

Муниципальное казенное учреждение управление образования
администрации Калтанского городского округа
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества»

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол от 28.08.2020 № 1



Утверждена
директор МБОУ ДО ДДТ
Е. О. Николаева
Приказ МБОУ ДО ДДТ
от 31.08.2020 № 90/1

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«В ритме танца»

Возраст учащихся – 10-14 лет;
Срок реализации – 1 год

Разработчик:
Мишенева Екатерина Александровна,
педагог дополнительного
образования МБОУ ДО ДДТ

Калтан
2020

Содержание

Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы	4
Содержание программы	5
Планируемые результаты освоения программы	10
Основные материалы, формирующие систему оценивания	11
Образовательные и учебные форматы	11
Материально-техническое обеспечение программы	12
Перечень информационно-методических материалов, литературы	14

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «В ритме танца» разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242); СанПин 2.4.4.3172-14, приказом ДоиН КО от 05.04.2019 № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Кемеровской области»

Данная программа предназначена для занятий в хореографическом кружке школьников, где занятия проводятся в течение 1-го года со школьниками, имеющими склонность к танцевальной деятельности.

Возраст учащиеся 10-14 лет.

Число детей одновременно находящихся в группе составляет от 12 до 15 человек.

Продолжительность образовательной программы по учебному плану в часах составляет 36 часов.

Сроки освоения программы – 1 год

Режим занятий – 1 раз в неделю по 1 часу.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций.

Программа дана по годам обучения. На каждом этапе обучения дается материал по основным пяти разделам: 1) ритмика и музыкальная грамота, 2) азбука классического танца, 3) элементы народного танца. Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического и народного танца.

В первый раздел включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя учащихся в пространстве и времени, развивая музыкальность. В

дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третий раздел элементы народного танца включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать учащимся представление о диапазоне национальных плясок: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы.

Цель и задачи программы

Цель: приобщение учащихся к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи:

- воспитание нравственно – эстетических чувств.
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному.
- раскрытиехудожественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников.
- знакомство учащихся с хореографическими терминами, основами классического и народного танца.
- укрепление костно-мышечный аппарат учащихся.

Содержание программы

1. Вводное занятие. Знакомство с учащимися. Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности. Культура поведения на учебных занятиях.

2. Ритмика и музыкальная грамотность: Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди музыкальную фразу». Игра в хлопки с увеличением темпа: хлопки (на сильную долю) становятся громче и увеличивается размах рук, и, наоборот, со снижением темпа все стихает. Упражнения по всем уровням выполняются по заданию преподавателя. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

Развитие пластики тела: Система специально разработанных упражнений на развитие основных навыков по данной теме.

Упражнения на осанку: Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса: наклоны головы, сжатие и расслабление пальцев рук, вращение кистей, локтей и плеч. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса: наклоны в стороны и вперёд, потягивания в стороны и вверх, круговые вращения корпуса. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины: сжатие и растяжение мышц грудного отдела, «джазовый квадрат», растягивание и скручивание мышц поясничного отдела позвоночника. Упражнения по всем уровням выполняются по заданию преподавателя. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

3. Основы классического танца. Постановка рук – подготовительная, 1, 2, 3 позиции. Позиции ног - 1, 2, 3. Plie – складывание, сгибание, приседание. Изучается demi plie по 1,3 позициям. Музыкальный размер - 3/4 или 4/4, темп - andante. Battement tendu simple – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъёме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается по 1 позиции вначале в сторону, вперёд, затем назад). Музыкальный размер - 2/4, темп – moderato (Приложение 1, 2). Тренинг. Упражнения по всем уровням выполняются по заданию преподавателя. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой, включения шагов в различных направлениях, plie и подключения к работе других уровней. Исходная позиция (если не указывается специально) – ноги на ширине плеч, стопы параллельно друг другу.

4. Народный танец. Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: «верёвочка», «моталочка», «молоточки», «топор», вынос ноги на каблук, вперёд, в сторону и т.д. Движения, которые отличают хоровод от других танцев (рисунки, переходы и построения).

5. Азбука классического танца. Разучивание элементов классического танца у станка.

Demi-pliés. Изучается лицом к станку в I II III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

Battements tendus. Повторяются изученные элементы темы 2. Затем изучаются лицом к станку из I позиции назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).

Battements tendus с demi-pliés. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).

Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга). Изучается лицом к станку с I позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед. Затем назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение и 8 тактов, если музыкальный размер – 2.4.4. Позднее, при музыкальном размере 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

Battement passé par terre. Изучается из I позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1 такт.

Подготовительное port de bras. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1.

Положения ноги sur les cou-de-piéd – «условное» и «обхватное». Изучается из I позиции в сочетании с battements tendus в сторону, вперед. Затем продолжается изучение лицом к станку с I позиции по точкам назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.

Battements frappés. Изучается лицом к станку, носком в пол (вначале в сторону, затем вперед назад). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

Battements relevés lents на 45°. Изучается из I позиции, стоя лицом к станку в сторону. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		Инструктаж в журнале
2	Ритмика и музыкальная грамота	10	1	9	Открытый урок
2.1	Первый подход к ритмическому		1	2	

	исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).				
2.2	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);			2	
2.3	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.			2	
2.4	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.			2	Промежуточная диагностика
2.5	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.			1	Открытое занятие наблюдение родителей
3	Азбука классического танца	12	2	10	Экзерсис у станка
3.1	Поклон. Позиции ног – I, II, III, IV		1	1	
3.2	Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II		1	1	
3.3	Relevés на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног			1	
3.4	Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук			1	
3.5	Plie (полуприседания) во всех позициях			1	
3.6	Grands plie в I, II, V, IV позициях			1	
3.7	battement tendu (выведение ноги на			1	

	носок)				
3.8	Battements tendus jets (маленькие броски)			1	
3.9	прыжки на I, II и V позициях (temps leve)			2	
4	Народный танец	13	2	11	Открытый урок
4.1	Позиции ног. Положение стопы и подъема.		1	2	
4.2	Позиции и положения рук. Движение кисти.		1	2	
4.3	Ковырялочка без подскоков			2	
4.4	Припадание на месте, с продвижением в сторону			2	
4.5	“Косичка”.			1	
4.6	«Веревочка» простая			1	
4.7	“Маятник”			1	
	Итого:	36	6	30	

Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			Беседа	1	Вводное занятие	ДДТ	Инструктаж в журнале
2.				10	Ритмика и музыкальная грамотность	ДДТ	Открытый урок
1			Занятие	3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	ДДТ	
2			Занятие	2	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	ДДТ	
3			Занятие	2	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	ДДТ	
4			Занятие	2	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	ДДТ	
5			Занятие	1	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	ДДТ	
3.				12	Азбука классического танца	ДДТ	Экзерсис у станка
1			Разучивание элементов	2	Поклон. Позиции ног – I, II, III, IV	ДДТ	
2			Разучивание элементов	2	Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II	ДДТ	
3			Разучивание	1	Relevés на	ДДТ	

			элементов		полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног		
4			Разучивание элементов	1	Port de bras в сторону, назад в сочетании движениями рук	ДДТ	
5			Разучивание элементов	1	Plie (полуприседания) во всех позициях	ДДТ	
6			Разучивание элементов	1	Grands plie в I, II, V, IV позициях	ДДТ	
7			Разучивание элементов	1	battement tendu (выведение ноги на носок)	ДДТ	
8			Разучивание элементов	1	Battements tendus jets (маленькие броски)	ДДТ	
9			Разучивание элементов	2	прыжки на I, II и V позициях (temps leve)	ДДТ	
4.				13	Народный танец	ДДТ	Открытый урок
1			Разучивание элементов	3	Позиции ног. Положение стопы и подъема.	ДДТ	
2			Разучивание элементов	3	Позиции и положения рук. Движение кисти.	ДДТ	
3			Разучивание элементов	1	Ковырялочка без подскоков	ДДТ	
4			Разучивание элементов	1	Припадание на месте, продвижением в сторону	ДДТ	
5			Разучивание элементов	1	“Косичка”.	ДДТ	
6			Разучивание элементов	2	«Веревочка» простая	ДДТ	
7			Разучивание элементов	2	“Маятник”	ДДТ	
					Итого 36		

Планируемые результаты реализации программы

Главным результатом программы является сплоченный детский коллектив с устойчивым интересом к выбранному виду деятельности. Пройдя все этапы образовательного процесса в коллективе учащиеся приобретут следующие знания, умения и навыки:

- навыки музыкально-ритмической деятельности, правильного и выразительного движения;
- эмоциональную выразительность;
- усвоение основ классического, народно-сценического, современного детского танцев, освоение хореографической терминологии;
- использование приобретенного творческого потенциала в процессе занятий и постановочной работе;
- понимание межличностных отношений в ходе общих дел;
- научатся аккуратности и дисциплинированности.

На основе данной программы формируется базовая культура личности ребенка, включающая в себя потребность в здоровом образе жизни и укреплении его, воспитание потребностей к труду, как к первой жизненной необходимости и способу достижения жизненного успеха, формирование целеустремленности, воспитание свободной личности, развитие духовных потребностей к самопознанию.

Оценочные материалы, формирующие систему оценивания

За период обучения в хореографическом коллективе воспитанники получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год.

Основными видами контроля успеваемости являются:

- текущий контроль успеваемости
- промежуточная аттестация
- итоговая аттестация.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются:

- систематичность
- учет индивидуальных особенностей.

Текущий контроль успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, на повышение уровня освоения текущего материала.

Промежуточная аттестация учащихся проводится в конце первого полугодия, учебного года, как результат освоения материала за соответствующий период обучения. Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие учащегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Формы промежуточной аттестации:

- контрольный урок
- открытый урок.

Освоение программы завершается итоговой аттестацией. Итоговая аттестация проводится в виде концерта для родителей. Итоговая аттестация при сопоставлении с исходным промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня.

В объединение принята пятибалловая система отражения уровней развития хореографических способностей учащихся, для дисциплин: классический танец, современный танец, народный танец, гимнастика, постановочная работа, концертная деятельность.

«5» - соответствует требованиям учебной программы.

«4» - соответствует требованиям учебной программы, но содержит незначительные ошибки.

«3» - соответствует требованиям учебной программы, но содержит ошибки.

Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации устанавливаются годовым учебным графиком. (Приложение 1).

Содержание разделов программы предполагает вариативность использования учебного материала.

Данная программа предусматривает систематическое и последовательное обучение, ориентирована на работу с учащимися независимо от наличия у них специальных физических данных.

Критерии оценок знаний учащихся по подготовке концертных номеров:

- Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.
- По итогам исполнения программы на просмотре, концерте, конкурсе выставляется оценка по уровням:

Оценка	Критерии оценивания выступления
высокий	технически качественное и художественно-осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.
Средний	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном).
низкий	исполнение с большим количеством недочётов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы в хореографических постановках и т.д.
Зачет(без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Образовательные и учебные форматы

1. проведение занятий в чистом помещении;
2. осуществление на каждой перемене проветривания учебного кабинета;
3. использование ковриков для упражнений на полу;
4. организация перемены через каждые 30 минут занятия;
5. оформление кабинета, стендов (наглядно-иллюстративные материалы).

Немаловажно для создания психологически здоровой среды соблюдать принципы педагогического воздействия:

- педагогический оптимизм;
- уважение к ребенку;
- понимание душевного состояния ученика;
- заинтересованность в судьбе ребенка;
- раскрытие мотивов и внешних обстоятельств, поступков, совершаемых ребенком.

Материально – техническое обеспечение программы

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр (не менее одного на класс) К – полный комплект (на каждого ученика класса)

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее одного на двух учеников)

П – комплект для работы в группах (один на 5-6 учащихся)

Наименование объектов и средств материально- технического обеспечения	количество	примечание
Нормативные документы различного уровня и локальные акты		
Дополнительная литература		
- Т.А. Затымина, Л.В. Стрепетова «Музыкальная ритмика», учебно-методическое пособие. – М.: Глобус, 2009г	1	
«Художественное движение» И.Е.Кулагина, М., 2006г.;	1	
«Азбука хореографии» Т.Барышникова, М., 2008г.;	1	
- «Ритмика – музыкальное движение» С.Руднева, Э.Фиш, М., 2008г.;	1	
Интернет-ресурсы:		
http://www.pomochnik-vsem.ru/ - www.miniteatr.com http://dancehelp.ru/ http://www.ortodance.ru/		
Технические средства обучения		
Музыкальный центр	1	

Перечень информационно-методических материалов, литературы

1. 1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
2. Богданов Г. Хореографическое образование.- М.- 2001
3. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
4. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
5. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
6. Карп П. О. О балете.- М.- 1967
7. Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца.- Л.-1968
8. Климов А. Особенности русского народного танца.- М.- 2002
9. Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002
10. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
11. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
12. Сердюков В.П.. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- М.- 1987
13. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
14. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
15. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996.
16. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000