


муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1 имени Героя Советского Союза
Шелаева Антона Стефановича города Кирова Калужской области»

Принято решением
Педагогического совета
Протокол №1 от 31.08.2023

Утверждаю:
директор
МКОУ «СОШ №1» им. Шелаева А.С.
Е.В. Руженцева
Приказ № 70
« 31 » 08 2023г



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Хореография»

Тематическая направленность: художественная

Возраст обучающихся: 10-14 лет

Срок реализации: 3 года

Автор - составитель:
Киселёва Мая Владимировна
Педагог дополнительного образования
МКОУ «СОШ №1» им. Шелаева А.С.
г. Кирова Калужской области

2023 год

Оглавление

	Стр.
1. Введение.....	3
2. Пояснительная записка.....	3
3. Классификация образовательной программы.....	4
4. Актуальность.....	5
5. Особенности программы и педагогическая целесообразность.....	6
6. Цель и задачи программы.....	6
7. Принципы обучения.....	7
8. Методы и методические приемы обучения.....	8
9. Возрастные особенности детей среднего школьного возраста.....	9
10. Организация образовательного процесса.....	10
11. Ресурсное обеспечение программы.....	10
12. Проверка результативности.....	11
13. Учебный план.....	13
14. Учебно-тематический план 1 года обучения. Содержание программы.....	14
15. Учебно-тематический план 2 года обучения. Содержание программы.....	15
16. Учебно-тематический план 3 года обучения. Содержание программы.....	16
17. Список литературы.....	18

1. Введение

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые интимные и самые личные стороны нашего существа».

Хореография, хореографическое искусство (от др.-греч. χορεία — танец, хоровод и γρῶψο — пишу) — танцевальное искусство в целом, во всех его разновидностях.

Танец — форма хореографического искусства, в которой средством создания художественного образа являются движения и положения человеческого тела.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать 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 физическую нагрузку равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

2. Пояснительная записка

Программа является продолжением авторской программы «Азбука танца», утвержденной на заседании муниципального экспертного Совета 30 ноября 2010 г., разработана с использованием программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Бальный танец», утвержденной Министерством просвещения (1986 г) и программы «Учить детей танцевать» Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова (2007).

Программа составлена с учетом планирования воспитательной работы в кадетских классах, которая предусматривает еженедельные занятия хореографией. Обучающиеся уже имеют навыки хореографии, поэтому в программу включена только постановочная деятельность и воспитательная работа.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Танцевальный материал дается в элементах и движениях, разучивается по правилам школы классического, народного и бального танца. Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценить хореографическое произведение, музыкальность и выразительность, благородство манеры исполнения, понимание выразительности отдельных элементов, чувство товарищества и взаимопомощи.

3. Классификация образовательной программы

Программа является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Материал программы включает следующие разделы:

Раздел «Повторение: Ритмика и элементы музыкальной грамоты».

Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

1. правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
2. художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Раздел «Беседы по хореографическому искусству».

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течение всего курса обучения; включает в себя лекции по истории мирового и русского балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и

особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другими видами искусства.

Беседы проводятся отдельным занятием и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.

Раздел «Повторение: Танцевальная азбука».

Этот раздел включает повторение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел «Танец».

Этот раздел включает изучение исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

4. Актуальность

Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. Бальные танцы обязательно входят в воспитательную программу для кадетских классов.

Историко-бытовые и бальные танцы играют немаловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно — физического, этического и художественно — эстетического развития и образования.

В нашем районе проходит ежегодный, уже традиционный «Майский бал», где дети принимают активное участие и с большим воодушевлением пытаются передать красоту танца, его стиль и эпоху. Одной из задач программы является подготовка детей к «Майскому балу».

Развитие современного общества настолько стремительно, что подростки обращают внимание на окружающую их среду, реагируя на отношения общества эмоционально. Проявляя свои яркие эмоции в танце, дети получают заряд энергии в своих выступлениях перед родными и близкими им людьми.

5. Новизна программы и педагогическая целесообразность

Новизна программы заключается в том, что тематика обучения педагогом разработана самостоятельно с учетом введения в неё европейских и латиноамериканских бальных танцев, включенных в программу традиционного Майского бала.

В программе шире используются словесные методы обучения, нехарактерные для данного направления: беседа, объяснения, рассказ, анализ.

6. Цели и задачи обучения.

Целью занятий хореографией является формирование личности школьника, идейно-нравственной направленности его сознания в отношении хореографической культуры.

Задачи:

1. дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве;
2. использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей;
3. использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;
4. обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
5. обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;

6. обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами балльного танцев, воспитать культуру движения;

7. Принципы обучения

Процесс обучения в курсе хореографии в основном построен на реализации дидактических принципов:

1. **Принцип сознательности и активности** предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.
2. **Принцип наглядности** помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.
3. **Принцип доступности** требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.
4. **Принцип систематичности** предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.
5. **Принцип гуманности** в воспитательной работе выражает:
 - безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
 - глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
 - создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;
6. **Принцип демократизма** основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

8. Методы и методические приемы обучения

В курсе обучения хореографии применяются следующие методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести:

показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы.

- **Метод целостного освоения упражнений и движений** объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.
- **Ступенчатый метод** широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.
- **Игровой метод** используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

9. Возрастные особенности детей среднего школьного возраста

Основным видом деятельности подростка, как и младшего школьника, является учение, но содержание и характер учебной деятельности в этом возрасте существенно изменяется. Подросток приступает к систематическому овладению основами наук. Обучение становится многопредметным, место одного учителя занимает коллектив педагогов. К подростку предъявляются более высокие требования. Нередко происходит снижение успеваемости. В то же время подростки склонны к выполнению самостоятельных заданий и практических работ на уроках. Особенно ярко проявляет себя подросток во внеучебной деятельности. Ярко проявляет себя подросток и в играх (футбол, теннис, волейбол, игра типа «Веселые старты», КВН, военные игры). В школьном обучении учебные предметы начинают выступать для подростков как особая область теоретических знаний. В области эмоционально-волевой сферы для подростка характерны большая страстность, неумение сдерживать себя, слабость самоконтроля, резкость в поведении. Такое поведение возникает особенно в состоянии утомления. При встрече с трудностями возникают сильные отрицательные чувства, которые приводят к тому, что школьник не доводит до конца начатое дело. В то же время подросток может быть настойчивым, выдержанным, если деятельность вызывает сильные положительные чувства.

Для подросткового возраста характерен активный поиск объекта для подражания. Идеал подростка — это эмоционально окрашенный, переживаемый и внутренне принятый образ, который служит для него образцом, регулятором его поведения и критерием оценки поведения других людей. Стремление быть взрослым ярко проявляется и в сфере взаимоотношений со взрослыми. Подросток протестует, обижается, когда его, «как маленького», опекают, контролируют, наказывают, требуют беспрекословного послушания, не считаются с его желаниями и интересами. Подросток стремится расширить свои права. Для подросткового возраста характерна потребность в общении с товарищами. Подростки не могут жить вне коллектива, мнение товарищей оказывает огромное влияние на формирование личности подростка. Место, которое занимают подростки среди товарищей по классу, имеет огромное социально-психологическое значение: в числе «трудных» учащихся, как правило, оказываются те подростки, которые в школе относятся к категории изолированных. Сильнейшим стремлением подростка является стремление завоевать авторитет среди товарищей, быть уважаемым, и во имя этого он готов на все. Если его не принимают в классе, он ищет себе друзей вне школы. Формирование личности подростка будет зависеть от того, с кем он вступит в дружеские взаимоотношения.

У подростков возникает своя система требований и норм, и они могут упорно их отстаивать, не боясь осуждения и наказания со стороны взрослых.

Это особенно заметно, когда ученик переходит из одного класса в другой, где существуют иные традиции, требования, общественное мнение, которое он и принимает.

10. Организация образовательного процесса.

Занятия проводятся 1 час в неделю, всего в течение учебного года - 35 часов. Состав учебной группы – 12-15 человек.

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

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

11. Ресурсное обеспечение программы

Успешность работы, направленной на достижение цели образовательной программы «Хореография в школе» и решение поставленных задач обеспечивается совместными усилиями руководителя объединения, воспитанников и их родителей. Предполагается информационная поддержка содержания программы в виде литературы для детей, педагога и родителей (См. список литературы). Материально - техническое обеспечение предусматривает:

1. Зал с зеркалами;
2. Специальная обувь - балетки или чешки;
3. Тренировочные костюмы;
4. Музыкальное сопровождение – магнитофон, диски и аудиокассеты;
5. Костюмы для выступления;
6. Тетрадь для записей.

12. Проверка результативности

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения. Формами педагогического контроля являются итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащих, показанные ими в

ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Оценивая результат практической работы, а именно выступления учащихся, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий эстетический вид исполнения, творческие находки и самостоятельность сочиненных комбинаций.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- входной - педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями, беседа с воспитателем (или учителем - классным руководителем).

- промежуточный – показательные выступления, участие в концертах и конкурсах.

- итоговый - творческий отчёт в форме контрольного урока или концерта

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Уровень знаний и умений учащихся проверяется во время проведения открытых уроков, утренников, смотров, конкурсов и концертов хореографических коллективов, промежуточной и итоговой аттестации.

Знания, умения и навыки к концу трех лет обучения.

Повторение: ритмика, элементы музыкальной грамоты.

Обучающиеся должны:

1. правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
2. уметь определять характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
3. слышать сильную долю такта;
4. самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
5. знать о трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш - песня-танец;

6. двигаться в соответствии с музыкальными образами;
7. иметь навыки актёрской выразительности;
8. знать характер танцевальной музыки;
9. иметь понятие о детальных оттенках музыки;
10. иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
11. уметь выполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
12. знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
13. знать такты, определять на слух музыкальные размеры;
14. знать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

Повторение: танцевальная азбука:

Обучающиеся должны знать:

- позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;
- правила постановки корпуса;
- основные упражнения на середине зала;
- танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы якутского танца в простой комбинации;
- технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;
- положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды).

В конце 1 года обучения дети должны уметь исполнить музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно танцы «Полька – знакомств», «Полонез», «Падеграс», «Русский лирический».

В конце 2 года обучения дети должны уметь исполнять музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно: разновидность танцевального шага «Сударушка», «Фигурный вальс», «Вальс-бостон», «Кадриль».

В конце 3-го года обучения дети должны уметь исполнять музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно: «Вальс – гавот», «Квик – степ», «Танго». Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

13. Учебный план на три года обучения.

№	Тема занятия	Год обучения		
		1	2	3
1	Вводное занятие - организационная работа.	1	1	1
2	Повторение: ритмика, элементы музыкальной грамоты	2	2	2
3	Беседы по хореографическому искусству	1	1	1
4	Повторение: танцевальная азбука	3	3	3
5	Танец			
	Историко-бытовые и бальные танцы:			
	Полонез.	5		
	Полька – знакомств.	5		
	Русский лирический.	9		
	Сударушка.	9		
	Фигурный вальс.		9	
	Падеграс.		4	
	Вальс – бостон.		7	
	Кадриль.		8	
	Вальс – гавот.			8
	Квик – степ.			10
	Танго.			10
6	Итого:	35	35	35