия, индивидуально-групповая работа, творческие занятия импровизации, открытые занятия, контрольные занятия, отчетные концерты, участие в конкурсах и фестивалях. Методика преподавания на всех этапах обучения сочетает в себе тренировочные упражнения. В образовательную программу включены родительские собрания. Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс способствует увеличению его эффективности. Активное использование учебно-методических материалов необходимых обучающимся для успешного восприятия содержания учебной программы: учебные пособия, презентация тематических заданий курса по предметам (видеофрагменты), учебно-методические разработки для преподавателей, учебно-методические разработки для самостоятельной работы обучающихся. Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- репродуктивные методы обучения (в этом случае обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности)
- частично-поисковые методы обучения (участие детей в коллективном поиске)
- исследовательские методы обучения (овладение детьми методами научного познания, самостоятельной творческой работы).

Методы выполняют следующие функции:

- обучающая (посредством метода достигается цель обучения)
- развивающая (обуславливаются те или иные темпы и уровни развития детей)
- мотивационная (главный, а иногда единственный стимулятор познавательной деятельности)
- контрольно-коррекционная (диагностика хода и результатов учебного процесса).

Выбор метода не произволен – необходимо из множества элементов выделить те, которые обеспечат наивысшую эффективность обучения.

Педагогические технологии, используемые в образовательном процессе:

- игровая технология
- технология дифференцируемого обучения
- технология личностно-ориентированного обучения
- информационные технологии
- здоровьесберегающие технологии
- технология межпредметных связей
- технология проблемного обучения
- технология сотрудничества
- технология развивающегося обучения.

Использование перечисленных технологий характеризует целостный образовательный процесс и является формой организации учебной и творческой деятельности.

2.6. Рабочие программы курсов, предметов, дисциплин, модулей

2.6.1. Рабочая программа учебного предмета «Партерная гимнастика»

Цель программы – творческое развитие детей через хореографическую деятельность.

Задачи программы:

Предметные:

- научить приёмам танцевальной техники и терминологии хореографического искусства;
- сформировать у учащихся навыки музыкально-пластического интонирования;
- повысить танцевальные навыки, чтобы движения приобрели выразительность и свободу.

Личностные:

- способствовать воспитанию и развитию художественного вкуса, эстетического кругозора учащихся через активизацию интереса к танцу;
- сформировать навыки организации работы на занятиях и во внеурочное время;
- воспитать у учащихся трудоспособность, ответственность, целеустремлённость в достижении конечных результатов, выносливость и укрепление нервной системы;
- способствовать повышению у детей самооценки;
- обогатить духовный мир ребёнка;
- сформировать и развить у учащихся навыки преодолевать скованность, закрепощённость; чувство быть в центре внимания;
- повысить коммуникативную компетентность учащихся.

Метапредметные:

- развить и совершенствовать у учащихся: чувство ритма, хореографическую память, музыкальность, координацию движений, формирование технических навыков;
- научить распределять физические силы в тренинге и концертной деятельности;
- способствовать развитию артистизма и эмоциональной раскрепощённости средствами танцевального искусства;
- развить у учащихся творческую инициативу и способность к самовыражению в танцевальном творчестве;
- развить способность к тому, чтобы учащиеся приобрели самостоятельные знания.

Учебный план программы «Партерная гимнастика»

Наименование тем	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроль
1. Введение	2	1	1	Беседа Игра
2. Разминка	12	1	11	Беседа Наблюдение
3. Упражнение на укрепление брюшного пресса	10	1	9	Беседа Наблюдение Групповая оценка

				работы
4.Упражнение на развитие гибкости спины	10	1	9	Беседа Наблюдение Групповая оценка работы
5.Упражнение для тазобедренного сустава	9	1	8	Беседа Игра Групповая оценка работы
6.Упражнение на развитие выворотности ног	9	1	8	Беседа Групповая оценка работы
7.Упражнение на растяжку	10	1	9	Беседа Игра Элементы соревнования
8.Упражнение на развитие стопы	6	1	5	Беседа Игра Наблюдение
9.Контрольное занятие	4	1	3	Концерт Соревнование
Итого:	72	9	63	

Содержание учебного плана программы «Партерная гимнастика»

В содержание программы входит комплекс упражнений наиболее легкий по своей усвояемости.

1.Введение:

Главной задачей этого раздела является ознакомление с изучаемым предметом, подготовка к наиболее сложным физическим упражнениям, укрепление и развитие организма.

2. Разминка:

Беседа с детьми на тему, что такое разминка и как правильно она должна проводиться.

Упражнение для головы и шеи: наклоны медленные вперед с паузой, в сторону максимально до плеч, круговые движения головой.

Упражнение для рук и плеч: круговые движения кистей в локтевом и плечевом суставе, имитация движения мельницы и плавания на спине с закидыванием рук далеко назад. Наклоны и повороты корпуса: наклоны до прямого угла с прямой спиной, с касанием пальцев, ладоней пола, круговые движения корпуса, повороты, поворот в талии далеко – назад.

3. Упражнения на укрепление брюшного пресса.

Беседа с детьми на тему строения мышц брюшного пресса и правильности выполнения упражнений на данные мышцы.

Упражнение для косых мышц живота. Исходное положение – сесть на пол, вытянутые ноги развести в разные стороны (как можно шире), руки раскрыты в стороны, муз. размер 2/4: на один такт (раз и, два и) выполнить наклон вниз правым плечом к левой ноге (противоход), стараясь достать рукой стопу левой ноги, следить за тем, чтобы колени не сгибались, а спина не сутулилась, зафиксировать положение; на следующий один такт вернуться в исходное положение. Повторить то же самое в другую сторону.

Упражнение для мышц верхней части живота. Исходное положение – лечь на спину, руки положить вдоль корпуса ладонями вниз, муз. размер 2/4: на один такт (раз и, два и) одновременно поднять корпус и вытянутые ноги, образовать угол, руки для равновесия поднять и раскрыть в стороны; на один такт (раз и, два и) зафиксировать положение; еще на следующий такт (раз и, два и) прийти в исходное положение; на следующий такт (раз и, два и) - пауза, расслабить мышцы.

Упражнение для работы мышц нижней части живота. Исходное положение – лечь на спину, руки положить вдоль корпуса ладонями вниз, ноги вытянуты, муз. размер 2/4: на

два такта (раз и, два и, три и, четыре и) медленно поднять предельно вытянутые (напряженные) ноги; на следующие два такта (раз и, два и, три и, четыре и) опустить вниз.

4. Упражнения на развитие гибкости спины.

Беседа с детьми на тему, для чего нам нужна гибкая спина, как правильно выполнять все упражнения, связанные с гибкостью позвоночника и т.д.

Лежа на животе, согнутой ногой достать до ягодиц.

Лежа на животе попеременное поднимание ног на 45°.

Сидя на четвереньках, прогиб в пояснице, затем округлить спину («кошечка»).

5. Упражнения для тазобедренного сустава:

Изучение техники выполнения упражнений.

Упражнение «Большие броски», поочередно с каждой ноги. Исходное положение – лечь на спину, ноги, вытянутые в выворотном положении, руки положить вдоль корпуса ладонями вниз, муз. размер 2/4: на счёт *раз и* резко выполнить бросок правой ногой вверх (на 90° и выше), предельно дотянув подъём и колено, левая нога сохраняет вытянутое положение на полу; на счёт *два и* спокойно опустить вытянутую правую ногу в исходное положение сохраняя выворотную позицию ног. При выполнении бросков в сторону техника исполнения такая же.

Упражнение «Наклоны корпуса»: исходное положение – сесть на пол, ноги вытянуты, муз. размер 2/4: на счёт *раз и, два и, три и*, выполнить наклон вперёд, стараясь грудью коснуться ног, руки вперёд, подъёмы дотянуть, ноги в коленях не сгибать; на счёт *четыре и* вернуться в исходное положение.

Упражнение «Циркуль». Исходное положение – лечь на спину, ноги вытянуты, руки вдоль корпуса ладонями вниз, из-за такта вытянутые ноги поднять вверх, муз. размер 2/4: на счёт *раз и, два и* вытянутые ноги легко раскрыть в стороны «циркулем», пальцы ног вытянуты, колени слегка присогнуты; на счёт *три и, четыре и* вернуться в исходное положение.

6. Упражнения на развитие выворотности ног:

Изучение техники выполнения упражнений

Упражнение «Бабочка»: исходное положение – сидя на полу, ноги согнутые в коленях раскрыты в разные стороны, стопы соединены, руки на поясе, муз. размер 4/4: на счёт *раз и* руки поднимаются вверх; на счёт *два и* корпус вместе с руками положить на стопы, при этом сохраняя предельно выворотное положение ног; на счёт *три и, четыре и* лежим; на следующие *раз и, два и* сохраняем предыдущее положение корпуса; на счёт *три и, четыре и* вернуться в исходное положение.

Упражнение «Лягушка»: исходное положение – лечь на живот, руки положить под подбородок, ноги и стопы натянуты, муз. размер 4/4: на счёт *раз и, два и* правая нога, сгибаясь в колене, подтягивается к корпусу в выворотном положении; на счёт *три и, четыре и*, то же самое выполняет левая нога; на следующие два такта лежим, сохраняя выворотное положение ног, корпус плотно прижат к полу, «пах» предельно раскрыт; на счёт *раз и, два и* третьего такта выпрямляется правая нога в исходное положение; на счёт *три и, четыре и*, выпрямляется левая нога в исходное положение.

Лежа на спине обозначить 1 позицию.

7. Упражнения на растяжку:

Изучение техники выполнения упражнений.

Сидя, попытаться максимально положить ноги на пол выворотной (по-турецки).

Сидя, дотянуться до носков (складочка), ноги разведены – дотянуться до носков.

Сидя по-турецки, в талии повернуться назад, по возможности достать ладонями до пола. «Шпагат» поперечный: исходное положение – I позиция ног, муз. размер 4/4: постепенно, сохраняя I позицию ноги «разъезжаются» в разные стороны по полу, руки опускаются на пол, тяжесть корпуса распределяется равномерно на обе ноги. Садясь на «шпагат», ноги должны быть прямыми, в выворотном положении, стопы вытянуты. Ноги и таз находятся на одной линии. Сохраняя прямое положение корпуса.

«Шпагат» прямой (продольный) на правую ногу: муз. размер 4/4: исходное положение глубокий выпад на правую ногу, упор ладонями в пол. Очень медленно левой ногой начинаем движение назад, скользя носком по полу и постепенно перенося вес тела с правой ноги на левую. Аккуратно пружиним в максимально низкой точке. Вернулись в исходное положение. Повторить с другой ноги.

8. Упражнения на развитие стопы:

Изучение техники выполнения упражнений.

Сидя на полу, ноги вытянуты, лопатки соединены, стопы вытянуты, стопы на себя, попеременное сокращение стоп, круговое движение стоп, по возможности выворотное касание стопами пола

Сидя, поднимание ног на 45° с круговым движением стопы.

Лежа на спине, упор на локти, сгибание ног, имитируя толчок (подготовка к движению “велосипед”).

9. Контрольные занятия

Теория: объяснение требований при выполнении контрольных нормативов (тестирования), объяснение структуры организации проведения контрольных мероприятий.

Практика: проведение итоговой и промежуточной аттестация (контрольное тестирование), открытых и итоговых занятий.

Планируемые результаты программы «Партерная гимнастика»

Предметные (Образовательные):

- освоить простейшие группы общеразвивающих упражнений;
- усвоить основы постановки корпуса;
- понимать цели и задачи каждого упражнения;
- развить музыкальный слух и чувство ритма;
- укрепить физическое состояние здоровья;
- уметь работать в коллективе;
- освоить все группы общеразвивающих упражнений;
- освоить навыки владения своим телом и координацией движения;
- обучиться приемам коллективной и самостоятельной работы.

Личностные:

- воспитана ответственность, аккуратность, дисциплинированность в процессе обучения, учитывая индивидуальные особенности ребенка;
- воспитаны грамотные слушатели, привиты желания к посещению культурных мероприятий вне школы;
- созданы предпосылки к психологической комфортности, устойчивости, уверенности в себе, ощущения себя.

Метапредметные:

- потребность и мотивация к познавательному процессу, к накоплению впечатлений и расширению общекультурного кругозора;
- развиты гибкость, вариативность мышления, воображение и фантазию у детей;
- развиты творческие способности, готовность к активной творческой жизни,
- развиты волевые исполнительские качества, артистизм и эмоциональная свобода учащихся.

2.6.2. Рабочая программа учебного предмета «Сценическая практика»

Цель – создание условий для эмоционального, нравственного и физического развития ребенка в процессе хореографической деятельности для его дальнейшей творческой самореализации.

Задачи:

Образовательные (предметные):

- выявлять и развивать хореографические способности обучающихся;
- способствовать формированию двигательных-технических; метро-ритмических; пространственно-ориентированных; координационных; художественно-выразительных навыков и умений у детей.

Личностные:

- способствовать формированию культуры общения и коммуникативной компетенции обучающихся;
- развивать навыки здорового образа жизни;
- воспитывать у обучающихся способность к самодисциплине и самоорганизации.

Метапредметные:

- способствовать формированию устойчивого интереса к хореографической деятельности;
- развивать волевые качества, выносливость, трудолюбие;
- способствовать воспитанию и развитию художественно-эстетического вкуса.

Учебный план программы «Сценическая практика»

№	Название темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроль
1	Разминка.	2	-	2	Беседа, наблюдение Педагогическая диагностика
2	Разучивание комбинаций концертных номеров.	7	1	6	Беседа, наблюдение Групповая оценка работы
3	Прослушивание музыкального материала концертных номеров.	1	1	-	Беседа Игра Групповая оценка работы
4	Разучивание концертных номеров.	4	-	4	Беседа,наблюдение Групповая оценка работы
5	Работа над техникой исполнения.	3	-	3	Беседа,элементы соревнования Групповая оценка работы
6	Работа над выразительностью движений.	5	-	5	Беседа,игра Групповая оценка работы
7	Актёрское мастерство.	2	1	1	Беседа, игра Элементы соревнования
8	Репетиционная работа.	6	-	6	Беседа

					Групповая оценка работы
9	Концертные выступления	6	-	6	Концерт Конкурс
	Итого	36	6	30	

Содержание учебного плана программы «Сценическая практика»

1.Разминка.

Упражнение для разогрева опорно-двигательного аппарата:

- на эластичность мышц, связок, на растяжку и гибкость.

2.Разучивание комбинаций концертных номеров.

Изучение основных движений и элементов эстрадного, детского и народного танца, входящих в разучиваемый номер. Правильность выполнения танцевальных движений.

3.Прослушивание музыкального материала концертных номеров.

Знакомство с музыкой, её характером, образом, сюжетом (режиссёрской задачей) в зависимости от постановки и манеры исполнения.

4.Разучивание концертных номеров.

Изучение рисунка танца, перестроений сольных партий.

Концертный номер на основе бессюжетного или сюжетного детского танца, постановка которого осуществляется преподавателем на основе материала, освоенного учащимися на предметах «Ритмика», «Партерная гимнастика».

5.Работа над техникой исполнения.

Работа над чистотой, правильностью и чёткостью исполнения движений концертных номеров. Согласование движений и музыки.

6.Работа над выразительностью движений.

Получение навыков и первых представлений о возможностях выразительности движений.

Взаимодействие движений и сценического образа.

Выражение музыки посредством танцевальных движений.

7.Актёрское мастерство.

Работа над образами близких детям персонажей постановок.

Образы и манера исполнения танцевальных движений, в зависимости от выбранной преподавателем постановки.

8.Репетиционная работа.

Знакомство учащихся с репетиционной работой, подготовкой к концертам, к праздникам. Знакомство с пространством сцены, репетиция на сцене.

9.Концертные выступления.

Участие учащихся в конкурсах, концертных мероприятиях, отчётном концерте хореографического отделения.

Планируемые результаты программы «Сценическая практика»

Предметные (образовательные):

В результате освоения курса учащиеся должны иметь практический опыт:

- работы в танцевальном коллективе, паре;
 - участия в репетиционной работе;
- уметь:*
- осуществлять подготовку концертных номеров, партий под руководством преподавателя;

- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца, ориентироваться на сценической площадке;
- видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;
- понимать и исполнять указания хореографа, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции;
- запоминать и воспроизводить текст хореографического произведения;
знать:
- балетную терминологию;
- основные стили и жанры танца;
- рисунок танца, особенности взаимодействия с партнёрами на сцене;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций в различных жанрах хореографии.

Личностные:

- воспитана ответственность, аккуратность, дисциплинированность в процессе обучения, учитывая индивидуальные особенности ребенка;
- приобщены к активному участию в общественной деятельности школы (конкурсы, фестивали);
- воспитаны грамотные слушатели, привиты желания к посещению культурных мероприятий вне школы;
- созданы предпосылки к психологической комфортности, устойчивости, уверенности в себе, ощущения себя.

Метапредметные:

- потребность и мотивация к познавательному процессу, к накоплению впечатлений и расширению общекультурного кругозора;
- развиты гибкость, вариативность мышления, воображение и фантазия у детей;
- развиты творческие способности, готовность к активной творческой жизни;
- развиты волевые исполнительские качества, артистизм и эмоциональная свобода учащихся.

2.7. Список литературы

1. Ваганова А.Я. «Основы массового танца». - М, 1963
2. С.Руднева, Э.Фиш «Ритмика – музыкальное движение». – М, Просвещение, 1972
3. Андреева М.П., Конфола Е.В. Первые шаги в музыке. Часть II Ритмика. – М, 1972
4. Копорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Вып.1, - М, 1972
5. Копорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Вып.2, - М, 1973
6. Е.И.Зуев. Волшебная сила растяжки. – М., Советский спорт, 1990.
7. «Утренняя гимнастика под музыку». Учебно-методическое пособие. М, 1997г.
8. «Ради здоровья детей». Тонкова-Ямпольская, Черток Т.Я. М, 1985г.
9. «Ритмика и танец». Учебно-методическое пособие. Пермь, 2005г.
10. «Гимнастика». Федотова С.Г. Учебно-методическое пособие. М, 2003г.
11. «Ритмическая гимнастика». Иваницкий А.В, Матов В.В. М, 1989г.
12. «Гимнастика круглый год». Эрбах Б, Польстер У, 1984г.
13. Методическое пособие по ритмике: 1 кл. Франио Г., Лифиц И. – М.: Музыка, 1995
14. "Возрастная физиология" Хрипкина Л.Г., Москва, Просвещение, 1988г
15. Баренбойм Л. А., Путь к музицированию.-Л., 1979
16. Мартинсен К.А., Индивидуальная фортепианная техника, раздел 1. - М., 1966