

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №5 г.Гурьевска» Кемеровской области

Рассмотрена и
согласована
на заседании МО
Протокол № _____
от «30» августа 2024г.

Принята на
педагогическом
совете
Протокол № _____
от «30» августа 2024г.

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ
№ 5 г. Гурьевска»
_____ Г.Н. Егорова
«30» августа 2024г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа по хореографии
(художественное направление)
на 2024-2025 учебный год**

Составитель: Рожкова О.В.
педагог дополнительного образования

Гурьевск
2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» гласит: «Дополнительное образование – вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом и (или) профессиональном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования»

В законе также говорится: «Дополнительное образование детей и взрослых направлено на формирование и развитие творческих способностей детей и взрослых, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование детей обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности. Дополнительные общеобразовательные программы для детей должны учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей»

Данная рабочая программа по хореографии разработана на основе ФЗ РФ от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», а также «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 навыков исполнения танцевальных композиций. Программа также способствует формированию разносторонней творческой личности ребёнка и имеет художественно-эстетическую направленность.

Хореографическое образование - это огромный творческий потенциал в развитии художественно-эстетической культуры общества в целом. Следовательно, танец с его богатой образно-художественной системой, безусловно, играет ключевую роль в развитии продуктивного воображения и творческой самореализации маленького человека. Наличие детского школьного творчества - обязательное условие активного прогресса креативных качеств личности.

В соответствии с вышесказанным, **целью программы** является:

создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в целом. Накопление учащимися опыта совместной творческой работы, в том числе и совместного исполнения хореографических этюдов и концертных номеров.

Задачи программы:

обучающие:

- 1.Накопление знаний об основных понятиях и терминах в хореографическом искусстве.
- 2.Формирование и развитие специальных навыков и умений в исполнении упражнений учебного экзерсиса классического, народно-сценического и современного танца.
3. Обучение навыкам основ концертно-исполнительской деятельности;

развивающие:

1. Формирование и развитие познавательного интереса к хореографическому искусству и общей культуре русского народа.
2. Развитие коммуникативных способностей обучающихся через учебно-практическую творческую деятельность
3. Формирование и развитие способностей к самостоятельной и коллективной творческой работе;
4. Формирование желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению (готовности к трудовой деятельности).

воспитательные:

1. Воспитание эстетического восприятия окружающего мира
2. Воспитание всесторонне развитой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
3. Воспитание творческой личности, готовой к адаптации в современных реалиях на платформе культурно-духовных и эстетических ценностей

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

Сроки реализации:

Данная рабочая программа по хореографии предполагает первичное знакомство с хореографическим искусством. Программа достаточно вариативная, позволяет широко использовать индивидуальный подход. В группе предполагается проводить 2-4 занятия в неделю. Возраст детей от 8 до 15 лет. Напряженность занятий и сложность подаваемого материала увеличивается с возрастом ребенка.

Программа рассчитана на 2 года.

Наполняемость группы – 10-12 человек.

2.СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

В результате обучения по данной программе учащийся должен знать и уметь:

- Знать названия упражнений хореографического экзерсиса и базовых терминов танцевального искусства
- Правильно определить жанр музыкального и хореографического искусства (классический танец, современный танец, народный танец)
- Координированно и музыкально исполнить заданную педагогом танцевальную комбинацию.
- Иметь навыки творческой работы в коллективе сверстников.

-Знать танцевальный репертуар своего коллектива.

Весь объем учебного материала данной рабочей программы по хореографии делится на две части: первый год обучения и второй год обучения. Обе части, в свою очередь, делятся на разделы и темы:

Раздел №1. Введение

Первый год обучения

Тема №1 Основные понятия танцевального искусства

Почему человек танцует?

Эволюция танца

Роль танца в современном мире

Тема №2 Танцевальное пространство

Ориентиры в танцевальном зале и на сцене

Рисунок танца как выразительное средство

Второй год обучения

Тема №1 Основные понятия танцевального искусства

Танец как способ реализации творческого потенциала человека

Эволюция танца

Тема №2 Выразительные средства хореографии

Лексика танца

Рисунок танца

Костюм, свет, декорации и аксессуары

Тема №3 Жанры и стили танца

Что определяет жанр танца

Жанровое многообразие хореографии

Примеры ярких образцов различных направлений в танцевальном искусстве

«Золотое наследие» русской хореографии.

Раздел №2 Постановка корпуса. Укрепление мышечного и связочного аппарата.

Первый год обучения

Тема №1 Постановка корпуса

Выявление проблем тела (сутулость, искривление осанки, ограниченная подвижность связочного аппарата и т.д.). Подбор корректирующих тренировочных комплексов упражнений.

Закрепление позиций рук (1,2,3 классического танца), ног (1 свободная, 2 свободная, бп.)

Тема №2 Укрепление мышечного аппарата. Работа над эластичностью связочного аппарата.

Танцевальная разминка по кругу и в статическом положении.

Прыжки

Упражнения на координацию и музыкальность исполнения тренировочных упражнений.

Упражнения на освоение основ поворотов и вращений.

Второй год обучения

Тема №1 Постановка корпуса

Выявление проблем тела (сутулость, искривление осанки, ограниченная подвижность связочного аппарата и т.д.). Подбор корректирующих тренировочных комплексов упражнений.

Закрепление позиций рук (1,2,3 классического танца), ног (1 свободная, 2 свободная, бп.,5позиция)

Тема №2 Укрепление мышечного аппарата. Работа над эластичностью связочного аппарата.

Танцевальная разминка по кругу и в статическом положении.

Прыжки

Упражнения на координацию и музыкальность исполнения тренировочных упражнений.

Упражнения на закрепление основ поворотов и вращений.

Раздел №3 Танцевальная гимнастика в par terre

Первый год обучения

Тема №1 Упражнения на укрепление мышц спины

Тема№2 Упражнения- растяжки

Тема №3 Упражнения на укрепление мышц живота и брюшного пресса

Тема №4 Упражнения на гибкость суставов позвоночника

Второй год обучения

Тема №1 Упражнения на укрепление мышц спины

Тема№2 Упражнения- растяжки

Тема №3 Упражнения на укрепление мышц живота и брюшного пресса

Тема №4 Упражнения на гибкость суставов позвоночника

Раздел №4 Репетиционно-постановочная деятельность

Первый год обучения

Тема №1 Танцевальная комбинация

Разучивание ритмически несложных танцевальных комбинаций

Тема №2 Рисунок танца

Понятие: рисунок танца, переход из рисунка в рисунок.

Практические примеры простейших рисунков в танце

Тема №3 Практическое разучивание танца на изученном материале

Второй год обучения

Тема №1 Танцевальная комбинация

Разучивание ритмически несложных танцевальных комбинаций

Тема №2 Рисунок танца

Понятие рисунка танца: круг, линия, «шахматы», диагональ. Переход из рисунка в рисунок.

Практические примеры рисунков в танце

Тема №3 Практическое разучивание рисунков танца на изученном материале

Раздел №5 Основы классического танца

Первый год обучения

Тема №1. Закрепление знаний и навыков по изучению позиций ног, рук классического танца.

Porte de bras с использованием классических позиций и переходом из позиции в позицию

Тема №2 Demi plie, grand plie, releve на полупальцы

Изучение движений лицом к станку.

Выполнение движений на середине зала

Тема №3 Шаги, группа ходовых движений

Простые шаги с вытянутым носком, шаги на полупальцах.

Тема №4 Группа прыжковых движений

Pas sotee по бп., по3п., по1п.

Pas sotee в продвижении, в повороте

Pas echarpe по 3п.

Второй год обучения

Тема №1. Изучение 5 позиции ног в классическом танце. Закрепление знаний и навыков по изучению позиций ног, рук классического танца

Porte de bras с использованием классических позиций и переходом из позиции в позицию

Тема №2 Demi plie, grand plie, releve на полупальцы

Изучение движений лицом к станку.

Выполнение движений на середине зала

Тема №3 Шаги, группа ходовых движений

Простые шаги с вытянутым носком, шаги на полупальцах.

Тема №4 Группа прыжковых движений

Pas sotee по 6п., по3п., по1п., по 5п

Pas sotee в продвижении, в повороте

Pas echarpe по 3п., по5п.

Раздел №6 Основы русского народного танца

Первый год обучения

Тема №1 Позиции рук, ног, корпуса в русском народном танце

Тема №2 Ходы в русском народном танце

Простой шаг с носка, хороводный шаг на полупальцах, переменный хороводный шаг, переменный шаг на каблук, припадание по 6п., припадание по3п.

Тема №3 Беговая группа движений

Бег с высоким подниманием ног назад, бег с высоким подниманием колена вперед.

Молоточки

Тема №4 Группа движений «молоточки». Группа движений «ковырялочки»

Молоточка в русском танце и её разновидности.

Ковырялочка в русском танце и её разновидности

Тема №5 Вращения

Изучение основ и принципов вращений

Вращения на месте

Вращения в продвижении

Тема №6 Стилизация в русском народном танце

Понятие стилизация в хореографическом искусстве

Примеры (разучивание) простейших танцевальных комбинаций в жанре стилизованного русского танца

Второй год обучения

Тема №1 Позиции рук, ног, корпуса в русском народном танце женские, мужские и в паре.

Тема №2 Ходы в русском народном танце

Простой шаг с носка, хороводный шаг на полупальцах, переменный хороводный шаг, переменный шаг на каблук, припадание по бп., припадание поЗп.

Закрепление навыков посредством разучивания небольших танцевальных комбинаций.

Тема №3 Беговая группа движений

Бег с высоким подниманием ног назад, бег с высоким подниманием колена вперед.

Молоточки

Ритмические комбинации беговых движений.

Тема №4 Группа движений «молоточки». Группа движений «ковырялочки»

Молоточка в русском танце и её разновидности.

Ковырялочка в русском танце и её разновидности

Примеры танцевальных комбинаций с использованием молоточки и ковырялочки.

Тема №5 Вращения

Закрепление принципов вращений

Вращения на месте

Вращения в продвижении

Тема №6 Стилизация в русском народном танце

Понятие стилизация в хореографическом искусстве

Примеры (разучивание) простейших танцевальных комбинаций в жанре стилизованного русского танца

Раздел №7 Современный эстрадный танец

Первый год обучения

Тема№1. Понятие современный эстрадный танец. Стили и виды танца на эстраде

Тема №2. Танцевальная разминка в современном эстрадном стиле

Танцевальная разминка в современном эстрадном стиле

Упражнения растяжки в эстрадном стиле

Тема №3. Разучивание танцевальных композиций в эстрадном стиле.

Второй год обучения

Тема№1. Современный эстрадный танец в России. Стили и виды танца на русской эстраде.

Тема №2. Танцевальная разминка в современном эстрадном стиле

Танцевальная разминка в современном эстрадном стиле

Упражнения растяжки в эстрадном стиле

Тема №3. Разучивание танцевальных композиций в эстрадном стиле.

Раздел №8 Постановочная деятельность

Первый год обучения

Тема №1. Разучивание отдельных учебных танцевальных комбинаций

Тема №2. Разучивание цельных хореографических постановок.

Второй год обучения

Тема №1. Разучивание отдельных учебных танцевальных комбинаций

Тема №2. Разучивание цельных хореографических постановок.

3.УЧЕБНО ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№	Наименование разделов	Кол-во часов всего	Кол-во часов теория	Кол-во часов практика
1.	Раздел №1.Введение <u>Тема№1 Основные понятия танцевального искусства</u> <u>Тема №2 Танцевальное пространство</u>	4ч	2 2	
2.	Раздел №2 Постановка корпуса. Укрепление мышечного и связочного аппарата. <u>Тема №1 Постановка корпуса</u> <u>Тема №2 Укрепление мышечного аппарата.</u> <u>Работа над эластичностью связочного аппарата.</u>	12ч		6 6
3.	Раздел №3 Танцевальная гимнастика в раг terre <u>Тема №1 Упражнения на укрепление мышц спины</u> <u>Тема№2 Упражнения- растяжки</u> <u>Тема №3 Упражнения на укрепление мышц живота и брюшного пресса</u> <u>Тема №4 Упражнения на гибкость суставов позвоночника</u> Раздел№4 Репетиционно-постановочная деятельность <u>Тема №1 Танцевальная комбинация</u>	12ч 6ч		4 2 2 4 1 1

	<u>Тема №2 Рисунок танца</u> <u>Тема №3 Практическое разучивание танца на изученном материале</u>			4
5.	Раздел №5 Основы классического танца <u>Тема №1.Закрепление знаний и навыков по изучению позиций ног, рук классического танца</u> <u>Тема №2 Demi plie, grand plie, releve на полупальцы</u> <u>Тема №3 Шаги, группа ходовых движений</u> <u>Тема №4 Группа прыжковых движений</u>	12ч		1 3 4 2 2
6.	Раздел №6 Основы русского народного танца <u>Тема №1 Позиции рук, ног, корпуса в русском народном танце</u> <u>Тема №2 Ходы в русском народном танце</u> <u>Тема №3 Беговая группа движений</u> <u>Тема №4 Группа движений «моталочки». Группа движений «ковырялочки»</u> <u>Тема №5 Вращения</u> <u>Тема №6 Стилизация в русском народном танце</u>	10ч		1 2 1 1 3 2
7.	Раздел №7 Современный эстрадный танец <u>Тема№1. Понятие современный эстрадный танец. Стили и виды танца на эстраде</u> <u>Тема №2. Танцевальная разминка в современном эстрадном стиле</u> <u>Тема №3. Разучивание танцевальных композиций в эстрадном стиле.</u>	4ч		1 3
8.	Раздел №8 Постановочная деятельность <u>Тема №1. Разучивание отдельных учебных танцевальных комбинаций</u> <u>Тема №2. Разучивание цельных хореографических постановок.</u>	8ч		2 6
		68ч	4	64

4.УЧЕБНО ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№	Наименование разделов	Кол-во часов всего	Кол-во часов теория	Кол-во часов практика
1.	Раздел №1.Введение <u>Тема№1 Основные понятия танцевального искусства. Танец как способ реализации творческого потенциала человек</u> <u>Тема №2 Выразительные средства хореографии</u> <u>Тема№3 Жанры и стили танца</u>	4ч	2 2	

2.	Раздел №2 Постановка корпуса. Укрепление мышечного и связочного аппарата. <u>Тема №1 Постановка корпуса</u> <u>Тема №2 Укрепление мышечного аппарата.</u> <u>Работа над эластичностью связочного аппарата.</u>	12ч		6 6
3.	Раздел №3 Танцевальная гимнастика в par terre <u>Тема №1 Упражнения на укрепление мышц спины</u> <u>Тема №2 Упражнения- растяжки</u> <u>Тема №3 Упражнения на укрепление мышц живота и брюшного пресса</u> <u>Тема №4 Упражнения на гибкость суставов позвоночника</u> Раздел №4 Репетиционно-постановочная деятельность <u>Тема №1 Танцевальная комбинация</u> <u>Тема №2 Рисунок танца</u> <u>Тема №3 Практическое разучивание танца на изученном материале</u>	16ч 8ч		4 4 4 4 2 2 4
5.	Раздел №5 Основы классического танца <u>Тема №1. Закрепление знаний и навыков по изучению позиций ног, рук классического танца</u> <u>Тема №2 Demi plie, grand plie, releve на полупальцы</u> <u>Тема №3 Шаги, группа ходовых движений</u> <u>Тема №4 Группа прыжковых движений</u>	24ч		4 6 6 8
6.	Раздел №6 Основы русского народного танца <u>Тема №1 Позиции рук, ног, корпуса в русском народном танце</u> <u>Тема №2 Ходы в русском народном танце</u> <u>Тема №3 Беговая группа движений</u> <u>Тема №4 Группа движений «моталочки». Группа движений «ковырялочки»</u> <u>Тема №5 Вращения</u> <u>Тема №6 Стилизация в русском народном танце</u>	18ч		2 4 4 2 6
7.	Раздел №7 Современный эстрадный танец <u>Тема №1. Понятие современный эстрадный танец. Стили и виды танца на эстраде</u> <u>Тема №2. Танцевальная разминка в современном эстрадном стиле</u> <u>Тема №3. Разучивание танцевальных композиций в эстрадном стиле.</u>	6ч		2 4
8.	Раздел №8 Постановочная деятельность	14		

	<u>Тема №1. Разучивание отдельных учебных танцевальных комбинаций</u>			4
	<u>Тема №2. Разучивание цельных хореографических постановок.</u>			10
		102	4	98

5. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Помещение:

Помещение должно быть хорошо освещено. Иметь ровную поверхность пола и нескользящее половое покрытие. Также в помещении на стене (стенах) должны быть закреплены зеркала, для качественного обучения хореографии учащихся.

2. Музыкальное оборудование:

В помещении для занятий для хореографии должна находиться музыкальная аппаратура достаточной мощности для качественного воспроизведения музыкального материала.

3. Форма для занятий хореографией:

Форма для занятий должна быть удобной и безопасной. Для девочек: гимнастический купальник и лосины (велосипедки). Для мальчиков: футболка и шорты (велосипедки). Обувь должна быть мягкой и удобной (балетки, чешки, джазовки)

4. Программно-методическое обеспечение:

-Рабочая программа по хореографии

-Методические разработки, литература по хореографическому искусству

-Методическая литература по детской психологии и педагогике.

6. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – М.: Айрис, 2001.

2. Баскаков В. Свободное тело. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.

3. Борисов-Дрондин А.И. Коррекционная гимнастика для учащихся хореографических школ. – Самара: НТЦ, 2003.

4. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
5. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев. – Ростов на Дону: Феникс, 2005.
6. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
7. Выготский Л. Педагогическая психология. – М.: АСТ, Астрель, ЛЮКС, 2005.
8. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru/>
9. Гренлюнд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.
10. Громов Ю.И. Танцуйте, дети! / Репертуар для детских танцевальных коллективов. – Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 2002.
11. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
12. Данилова Н.И. Функциональные состояния: Механизмы и диагностика. – М.: МГУ, 1985.
13. Диниц Е.В. Джазовые танцы. – М.: АСТ, 2010.
14. Добровольская Г.Н. Танец. Пантомима. Балет. – Л.: Искусство, 1975.
15. Добротворская К.А. Айседора Дункан и театральная культура эпохи модерна. – Л.: ЛГИТМ и К, 1992.
16. Ерохина О.В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн). – Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
17. Запора Р. Импровизация присутствия // Танцевальная импровизация. – М., 1999.
18. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1989.
19. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки. – М.: Советский спорт, 1990.
20. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. – М.: Физкультура и спорт. – 1985.
21. Ивлева Л.Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом: учебное пособие. – Челябинск: ЧГАКИ, 2004.
22. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. – Челябинск: ЧГАКИ. – 1997. 29
23. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. – Челябинск: ЧГАКИ, 2006.
24. Козлов В.В., Гиршон А.Е. Интегративная танцевально-двигательная терапия.. – СПб.: Речь, 2016.
25. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы

