

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ПРЕЗИДЕНТСКИЙ ЛИЦЕЙ «СИРИУС»
(АНОО «ПРЕЗИДЕНТСКИЙ ЛИЦЕЙ «СИРИУС»)

СОГЛАСОВАНО

Решением педагогического совета

Протокол № 1

от «28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом

АНОО «Президентский Лицей «Сириус»

от «02» сентября 2024 г.

№ 819-ОД-Л

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Хореография»

Автор: Подкорытова Марина Ивановна,
Преподаватель Центра танца Светланы Захаровой
Срок реализации: 1 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебный план.....	5
3. Календарный учебный график.....	6
4. Рабочая программа.....	7
5. Планируемые результаты освоения учащимися образовательной программы.....	9
6. Методические и оценочные материалы.....	10
7. Список литературы.....	11
8. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	12

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Художественная»:
«Хореография».

База реализации программы: АНОО «Президентский Лицей «Сириус».

Новизна. Задача преподавателя состоит в раскрытии творческих способностей ребенка на раннем этапе развития, чтобы создать каждому ребенку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей. Способствуя формированию культурно - нравственных ценностей детей, творческих умений и навыков. Программа является общеразвивающей, т.к. полученные воспитанниками знания используются в их жизнедеятельности.

Актуальность.

Хореография среди многочисленных форм художественного воспитания подрастающего поколения занимает особое место. Танец, как и любое искусство, находится в постоянном движении и благодаря этому постоянно меняется, развивая свои формы и обретая новые черты. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «Я», формирует осанку, дает представление об актерском мастерстве. Хореография – синтез пластики, музыки и красоты.

Этот синтез подразумевает развитие чувства ритма, умение слушать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Хореографическое воспитание предполагает приобретение навыков и знаний в области современного танца, умение свободно и красиво двигаться сказывается на формировании художественного вкуса, эстетического и физического развития. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

Данная программа направлена на выявление у детей разносторонних творческих возможностей, раскрытие их творческого потенциала и индивидуальности. На 1 году обучения дети знакомятся с новым для себя видом хореографии, его элементами, выполняют простые движения в медленном темпе. Далее учащиеся отрабатывают изученные движения в более быстром темпе, с усложнениями, изучают варианты выполнения движений, отрабатывают более качественное исполнение элементов.

Целью программы является - формирование у дошкольников стойкого интереса к хореографическому искусству и развитие художественно-творческих способностей средствами танца.

Задачи программы:

Обучающие:

- формирование музыкально-ритмических навыков и навыков правильного и выразительного движения в области детской хореографии;
- приобщение к танцевальному искусству, расширение знаний о танце;
- побуждение к импровизации под музыку, приемам самостоятельной и коллективной работы.

Развивающие:

- развивать пространственное мышление, умение ориентироваться в пространстве,
- хореографическую память, координацию движений, творческое воображение и внимание;
- развивать танцевальность, пластичность, гибкость, артистизм, музыкальный слух;
- формировать коммуникативные умения в условиях ситуации психологического комфорта;
- формировать тактильные ощущения, индивидуальные способности к творческому взаимодействию в танцевальном коллективе;
- способствовать развитию творческих способностей, способности к самовыражению, артистизма учащихся средствами танцевального искусства.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к музыкальному движению, танцевальному творчеству;
- формировать потребность ведения здорового образа жизни;
- содействовать эстетическому воспитанию учащихся средствами музыки и танца, созданию условий для общения и художественной среды вокруг самоопределяющейся личности;
- способствовать формированию коммуникативной компетентности детей, активности и самостоятельности в общении со сверстниками, культуры поведения и внешнего вида;
- воспитывать у детей целеустремленность, трудолюбие, ответственность за общее дело и коллектив.

Отличительными особенностями данной программы являются следующие основополагающие принципы: преемственность, интегративность, принцип развития творческой активности и самореализации, доступность. Основное назначение деятельности хореографического ансамбля заключается в эстетическом и нравственном образовании учащихся. Цель и задачи конкретизируются в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, направленностью дисциплины в каждой программе курсов.

Программа рассчитана на учащихся в возрасте от 4 до 6 лет.

Наполняемость группы: 12 человек.

Специальная подготовка по направлению программы: не требуется.

Объём программы: 102 ак. часов (34 недели).

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1,5 ак. часа, т.е. 3 ак. часа в неделю.

Форма обучения: групповая.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Таблица № 1

№	Темы занятий	Количество часов			Форма текущего контроля успеваемости/промежуточной аттестации обучающихся
		теория	практика	всего	
1	Танец		33	33	
2	Гимнастика		34	34	
3	Ритмика		34	34	
4	Итоговое занятие		1	1	Открытый урок
	Итого:			102	

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных недель: 34

Начало освоения программы: сентябрь

Окончание освоения программы: май

Сроки плановых перерывов (каникул):

- осенний (последняя неделя октября);
- зимний (новогодние каникулы);
- весенний (вторая неделя апреля);
- летний (июнь - август).

Сроки промежуточной аттестации: открытый урок - последние недели мая.

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

1. Тема: «Танец»

Таблица № 2

Постановка корпуса, осанка	Ориентировка в пространстве: Задание на рисунки танца «круг, линия, колонна».	Основные движения детского танца Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов).	Музыкальная грамота – «темп», «ритм», «такт». Термины – «колонна», «линия». Элементы музыкального движения: характер музыки (веселый, грустный), темп (быстро, медленно), динамические оттенки (тихо, громко), жанры музыки (марш, песня, танец).
Учим правильно выполнять поклон Учим правильно выполнять разминку Изучаем позиции ног, рук, положение тела.	Умение по музыкальному сигналу встать в круг, колонну, линию, шеренгу по окончании танцевальной импровизации на заданную тему.	Танцевальные этюды на проработку и отработку изученных движений.	Ритмические упражнения и музыкальные игры.
Учим детей владеть своим телом (учим вытягивать носочки, колени, держать прямо спинку, развиваем физическую выносливость, гибкость, пластику).		Танцевальная ходьба, шаг, бег. Шаг на полупальцах с прямыми ногами. Подскоки. Галоп. «Лошадка». Изучение марша с высоко поднятыми коленями.	Танцевальные игры-этюды. Импровизация на заданную музыкальную тему.
Работа над выразительностью рук.		Изучение прыжков (Зайчики, Мячики, на одной ноге, вправо-влево, вперед-назад) Приставные шаги влево-вправо, вперед-назад, с хлопками.	Игра «Птицы и клетка», игра «Море волнуется», игра «Кружочки и круг», игра «Иголлка, нитка, узелок».

2. Тема «Гимнастика»

Таблица № 3

Учим правильно выполнять разминку. Изучаем позиции ног, рук, положение тела. Упражнения на баланс и развитие устойчивости.	Партерная гимнастика на ковриках сидя, лёжа, на коленях.	<u>Упражнения для укрепления мышц стопы и голеностопа:</u> “Вытягивание стоп к себе и от себя”, “Лошадка”, “Гусеница”, “Сокращение стоп”, “Вращение стоп”, “Ходьба на пятках”, “Ходьба на носках”, “Упражнения с фитнес-резинками”.	<u>Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса:</u> “Горка”, “Собака”, “Свечка”, “Складочка” или «Бутербродик» счёт до 10, “Коробочка”, “Корзинка”, “Берёзка”, “Лягушка” на спине и на животе, “Уголок”.
Кроссы (Танцевальные движения по линиям: шаги, прыжки, перекаты) Упражнения на координацию и равновесия. (Ласточка, Цапля, Свечка).	Упражнения для укрепления позвоночника: “Морская звезда”, “Месяц”, “Маятник”, “Орешек”, “Лисичка”.	Упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног: “Бабочка”, «Сонный мишка» (Дети садятся и раскрывают ножки.	Упражнения на расслабление и дыхательной гимнастики: «Свеча», «Пирог», «Цветок», «Спущенная шина», «Воздушный шар», «Ветер», «Самовар», «Пузырь», «Хомячок», «Шарик», «Снеговик», «Мороженое», «Свечка». Поза ребёнка.

3. Тема «Ритмика»

Таблица № 4

Координацией движений, чувство ритма. Ритмические этюды «Топ топ – хлоп хлоп». Этюд «Бежали бегемоты». Задания на слушание музыки «Едем – остановка»	Элементы танцевальных движений: «Часы», «Змейка», «Клубочек», «Горошины», «Зайчата», «У жирафа пятна», «Птички», «Лягушата», «Звёздочка».	Музыкально-подвижные игры: «Надувала кошка шар», «Мы поймали комара», «Карандаши», «Моя музыка», «Правая и левая», «Светофор», «День и ночь», «Море волнуется», «Потанцуем», «Королева и старушка».
--	--	--

5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧАЩИМИСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты:

- у обучающихся должен быть сформирован интерес к музыкальному движению, танцевальному творчеству;
- у обучающихся должна быть сформирована потребность ведения здорового образа жизни;
- у обучающихся должна быть сформирована коммуникативная компетентность, активность и самостоятельность в общении со сверстниками, культуры поведения и внешнего вида;
- у обучающихся должна быть сформирована инициативность, целеустремленность, трудолюбие, ответственность за общее дело и коллектив, патриотизм.

Метапредметные результаты:

- у обучающихся должно быть развито пространственное мышление, умение ориентироваться в пространстве, хореографическая память, пластичность, координация движений, творческое воображение и внимание;
- обучающиеся должны знать строение тела, постановку корпуса, поклон, основные танцевальные позиции рук и ног, базовые элементы разминки;
- обучающиеся должны внимательно слушать музыку и различать изменения;
- обучающиеся должны научиться представлять в игре различные образы и передавать в движении характер;

Предметные:

- обучающиеся должны иметь представление о специфике разнообразных жанров танцевального искусства;
- у обучающихся должны быть сформированы музыкально-ритмические навыки и навыки правильного и выразительного движения в области детской хореографии;
- обучающиеся приобщаются к танцевальному искусству, расширяются знания о танце;
- обучающиеся импровизируют под музыку, обладают приемами самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля.

Форма подведения итогов: открытый урок.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Таблица № 5 «Формы и методы оценивания»

ФИО ребёнка	Чувство ритма	Развитие физических данных	Основы танцевальной пластики	Итоговый балл

Критерии выставления оценки (балл):

«5» - безошибочное знание и исполнение упражнений, поклона, движений и комбинаций, правильная постановка корпуса, знание строения своего тела, соблюдение натянутости ног, знание позиций рук и ног, выворотности, устойчивости и высоты прыжка, внимательно слушают музыку и различают изменения.

«4» - знание и исполнение упражнений, движений и комбинаций с незначительными ошибками, правильная постановка корпуса, соблюдение натянутости ног, позиций рук и ног, выворотности, устойчивости и высоты прыжка на достаточном уровне.

«3» - неточное знание и исполнение упражнений, движений и комбинаций, нестабильное удержание корпуса в нужном положении, высота прыжка на среднем уровне, недостаточное соблюдение натянутости ног, позиций рук, невнимательно слушают музыку и различают изменения.

«2» - знание и исполнение упражнений, движений и комбинаций с ошибками, несоблюдение правильной постановки корпуса, высота прыжка на низком уровне, недостаточное соблюдение натянутости ног, позиций рук, невнимательно слушают музыку и различают изменения.

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бриске И.Э. «Мир танца для детей», Челябинск, 2005 г.
2. Константинова А.И. «Игровой стретчинг», С.Петербург, 1993 г.
3. Константинова Л.Э. «Сюжетно-ролевые игры для дошкольников», С.Петербург, 1994 г.
4. Макарова Е.П. «Ритмическая гимнастика и игровой танец», С.Петербург, 1993 г.
5. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозайка», Москва, Линка-Пресс, 2006 г.
6. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» Издательства «Искусство», Ленинград-Москва, 1963 г.
7. Заболотская М.А. «Хореография» Издательство «Искусство», С.Петербург, 1998 г.
8. Захарова Р.В. «Сочинение танца» Москва 1989 г.

8. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для реализации программы необходимо:

Один преподаватель, с нагрузкой

«Классический танец» - 3 часа в неделю

Для реализации программы требуется следующее оборудование, инструменты и расходные материалы:

№	Материально-технические средства	Количество
	Танцевальный зал с зеркалами	1
	Йога маты	15
	Блоки для йоги	30
	Музыкальную колонку	1
	Клавенола	1

Педагогические работники, осуществляющие реализацию программы, соответствуют общим требованиям, предъявляемым к данной категории работников.