

**Департамент образования администрации г. Иркутска
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного
образования города Иркутска «Дворец детского и юношеского творчества»**

РЕКОМЕНДОВАНА
решением методического совета
МАОУ ДО г. Иркутска.
«Дворец творчества»
Протокол № 1
от «05» сентября 2019 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом по МАОУ ДО г. Иркутска
«Дворец творчества»
от «05» сентября 2019 г. № 298-ОД

**Рабочая программа
«Хореография»**
к дополнительной общеразвивающей программе
«Школа раннего развития «Будущий отличник»

Адресат программы: 5 лет
Срок реализации: 1 год
Направленность: художественная
Разработчик программы:
Куковерова Ольга Сергеевна,
педагог дополнительного образования

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
1.1. Информационные материалы о программе.....	3
1.2. Актуальность и целесообразность программы.....	3
1.3. Актуальность и целесообразность программы.....	3
1.4. Отличительная особенность программы	3
1.5. Цель и задачи программы.....	4
1.6. Адресат программы.....	5
1.7. Срок освоения программы.....	5
1.8. Формы обучения.....	5
1.9. Режим занятий.....	5
1.10. Особенности организации образовательной деятельности.....	5
2. Комплекс основных характеристик программ.....	5
2.1. Объем программы.....	5
2.2. Содержание программы.....	5
2.3. Планируемые результаты освоения программы.....	7
3. Комплекс организационно-педагогических условий.....	8
3.1. Учебный план.....	8
3.2. Календарный учебный график.....	9
3.3. Условия реализации программы.....	9
3.4. Формы аттестации. Оценочные материалы.....	9
3.5. Методические материалы.....	11
3.6. Список литературы.....	12
4. Иные компоненты	13

1. Пояснительная записка

1.1. Информационные материалы о программе

Рабочая программа «Хореография » (далее – программа) разработана на основе многолетнего опыта работы педагога, с учетом методических рекомендаций по обучению хореографии в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПиН 2.4.4.3172 – 14, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 41 от 04.07.2014.

1.2. Направленность программы

Художественная.

1.3. Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы

Программа состоит в том, что танцы в наши дни являются одним из популярных и любимых видов деятельности многих детей. Среди множества форм художественного воспитания детей хореография занимает особое место. Через танцы происходит формирование и закрепление интереса к танцевальному искусству, совершенствуются физические данные детей. Занятия танцем учат также понимать и создавать прекрасное. Развивают образное мышление и фантазию, дают гармоническое и пластическое развитие.

Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. любое движение представляет собой рефлекс, а на овладение любым пластическим движением требуется время. Таким образом, танцевально-двигательный навык вырабатывается не сразу, а постепенно в процессе усвоения материала предполагает поэтапность с учетом возрастных особенностей.

Первым этапом освоения хореографии является ритмика (для младшего возраста, ритмика в игровой форме), которая дает детям первоначальную хореографическую подготовку, развивает музыкальность, чувство ритма и сформировывает у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем. Спрос на обучение по танцевальному искусству исходит и от родителей и конечно же от специфики театральной студии. Поэтому, учитывая желание детей и родителей была разработана данная программа.

1.4. Отличительные особенности программы

Максимальное использование игровых форм в построении учебных занятий для учащихся младшего возраста; тщательный подбор музыкального материала в соответствии с задачами.

Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает фантазию детей.

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.

Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. Любое движение представляет собой рефлекс, и на овладение любым танцевальным движением требуется время.

Данная программа по хореографии, в отличие от других подобных программ, является универсальной. В ней содержится необходимый комплекс танцевальных дисциплин, необходимых для начинающего танцора по мере его творческого роста. Так, в подготовительной группе большое внимание уделяется развитию азбуки музыкального движения, ритмичности; на следующих ступенях обучения усложняются базовые знания, ускоряется темп исполнения; а в старшей группе дети приобретают навыки хореографо-постановщика, в качестве придумывания пластических этюдов и танцевальных сцен.

1.5. Цель и задачи программы

Главная **цель** – приобщение детей к искусству хореографии, пластике и жесту, развитие их художественного вкуса, раскрытие пластических возможностей, снятие мышечных зажимов, развитие творческого потенциала, необходимого для исполнительской деятельности

Задачи:

Образовательные:

- освоение расслабления, как способа снятия мышечных зажимов;
- освоение принципов и законов создания пластической композиции;
- освоение работы с музыкальным материалом;
- развитие образно-пластического мышления;
- ознакомление с основами пантомимы;
- научить работать с предметами и различными текстурами материалов.

Формировать:

- музыкально-ритмические навыки (восприятие общего характера музыкальных произведений, развитие музыкальной памяти, ритма, способность различать музыкальные размеры, темпы, динамику).

Развивающие:

Развивать:

- двигательные способности;
- эмоциональную отзывчивость на музыку;
- чувства ритма, музыкальности, интерес к хореографии;
- скорректировать минимальные нарушения физического развития (нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц);
- повысить двигательную активность.

Формировать умения:

- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- понимать причины успеха/неуспеха и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- партерный экзерсис: повышение гибкость суставов, улучшение пластичности мышц связок, увеличение силы мышц;
- выворотность ног, танцевальный шаг, правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений;
- навыки самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Воспитательные:

способствовать воспитанию:

- инициативности, ответственности, доброжелательности;
- чувства коллективизма, способность к продуктивному творческому общению;
- уважительное отношение к нормам коллективной жизни;
- художественный вкус.

1.6. Адресат программы

На обучение по программе принимаются все дети, интересующиеся хореографией, в т. ч. дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации, из малообеспеченных, неполных, неблагополучных семей. Уровень физической подготовленности не имеет значения. Состав групп: постоянный, дети 5-ти лет.

1.7 Срок освоения программы

1 год.

1.8.Форма обучения

Очная.

1.9.Режим занятий

1 раз в неделю по 1 часу на 1 группу: занятия проводятся по 30 мин., с переменой в 10 минут.

1.10. Особенности организации образовательной деятельности

Образовательная деятельность осуществляется в традиционной форме. Для проверки освоения программы, предусмотрен текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестации, а для привлечения детей и большего интереса соревновательный и игровой процессы.

2 Комплекс основных характеристик**2.1. Объем программы**

Общее количество часов – 36 часов.

2.2. Содержание программы

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ	Количество часов		
		Теория	Практика	ВСЕГО
1	Раздел 1. Гимнастика	4	32	36
1.1.	Тема 1.1. Основные задачи гимнастики Основные задачи гимнастики: 1-укрепление опорно-двигательного аппарата; 2-развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности; развитие выносливости и постановка дыхания; выработка навыков высокой культуры движений. Элементы партерной гимнастики. 1.Упражнения, укрепляющие мышцы спины; • «День — ночь» • «Змейка» • «Рыбка» 2. Упражнения, развивающие подъем стопы: • вытягивание и сокращение стопы; • круговые движения стопой; 3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника: • «лодочка»;	2	16	18

	• «складочка»; • «колючко»; 4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса • «ступеньки»; • «ножницы»; 1. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава: • «Неваляшка» • «Passe' с разворотом колена» 2. Упражнения развивающие выворотность ног: • «Звездочка» • «Лягушка» 3. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага: • «Боковая растяжка» • «Растяжка с наклоном вперед» • «Часы»			
1.2.	Тема 1.2. Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках). 1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках: • повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»; • наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»; • круговые движения головой по кругу и целому кругу; • поднимание и опускание плеч; • поочередное поднимание и опускание плеч. 2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках: • разведение рук в стороны; • подъемы рук вперед на высоту 90°; • отведение рук назад; • подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны; • подъемы рук вверх–вперед и опускания вниз–вперед; • сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны; • сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперед и вниз–вперед; • сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперед, назад; • сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперед–в стороны–назад; • сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны- вверх - в стороны, вперед – вверх - назад; • вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении; • вращения кистями во II позиции; • вращения кистями с руками, поднятыми вверх. 3. Упражнения на развитие поясничного пояса: • наклоны корпуса в стороны; • наклоны корпуса вперед. 4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног: полуприседания; • отведение ноги в сторону на носок; • отведение ноги в сторону на каблук; • отведение ноги вперед на носок; • отведение ноги вперед на каблук; • отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция; • отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция; • подъёмы согнутой в колене ноги вперед; • отведение ноги назад на носок; • отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;	2	16	18

• отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок с • полуприседанием; • подъёмы на полупальцы; • многократные прыжки на двух ногах; • перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперед на носок; • перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперед на каблук.			
Итого	4	32	36

2.3. Планируемые результаты освоения программы

Основным результатом учебной деятельности является набор ключевых компетенций учащихся, выражающиеся в знаниях и умениях, которыми учащиеся должны овладеть в процессе обучения по данной программе:

Личностные:

- активность, инициативность, доброжелательность, ответственность, упорство при достижении цели;
- стремление к саморазвитию и самовоспитанию;
- чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению;
- уважительное отношение к нормам коллективной жизни;
- художественный вкус;
- интерес к музыкальному творчеству, хореографии, искусству.

Метапредметные:

Умения и навыки:

- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- понимать причины успеха/неуспеха и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

Развиты:

- Партерный экзерсис: повышение гибкости суставов, улучшение пластичности мышц связок, увеличение силы мышц;
- Выворотность ног, танцевальный шаг, правильная осанка, постановка корпуса, четкая координация движений.

Предметные:

Знания:

- истории и терминологии танца;
- единых правила поведения в хореографическом классе и требования к внешнему виду на занятиях;
- о темпе, ритме, амплитуде движений.

Умения и навыки:

- выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков); движения в соответствии с музыкальным сопровождением;
- самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации;
- работать импровизированно, в коллективе, чувствовать друг друга в танце;
- выполнять определённые танцевальные движения;
- партерной гимнастики.

3. Комплекс организационно-педагогических условий

3. 1. Учебный план

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации
		Теория	Практика	ВСЕГО	
1	Раздел 1 «Гимнастика»	4	32	36	
1.1	Тема 1.1. Основные задачи гимнастики	2	16	18	Упражнения
1.2.	Тема 1.2. Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).	2	16	18	Упражнения, концерт
	Объем программы:	4	32	36	

3.2. Календарный учебный график

Месяц		сентябрь			октябрь				ноябрь					декабрь					январь			февраль				март				апрель				май			
Недели обучения		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов	гр	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Промежу- точная и текущая аттестация														Упражнения																Упражнения, концерт							
Всего часов		3			4				5					5					3			4				4				4				4			
Объем		36 учебных часов на 1 группу; на 4 группы – 144 ч.																																			

3.3. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение учебного процесса

Материально-техническое обеспечение включает:

- хореографический класс,
- сценические костюмы,
- аудио- и видеоматериалы,
- фортепиано.

Информационное обеспечение

Интернет-ресурсы

1. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодёжи от 14.12.2015 года № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеразвивающих программ». [Электронный ресурс]- <http://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/sredne-professionalnoe-obrazovanie/normativnye-dokumenty/pismo-ministerstva-obrazovaniya-i-nauki-rossijskoj-federatsii-ot-14-12-2015-09-3564-o-vneurochnoj-deyatelnosti-i-rea.html> (Дата обращения 29.03.2019).

Кадровое обеспечение

Программа предусмотрена для педагога с высшим или средне-специальным профильным (хореографическим) образованием, владеющим практическим опытом работы с детьми в детском танцевальном коллективе или студии. Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования первой квалификационной категории Куковеровой Ольгой Сергеевной.

3.4. Аттестация учащихся. Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности учащихся используются следующие виды контроля:

- входной контроль (сентябрь);
- текущий контроль (в течение всего учебного года);
- промежуточная (итоговая аттестация) – в конце учебного года (май).

Текущий контроль, промежуточная аттестация служат основным средством обеспечения в учебно-воспитательном процессе обратной связи между педагогом и учащимся, необходимой для стимулирования их работы и совершенствования методики преподавания.

Текущий контроль как правило, осуществляется в конце темы или на завершающем этапе освоения раздела

Промежуточная (итоговая) аттестация учащихся – оценивание результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе по окончании учебного года.

Текущая и промежуточная аттестации позволяют оценить совокупность знаний и умений, а также степень сформированности предметных, метапредметных, личностных результатов.

К формам текущего контроля относятся: собеседование, выполнение эскерсисов и др. Эффективность занятий определяется диагностикой по следующим критериям: постановка корпуса, координация движений, гибкость, выносливость, чувство ритма, характер исполнения, познавательная активность.

Форма промежуточной (итоговой) аттестации – показ упражнений, концерт. В качестве промежуточной (итоговой) аттестации могут быть засчитаны результаты показательных выступлений.

Критерии уровня сформированности предметных, метапредметных, личностных результатов определяются исходя из планируемых результатов.

Шаблоны критериев в приложении 1.

Критерии оценки:

- высокий уровень – освоен практически весь объем знаний, учащийся употребляет специальные термины осознанно и в их полном соответствии с содержанием;
- средний уровень – объем освоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$, учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой;
- низкий уровень – учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Текущий контроль: собеседование, выполнение экзерсисов и др. Эффективность занятий определяется диагностикой по следующим критериям: постановка корпуса, координация движений, гибкость, выносливость, чувство ритма, характер исполнения, познавательная активность.

3.5. Методические материалы

Формы организации учебного занятия

Программа также включает разные виды занятий:

- учебное занятие;
- занятие-игра;
- открытое занятие.

Формы организации деятельности детей на занятии:

- коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);
- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;
- парная, предполагающая общение с двумя воспитанниками при постановке дуэтных танцев.

Формы проведения занятий: мастер-класс, практическое занятие, экскурсия, открытое занятие, игра, соревнование, концерт. Также в ходе обучения предполагаются выходы на природу, встречи с другими коллективами.

По особенностям коммуникативного взаимодействия художественного руководителя и учащегося – теоретические занятия, учебно-тренировочные занятия, выступления на соревнованиях различного уровня, участие в концертах и праздниках, конкурсах и т.д.

По дидактической цели – вводное занятие, занятие по совершенствованию теоретической подготовленности, практические занятия, занятия по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий.

На занятиях применяются различные методы обучения:

- словесный метод используется при беседе, рассказе, при анализе музыкального произведения;
- наглядный метод используется при показе движений, фотографий, видеоматериалов;
- практический – это упражнения, тренинг, репетиции.

Включение в занятия элементов современной хореографии способствует эмоциональному и творческому самовыражению в танце под современную эстрадную музыку.

Раннее, основанное на живом опыте игры и подражания, введение ребенка в творческую деятельность позволяет ему проявить свои индивидуальные качества в художественно-эстетической деятельности, и может быть рассмотрено как процесс свободной творческой самореализации личности.

Педагогические технологии, реализуемые в образовательном процессе, предусмотрены следующие:

- дифференцированного обучения;
- педагогика сотрудничества;
- игровые технологии;
- развивающие технологии.

Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

По источнику познания:

- словесный (объяснение, рассказ, инструктаж, дискуссия);
- практический;
- наглядный (проведение мастер-классов, видео).

По типу познавательной деятельности:

- объяснительно-иллюстративный (восприятие и усвоение готовой информации);
- проблемный (дискуссия, проблемная ситуация);
- исследовательский (самостоятельная научно-исследовательская деятельность).

На основе структуры личности:

- методы формирования сознания, понятий, взглядов, убеждений (рассказ, беседа, показ иллюстраций, индивидуальная работа);
- методы стимулирования и мотивации учебной деятельности и поведения (одобрение, похвала, поощрение, игровые эмоциональные ситуации, использование общественного мнения, примера).

Методические пособия

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии [Текст] / Т. К. Барышникова. – М.: Айрис Пресс, 2000. – 266 с.
2. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Киев: Муз. Україна, 1985. – 222 с.
3. Бурмистрова, И. Школа танца для юных [Текст] / И Бурмистрова, К. Силаева – М.: Изд-во Эксмо, 2003 . – 240 с.
4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. – С.-Пб.: Лань, 2001. – 192 с.
5. Васильева Т. К. Секрет танца [Текст] / Т. К. Васильева. – С.-Пб.: Диамант, ООО «Золотой век», 1997. – 231 с.
6. Воронина И. Историко-бытовой танец: учебное пособие [Текст] / И. Воронина. – Москва: Искусство, 1980. - 128 с.

3.6. Список литературы

Основная:

1. Богаткова Л.Н. И мы танцуем / Богаткова Л.Н. – М.: Детская литература, 2015
2. Дункан, А. Моя жизнь: Мемуары-танец будущего / Дункан А. – М.: Контракт, 2014
3. Корнева, Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение для детей дошкольного возраста / Корнева Т.Ф. – М.: Владос, 2013
4. Лиориц, И.В. Ритмика / Лиориц И.В. – М.: Академия, 2015
5. Лисицкая, Т.С. Хореография в гимнастике / Лисицкая Т.С. – 2016
6. Лукьянова, Е.П. Дыхание хореографа / Лукьянова Е.П. – М.: Искусство, 2015
7. Федорова, Г.П. Танцы для детей / авт. сост. Федорова Г.П. – СПб.: Детство-пресс, 2013
8. Черемховская, Р.А. Танцевать могут все / Черемховская Р.А. – Минск: Народная асвета, – 2016
9. Эльяш Н.И. Образы танца / Эльяш Н.И. – М.: Знания, 2016

10. Яновская, В.Е. Ритмика / Яновская В.Е. – М.: Музыка, 2013

Дополнительная:

1. Андросова, Э. А. Экспертиза образовательных программ дополнительного образования детей [Текст] /Э. А. Андросова //Дополнительное образование. – 2004. – №1. – С.20-26.
2. Бежар Морис. Мгновение в жизни другого [Текст] / Морис Бежар. – М.: Союзтеатр, 2007. – 224 с.
3. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Киев: Муз. Україна, 1985. – 222 с.
4. Буйлова, Л. Н. Как разработать программу дополнительного образования детей [Текст] / Л. Н. Буйлова, Н. В. Кленова // Практика административной работы в школе. – 2004. – №4. – С.47-51.
5. Бурмистрова, И. Школа танца для юных [Текст] / И Бурмистрова, К. Силаева – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 240 с.
6. Бурцева, Г. А. Принципы композиции современного танцевального жанра // Культурная традиция и современный танец в образовательном хореографическом пространстве сибирского региона / Г. А. Бурцева. – М. , 2006. – С. 121.
7. Полятков, С. С. Основы современного танца / С. С. Полятков. - 2-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 80 с.

4. Иные компоненты

Шаблоны критериев оценки предметных, метапредметных, личностных результатов (приложение 1).

Календарно-тематический план (приложение 2).