

**Комитет по образованию города Барнаула
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 131», г. Барнаул**

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 9 от 22.08.2024



Утверждено
приказом директора
№ 02-02/337-осн. от 02.09.2024

**РАБОЧАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)
ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО
ХОРЕОГРАФИИ
«ФЕНИКС»**

**Для детей 7 -11 лет
Срок реализации 1 год**

Составитель: Е.Д Мусухранова,
педагог дополнительного образования
первой категории

г. Барнаул

2024

Оглавление

1.	Целевой раздел	Стр.
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи Программы	4
1.3.	Возрастные особенности воспитанников	4
1.4.	Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.5.	Планируемые результаты освоения Программы	6
1.6.	Формы подведения итогов реализации программы	7
2.	Содержательный раздел	
2.1.	Учебно-тематическое планирование	7
2.2.	Содержание программы	10
2.3.	Описание способов, методов и итогов реализации Программы	11
3.	Организационный раздел	
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	12
3.2.	Методическое обеспечение Программы. Средства обучения и воспитания. Литература.	12
4.	Лист изменений в программе	13

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Дополнительное образование детей — необходимое звено в воспитании многогранной личности, в ее образовании, в ранней профессиональной ориентации. Дополнительное образование формирует у ребенка самосознание, ощущение ценности собственной личности, удовлетворяет его творческие потребности, развивает интересы, создает юному человеку условия, чтобы полноценно прожить пору детства и стать успешным взрослым. Проблемы формирования культуры поведения современного человека чрезвычайно актуальны. Средствами хореографического искусства, в частности современного танца, можно формировать у детей культуру и манеру общения. Каждое время требует своих песен и своих танцев. Новое поколение желает знать современную пластику, чтобы самовыражаться в среде со сверстниками.

Программа «Феникс» направлена на обучение детей и подростков танцам, которые способствуют гармоничному психическому, духовному и физическому развитию; формирует художественно-эстетический вкус, умение самовыражения чувств и эмоций, физическую культуру, а также нравственные качества личности. Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стиливого разнообразия. Появление новых в корне отличающихся от традиционных академических систем хореографического искусства заставляет обратиться к изучению новых техник танца. Развиваясь в течение последних лет, современные танцевальные техники сформировали свой лексический модуль, форму занятия и методику преподавания.

Актуальность и новизна программы. Необходимость и актуальность программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях в отношении современного танца. Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела — в этом его значение и значимость.

Общеразвивающая программа «Феникс» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность. Отличие программы от других дополнительных общеразвивающих программ по хореографии состоит в том, что в ее основе лежит изучение нового направления в хореографии — современный танец. Это постоянно развивающееся, свободное от канонов и условностей направление. У педагога и учащихся есть возможность постоянно экспериментировать с новыми формами, музыкой и пространством.

1.2 Цель и задачи Программы

Цель:

Создание условий для гармоничного развития и социализации каждого учащегося в свободное от учебы время средствами хореографического искусства

Задачи:

1. Освоение партерного экзерсиса: повысить гибкость суставов, улучшить пластичность мышц связок, нарастить силу мышц.
2. Воспитывать чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению.
3. Развить выворотность ног, танцевальный шаг, правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений.
4. Освоить более свободное владение корпусом, движениями головы и особенно рук, пластичность и выразительность
5. Развить гибкость.
6. Научить детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.
7. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы.
8. Воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца.

1.3 Возрастные особенности воспитанников

Как правило, танцу начинают учиться с детства. На происходящие перемены в ребёнке оказывает влияние не только физиологическое развитие, но и общественная среда, система воспитания и обучения. Педагог ответственен за то, каким станет ребёнок, переступивший порог танцевального класса.

В течение длительного периода личность ребёнка находится в развитии. В детском организме совершаются значительные изменения, как в отношении физического развития, так и в складе его психики. Каждая возрастная группа требует подхода при организации учебной, воспитательной работы, своего репертуара, различных тем при общении педагога с детьми во внеурочное время. Меняется зависимость ребёнка от родителей, меняются интересы детей, у них появляется собственное мнение по различным вопросам, ярче проявляются черты его характера.

Чтобы правильно наметить содержание танца с детьми данного возраста, чтобы найти соответствующие запросам и возможностям методические приёмы, педагогу необходимо уделять пристальное внимание возрастным особенностям детей физическим, психологическим.

Младший школьный возраст (7-11 лет).

Все еще слабо развита детская моторика, высокая утомляемость, эмоциональная возбудимость, развитие образной памяти (через красочный рассказ, яркие сравнения) – таковы особенности психического развития детей 7-11 лет. Рекомендации педагогу, занимающегося с этой возрастной группой; больше использовать игровых приемов; учитывать, что результат работы на первых занятиях влияет на дальнейший эмоциональный настрой и интерес к занятиям. Более продуктивна работа в парах; желательно главную роль поручать менее уверенным в себе и не склонным к лидерству детям, т. к. им необходимо повышать самооценку. Дети этого возраста уже школьники, они могут сравнительно долго удерживать внимание, но, тем не менее, они нуждаются в частой смене движений. Длительное сохранение статического положения для них утомительно, поэтому я чередую движения у станка с движениями по кругу. Прозанимавшись в школе несколько часов, дети утомляются и на занятиях по танцу они получают эмоциональную, психологическую разрядку.

Запас двигательных навыков детей еще не велик. Движения детей еще плохо организованы и координированы для сложных упражнений. Относительная слабость мускулатуры и гибкость костей могут привести к плохой осанке и искривлению позвоночника. Двигательный аппарат ребенка недостаточно окреп, что вызывает необходимость внимания к дозировке упражнений. Внимание детей еще не устойчиво. Они легко отвлекаются, легче воспринимают конкретный материал, живой образ для них ближе, нежели отвлеченные понятия. Игра в процессе занятия представляется естественной. Их эмоции ярки и проявляются открыто и непосредственно. В этом возрасте дети жизнерадостны и доверчивы. Именно с этого возраста я начинаю обращать внимание на осанку у детей, с помощью обыкновенного марша, с шага на носочках стараюсь выработать привычку прямо и стройно держаться, свободно двигаться в танце.

С этого возраста дети начинают видеть свои и чужие недостатки, начинают сравнивать себя с другими. Активные, склонные к лидерству, все больше проявляют себя, а дети более замкнутые, скромные отодвигаются на второй план. Педагогу важно не допустить этого и найти индивидуальный подход к ребенку. “Тихих” детей надо чаще хвалить, ставить в пример, помогать им повышать самооценку, становиться увереннее в себе.

Таким образом, возрастные особенности детей влияют на организацию учебной, воспитательной, тренировочной работы в кружке. Правильный их учет ведет к эффективности работы педагога и учеников.

1.4 Принципы и подходы к формированию Программы

Тематический принцип планирования учебного материала, что отвечает задачам нравственного, трудового и эстетического воспитания школьников, учитывает интересы детей, их возрастные особенности;

Принцип от простого - к сложному. От выполнения отдельных упражнений в

порядке постепенного усложнения к выполнению сложных композиций;

Построение занятий согласно логике творчества - от постановки творческой задачи до воплощения творческого результата;

Взаимосвязь развития творческих и познавательных способностей обучающихся. Реализация данного принципа предполагает коррекцию и развитие памяти, внимания, речи, восприятия, воображения, мышления детей наряду с развитием их творческих способностей.

Построение занятий таким образом, чтобы в активной деятельности могли участвовать все дети вне зависимости от уровня их способностей;

Создание на занятиях эмоционально-комфортной среды через:

- обучение с опорой на идеи педагогического сотрудничества: преаритетные отношения с детьми, обучение без принуждения, личностный подход;

- стиль педагогического общения - теплота, терпимость, ровность, внимание;

- устранение причин эмоционального дискомфорта ребенка на занятии;

- насыщение процесса обучения и образовательной среды эмоциональными стимулами: игрой, элементом необычности, положительными эмоциями уверенности, успеха, достижения;

Эстетически организованная среда оказывает большое влияние на развитие эстетических чувств ребенка.

1.5. Планируемые результаты реализации программы

Личностные результаты:

- знание правил поведения и умение адекватно применять их в школе, на занятиях, в игровом творческом процессе, дома и в общественных местах;
- сформированность устойчивой мотивации к занятиям хореографией;
- настойчивость, гибкость и самостоятельность в достижении цели;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

• умение управлять своими эмоциями, наполнять их позитивным содержанием;

- проявление дисциплинированности, организованности и трудолюбия.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, имеющимися возможностями и условиями ее реализации;
- умение адекватно воспринимать предложения и замечания педагога товарища, родителей;
- умение контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности;
- умение выбирать вид деятельности в соответствии с целью.

Познавательные

- умение учиться, способность планировать и решать проблемные творческие задачи;
- навык поиска, анализа и интерпретации необходимой информации;
- способность сознательно добывать необходимые знания;
- владение основами критического мышления.

Коммуникативные:

- умение выполнять различные роли в группе: лидера, исполнителя, критика;
- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- умение сформулировать свое мнение и представить собственную позицию;
- наработать нравственно-этический опыт взаимодействия сверстниками, старшими, младшими детьми, взрослыми в соответствии общепринятыми нравственными нормами.

Предметные:

- знание о различных направлениях в области хореографического искусства;
- умение самостоятельно выбрать направление и вид деятельности систематических учебных занятий;
- сформированность собственного представления о каждом изучаемом виде хореографического искусства;
- знание основ и понятий по изучаемому предмету в объеме программного материала;
- владение специальной терминологии по всем изучаемым предметам;
- владение специальными умениями и навыками по изучаемым предметам.

1.6 Формы подведения итогов реализации программы

- подготовка танцевальных номеров к мероприятиям;
- конкурсы;
- открытые уроки.

Режим занятий – 3 часа в неделю, занятия проводятся три раза в неделю, всего – 105 часов в год.

2. Содержательный раздел

2.1 Учебно-тематическое планирование

№		Количество часов
---	--	------------------

п/п	Тема	Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	1	1	
2	Партерный экзерсис	1		1
3	Учебно-тренировочная работа	1		1
4	Силовой тренинг	1		1
5	Партерный экзерсис	1		1
6	Силовой тренинг	1		1
7	Учебно-тренировочная работа	1		1
8	Партерный экзерсис	1		1
9	Учебно-тренировочная работа	1		1
10	Силовой тренинг	1		1
11	Партерный экзерсис	1		1
12	Учебно-тренировочная работа	1		1
13	Силовой тренинг	1		1
14	Элементы детского танца	1		1
15	Элементы детского танца	1		1
16	Элементы детского танца	1		1
17	Элементы детского танца	1		1
18	Элементы детского танца	1		1
19	Партерный экзерсис	1		1
20	Учебно-тренировочная работа	1		1
21	Силовой тренинг	1		1
22	Партерный экзерсис	1		1
23	Силовой тренинг	1		1
24	Учебно-тренировочная работа	1		1
25	Партерный экзерсис	1		1
26	Учебно-тренировочная работа	1		1
27	Силовой тренинг	1		1
28	Партерный экзерсис	1		1
29	Учебно-тренировочная работа	1		1
30	Силовой тренинг	1		1
31	Элементы классического танца. Позиции рук, ног	1		1
32	Элементы классического танца. Постановка корпуса	1		1
33	Элементы классического танца. Aplomb	1		1
34	Элементы классического танца. Port de bras	1		1
35	Элементы классического танца. План класса. Шаги	1		1
36	Партерный экзерсис	1		1
37	Учебно-тренировочная работа	1		1
38	Силовой тренинг	1		1
39	Партерный экзерсис	1		1
40	Силовой тренинг	1		1
41	Учебно-тренировочная работа	1		1

42	Партерный экзерсис	1		1
43	Учебно-тренировочная работа	1		1
44	Силовой тренинг	1		1
45	Партерный экзерсис	1		1
46	Учебно-тренировочная работа	1		1
47	Силовой тренинг	1		1
48	Элементы эстрадного танца	1		1
49	Элементы эстрадного танца	1		1
50	Элементы эстрадного танца	1		1
51	Элементы эстрадного танца	1		1
52	Элементы эстрадного танца	1		1
53	Партерный экзерсис	1		1
54	Учебно-тренировочная работа	1		1
55	Силовой тренинг	1		1
56	Партерный экзерсис	1		1
57	Учебно-тренировочная работа	1		1
58	Силовой тренинг	1		1
59	Партерный экзерсис	1		1
60	Учебно-тренировочная работа	1		1
61	Силовой тренинг	1		1
62	Партерный экзерсис	1		1
63	Учебно-тренировочная работа	1		1
64	Силовой тренинг	1		1
65	Партерный экзерсис	1		1
66	Учебно-тренировочная работа	1		1
67	Силовой тренинг	1		1
68	Партерный экзерсис	1		1
69	Учебно-тренировочная работа	1		1
70	Силовой тренинг	1		1
71	Партерный экзерсис	1		1
72	Учебно-тренировочная работа	1		1
73	Силовой тренинг	1		1
74	Партерный экзерсис	1		1
75	Учебно-тренировочная работа	1		1
76	Силовой тренинг	1		1
77	Партерный экзерсис	1		1
78	Учебно-тренировочная работа	1		1
79	Силовой тренинг	1		1
80	Партерный экзерсис	1		1
81	Учебно-тренировочная работа	1		1
82	Силовой тренинг	1		1
83	Работа над репертуаром	1		1
84	Работа над репертуаром	1		1

85	Работа над репертуаром	1		1
86	Работа над репертуаром	1		1
87	Работа над репертуаром	1		1
88	Работа над репертуаром	1		1
89	Работа над репертуаром	1		1
90	Работа над репертуаром	1		1
91	Работа над репертуаром	1		1
92	Сценическое движение	1		1
93	Сценическое движение	1		1
94	Сценическое движение	1		1
95	Сценическое движение	1		1
96	Творческая деятельность	1		1
97	Творческая деятельность	1		1
98	Творческая деятельность	1		1
99	Творческая деятельность	1		1
100	Творческая деятельность	1		1
101	Музыкально-танцевальные игры	1		1
102	Музыкально-танцевальные игры	1		1
103	Музыкально-танцевальные игры	1		1
104	Музыкально-танцевальные игры	1		1
105	Беседы об искусстве, прослушивание музыки, посещение концертов	1	1	
	Итого	105	2	103

2.2 Содержание программы

Предполагаемая рабочая программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца. Обучение проводится в 3 этапа:

Первый этап – освоение азов ритмики, азбуки классического танца, эстрадного танца, а так же современного танца.

Второй этап – совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса, освоение репертуара историко-бытовых и массовых бальных танцев, знакомство с современными танцевальными направлениями. Продолжение начатой на первом этапе работы по развитию актерского мастерства и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации. Этим этапом можно завершить так называемый танцевальный всеобуч для некоторых категорий детей. Те же из них, которые проявили интерес и способности к отдельным хореографическим жанрам, высказали желание продолжить свое образование, могут перейти к третьему этапу обучения.

Третий этап – предполагает специализированные занятия для детей, проявивших определенные способности к танцу. Совершенствуя свои знания в избранном жанре, дети активно осваивают репертуар. Педагог на этом этапе осуществляет самостоятельные постановки, либо прибегает к помощи специальной литературы и видеоматериалов.

2.3 Описание способов, методов и итоги реализации программы

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы:

- Образный показ педагога;
- Подражание образам окружающей деятельности;
- Демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- Использование наглядных пособий;

Словесный метод состоит из многочисленных приемов:

- Рассказ;
- Объяснение;
- Инструкция;
- Лекция;
- Беседа;
- Обсуждение.

Практический метод обогащен комплексом различных приемов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- Детское «сотворчество»;
- Соревновательность;
- Использование ассоциативных образов;
- Прием пространственной ориентации;
- Хореографическая импровизация;
- Выработка стереотипа (повторяемость и повторность однотипных движений или их последовательности).

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально – тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребёнка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально – ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми 3 и 4 классов проводятся беседы — На этих занятиях дети получают информацию о

хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

3. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

Помещения, в котором проводятся занятия, должны быть комфортны для обучающихся: просторные залы, хорошо освещенные и оборудованные зеркалами, станками, музыкальной аппаратурой. На занятиях должна быть создана благоприятная обстановка, которая отвечает всем требованиям к занятиям хореографией.

Необходимо наличие наглядных и методических пособий: видеоматериалов - образцов по данной дисциплине. Приобретаются необходимые для выступлений детей костюмы, технические средства.

Важно иметь:

- Танцевальный класс с зеркалами и станками;
- Музыкальную аппаратуру;

3.2. Методическое обеспечение Программы. Средства обучения и воспитания. Литература.

1. Бальные танцы. – М.: Мин. Культуры РСФСР. Центр. Дом народного творчества им. Н. К. Крупской, 1960.
2. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. – 1963.
3. Воронина И. Историко-бытовой танец. М., 1980.
4. Дог Г., Дассвиль М. Все танцы. – Л., 1980.
5. Ивановский Н. Бальный танец 16-19 веков. – Л.; М., 1948.
6. Киреева Е. История костюма. – М., 1976

Рекомендуемая литература(дополнительная):

1. Бальные танцы: репертуарный аннотированный список. – М., 1965.
2. Гавликовский Н. А. Руководство для изучения танцевю – СПб., 1899.
3. Де-Колиньярю Практический самоучитель бальных танцев для обоого пола. – М., 1896.
4. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М, искусство 1999.
5. Васильева Т.К. «Секрет танца».

6. Зуев Е.И. «Волшебная сила растяжки», М, 1990.
7. Захаров Р. «Работа балетмейстера с исполнителями».
8. Костровицкая В. «Школа современного танца».
9. Станиславский К. «Моя жизнь в искусстве».
10. Захаров Р. Беседы о танце. – М., 1937.
11. Краковская В. М. Западноевропейский балетный театр Очерки истории: в 4 т., т. 1. – Искусство, 1979.
12. Максин А. Изучение бальных танцев. – М., 1839.

Интернет-ресурсы:

1. www.detmir.ru
2. <http://ds76.home.nov.ru/>
3. <http://www.kindereducation.com/>
4. <http://www.dovosp.ru/>
5. <http://children.diwo.net/>

4. Лист изменений в программе

№ пп	Мероприятие	Срок	Ответстве нный	Отметка о выполнении