

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Сертоловская детская школа искусств»**

**ПРИНЯТА**

на Педагогическом совете школы

Протокол № 8 от 29.08.2017г.



**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора школы

№ 2-П от 29.08.2017г.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Основы хореографического искусства»  
(платная образовательная услуга)**

Срок реализации программы - 8

Месяцев, 120 часов.

Разработчик программы:

Матвеева А.И.

город Сертолово

2017 год

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Сертоловская детская школа искусств»**

**ПРИНЯТА**

на Педагогическом совете школы

Протокол № 8 от 29.08.2017г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом директора школы

№ 2-П от 29.08.2017г.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Основы хореографического искусства»  
(платная образовательная услуга)**

Срок реализации программы - 8

Месяцев, 120 часов.

Разработчик программы:

Матвеева А.И.

город Сертолово

2017 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа имеет *художественную* направленность.

Программа разработана в соответствии с государственной образовательной политикой и современными нормативными документами в сфере образования, такими как: Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепция развития дополнительного образования детей // Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р; Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №1008; Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

Предназначена для детей 5 – 7 лет без специальной подготовки. Рассчитана на 1 год (8 месяцев) обучения.

**Актуальность** программы вызвана повышенной потребностью современных детей в двигательной активности и укреплении физического здоровья.

**Отличительная особенность** программы заключается в гибком подходе к обучению детей дошкольного возраста искусству танца.

Принимаются все дети, желающие заниматься хореографией, а уровень нагрузки и виды хореографии подбираются индивидуально, с учетом возраста и способностей.

Обучающиеся приобщаются к богатейшей культуре разных народов как с помощью основ народно-характерного танца, так и с помощью современных стилей хореографии (стилизованный танец).

Развитие физических данных, навыков координации движений, чувство ритма, выработка осанки, раскрытие творческого потенциала каждого ребёнка, это всё задачи, которые решаются через разучиваемые движения.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что приобретенные навыки помогут обучающимся чувствовать себя более уверенно в любом обществе, достигать поставленных целей и выглядеть в любой ситуации элегантно.

Обучение ведется **на русском языке.**

### **Цель программы:**

Создание условий для укрепления физического и психического здоровья обучающихся через хореографическое искусство.

### **Задачи:**

*Обучающие:*

- знакомство с основами хореографического искусства;
- обучение правильному исполнению элементарных упражнений;
- обучение выразительному движению в соответствии с темпом, динамикой и характером музыкального произведения;
- знакомство с народно-характерным танцем;

- знакомство с современным стилизованным танцем.

*Развивающие:*

- развитие координации;

- развитие свободного владения своим телом, раскрепощённости;

- развитие умения передачи эмоций через движения;

- развитие умения внимательно, сосредоточено воспринимать информацию и овладевать ею через собственное тело.

*Воспитательные:*

- воспитание ответственности;

- воспитание коммуникабельности;

- воспитание толерантности;

- воспитание целеустремлённости для достижения маленьких целей;

- воспитание интереса к хореографической культуре.

**Методические приемы:**

**Игровой метод.** Основным методом обучения хореографией детей дошкольного возраста является игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

**Наглядный метод** – выразительный показ под счет, с музыкой.

**Метод аналогий.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

**Словесный метод.** Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

**Практический метод** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

**Возраст детей.**

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

**Сроки реализации программы**

Программа предназначена для обучения детей 5-7 лет и рассчитана на один учебный год (8 месяцев). Этот период можно определить как первый этап в освоении азоров ритмики, азбуки классического, русского танца.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребенка;
- большим объемом материала, многопредметностью;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Занятия проводятся: два раза в неделю по 2 урока. Продолжительность урока (академического часа) – 30 минут. Всего 120 часов в год.

**Основным результатом обучения** по данной программе является развитие и укрепление физических данных, навыков координации движений всего тела, чувства ритма, артистизма, перевоплощения из образа в образ через народные ритмы танцевальной культуры.

По окончании обучения обучающиеся должны знать элементарную терминологию и правила исполнения пройденного материала.

Уметь показать основные комбинации упражнений на середине зала, упражнений на полу и простейших танцевальных движений.

Слышать музыку и ритмично исполнять движения в соответствии с ритмом музыкального произведения.

Запоминать различные шаги, бег, прыжки, перестроения и т.д.

Преодолевать застенчивость (обучающиеся спокойно выходят на импровизацию).

Владеть своим телом (контролировать осанку и уметь координировать различные движения).

Выработать упорство и терпение в преодолении трудностей.

Соблюдать дисциплину во время уроков и репетиций.

Развить творческий потенциал (импровизации).

**Формы подведения результатов освоения программы:**

- выступление детей на мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговые занятия;
- открытые занятия для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

### **Ожидаемые результаты**

Обучая дошкольников по данной программе, к концу года мы добиваемся следующих результатов:

**Первый год обучения.** Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический и т. д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе

этого года обучения. Учатся исполнять ритмические и народные танцы и комплексы упражнений под музыку.

Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способность и желание продолжить занятия хореографией.

### **Учебно-тематический план**

<b>№</b>	<b>Названия темы</b>	<b>Практика (кол-во уч. часов)</b>	<b>Теория (кол-во уч. часов)</b>	<b>Всего учебны х часов</b>
1.	Вводное занятие. Инструктаж	-	2	2
2.	Музыкальная грамота. Упражнения на ритм.	4	4	8
3.	Элементы классического танца	8	2	10
4.	Танцевальные игры.	16	4	20
5.	Разминка	4	4	8
6.	Партер	18	2	20
7.	Основные движения русского танца	6	2	8
8.	Рисунок танца.	2	2	4
9.	Импровизация	6	2	8
10.	Танцевальные комбинации	8	2	10
11.	Растяжка	18	2	20
12.	Заключительное занятие	2	-	2
	<b>Итого:</b>	<b>92</b>	<b>28</b>	<b>120</b>

### **Содержание обучения**

#### **1. Вводное занятие. Инструктаж**

*Теория:*

Знакомство, объяснение правил поведения и правил охраны труда в помещении и центре. Познакомить с требованиями к внешнему виду. Показ элементарных упражнений.

#### **2. Музыкальная грамота. Упражнения на ритм**

*Теория.* Расширить представление о танцевальной музыке.

*Практика:*

Учить детей сознательно подбирать нужные характеристики к музыкальным образам.

Ритмические игры.

Такт, размер, рисунок.

Умение выделять сильные и слабые стороны.

Прохлопать заданный ритмический рисунок.

Уметь определить музыкальный жанр- марш, полька, вальс.

### **3. Элементы классического танца.**

Развивать мускулатуру ног, рук, спины.

Формировать правильную осанку и координацию движений.

Выполнение упражнений на середине (отработка положений и позиций руки ног):

Постановка корпуса (ноги и в свободном положении);

Понятие рабочая и опорная нога;

Позиции ног;

Постановка корпуса на полупальцы;

Чередование позиций

Легкие прыжки;

Позиции рук

Перевод из позиции в позицию.

Прыжки\_(allegro)

*Теория:*

Знакомство с исполнением прыжков.

*Практика:*

Прыжки исполняются на протяжении всего занятия: по 6 и 2 не выворотным позициям ног, трамплинные.

### **4. Танцевальные игры.**

Развивать внимание, память, координацию движений.

Подготовить организм ребенка к более сложным движениям.

Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения

Игры: «Красная шапочка», «Разноцветная игра», «Любитель- рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

### **5. Разминка**

*Теория:*

Значение разминки. Каждое занятие начинается с разминки, с помощью неё ребёнок быстро разогревает свои мышцы, что позволяет в короткий промежуток времени подготовить тело для восприятия более сложных движений.

*Практика:*

Сочетание различных движений, что помогает ребёнку в развитии координации.

### **6. Партер**

*Теория:*

Знакомство с комплексом упражнений на полу, состоящий из движений на работу стоп (для развития подъёма); ощущение прямой ноги (вытянутое колено и подъем); выворотность ног («лягушка»); пресс (поднимания ног на 45°, 90°); гибкость («змея», «кошечка», «лодочка», «складка» и т. д.) Все эти движения позволяют улучшить физические данные детей и сделать тело более эластичным и послушным и исполняются на протяжении всего первого периода обучения.

*Практика:*

Проработка движений.

## **7 Основные движения русского танца**

*Теория:*

Знакомство с основами русского танца.

*Практика:*

Изучение основ русского танца – положения рук, ног, корпуса развитие подвижности стоп на основе элементов («ковырялочка», «гармошечка», притопы и т.п.).

Русский поклон,

Подскоки,

Тройные прыжки,

Бег с вытянутыми носочками,

Хлопки,

Навыки работы с платочком,

Пружинка с поворотом,

Приставные шаги в сторону,

Боковой галоп,

Русские ходы:

Простой, на полупальцах,

Боковой приставной,

Боковой ход «припадание»,

Подготовка к дробям:

Притопы,

Удары полупальцами,

Удары каблуком.

Хлопки и хлопушки для мальчиков:

Одинарные по бедру и голенищу,

Каблучные упражнения- вынесения рабочей ноги на каблук во все направления,

Присядка с выставлением ноги на пятку

## **8. Рисунок танца**

*Теория:*

Знакомство с классом и навык ориентироваться в нём – это то, что в дальнейшем поможет свободно ориентироваться и перемещаться без труда по сцене.

*Практика:*

Специальные упражнения-игры для приобретения умения ориентироваться в различном пространстве. Все перемещения по классу рекомендуется исполнять с помощью марша. Это позволяет дисциплинировать учащихся и лишней раз отработать движения. Проработка элементарных упражнений.

Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

Движения по линии танца

Рисунок танца «Круг»,



Круг в круге,  
Круг парами,  
Лицом в круг, лицом из круга,  
Полукруг (раскрытый круг).  
Научить перестраиваться из одного вида в другой.  
Рисунок танца – «Колонна», «Линия», «Диагональ», «Спираль», «Змейка».  
Игра «Клубок ниток».

## **9. Импровизация**

*Теория:*

Знакомство с импровизацией

*Практика:*

Большим толчком для раскрытия внутреннего мира обучающегося служит импровизация, которая позволяет развить фантазию и преодолеть страх перед сценой. Первые импровизационные кусочки, как и многие моменты на занятиях, демонстрируются через игру.

## **10. Танцевальные комбинации**

*Теория:*

Знакомство с танцевальными комбинациями

Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.

Подготовить к показательным выступлениям.

*Практика:*

Хороводные танцы: «Красный сарафан»

Сюжетные танцы: «Раз, ладошка», «Гномики», «Весенние фантазии»

## **11. Растяжка**

*Теория:*

Знакомство с особенностями растяжки.

*Практика:*

Растяжка мышц на данном этапе является необходимым моментом каждого занятия, так как, физиологическая особенность детей этого возраста даёт большие возможности для развития физических данных.

## **12. Заключительное занятие**

*Практика:* Открытое занятие. Закрепление пройденного материала.