

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ВЕРХ-ИСЕТСКОГО РАЙОНА
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 79
620105, город Екатеринбург, проспект Академика Сахарова, д.77
e-mail: soch79@eduekb.ru

ПРИНЯТО
На заседании педагогического совета
МБОУ СОШ №79
Протокол №1 от 30.08.2023 г. №1



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«АРТ-РЕЛИЗ»**

Возраст обучающихся: 10-16 лет
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель: Якимова И.С.
Педагог дополнительного образования

г.Екатеринбург, 2023

Содержание

1.	Комплекс основных характеристик программы	стр.3
1.1.	Пояснительная записка	стр.3
1.2.	Цель и задачи программы	стр.4
1.3.	Содержание программы	стр.5
1.3.1.	Учебный план	стр.5
1.3.2.	Содержание учебного плана	стр.6
1.4.	Планируемые результаты	стр.14
2.	Комплекс организационно-педагогических условий	стр.14
2.1.	Календарный учебный график	стр.14
2.2.	Условия реализации программы	стр.22
2.3.	Формы аттестации	стр.22
2.4.	Оценочные материалы	стр.22
2.5.	Методические материалы	стр.23
2.6.	Список литературы	стр.23

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности (далее Программа) «АртРелиз. Путь в творчество» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»);
12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

Хореографическое искусство развивает эмоциональный интеллект, способствует гармоничному физическому и духовному развитию. Систематические занятия хореографией способствуют формированию у воспитанников общей и эстетической культуры, развитию танцевальных, музыкальных и творческих способностей.

Направленность. Программа имеет художественную направленность и нацелена на развитие и воспитание не только одарённых танцевальными способностями детей, но и всех желающих. Направлена на обучение основам эстрадного и современного танца, а также укрепления общефизического состояния обучающихся.

Актуальность. Занятия по хореографии – одно из универсальных средств развития у детей высших психических функций: восприятия, памяти, внимания, мышления, воображения, воли, а также музыкального слуха, выразительности движений, творческого воображения. В то же время движение под музыку является для обучающихся одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию, поэтому оно в целом сказывается благотворно на его физическом состоянии и воспитании.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что позволяет развивать творческий, интеллектуальный и физический потенциал обучающихся, вне зависимости от их уровня развития навыков, темперамента и способа усвоения информации. Через творчество каждый обучающийся может раскрыть свою индивидуальность, найти комфортный для него способ самовыражения и развить социальные умения. Программа построена “от простого к сложному”. Именно на занятиях по хореографии успешнее всего воспитывается уважение к труду, способность к сотрудничеству, ответственность, формируется умение принимать решения и осуществлять их, позволяет учащимся реально оценивать собственные ресурсы, осознанно выбирать сферу применения имеющихся способностей.

Отличительные особенности программы. Направлена на комплексное развитие обучающихся среднего и старшего школьного возраста, начинающих и продолжающих своё обучение хореографическому мастерству, формирование профессиональных танцевальных знаний, умений и навыков, гибкости, ловкости, силы и выносливости.

Адресат программы. Обучающиеся 10-17 лет. Набор детей в группы проводится без предварительного отбора, по разрешению врача. Программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей.

Объём и срок освоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения.

Форма обучения. Основными формами организации образовательного процесса являются групповая и индивидуальная формы работы. Групповая форма учитывает возможности каждого, ориентирована на скорость усвоения и техническое качество работы. Индивидуальная форма обучения предполагает самостоятельную работу обучающихся. Оказание помощи и консультации каждому из них со стороны педагога. Групповая форма формирует и оттачивает личностные качества обучающегося, а именно: трудолюбие, точность и четкость исполнения. Также формами обучения являются посещение различных мастер-классов, фестивалей-конкурсов, концертов, совместных поездок.

Режим занятий: Занятия проводятся в группах – 15-20 человек, 3 раза в неделю по два академических часа. Общий объём аудиторной нагрузки составляет 198 часов в году.

1.2.Цели и задачи программы

Цель – раскрытие и развитие индивидуальных возможностей личности ребёнка посредством искусства хореографии, для передачи обучающимися образа, состояния и идеи хореографической композиции.

Задачи программы:

личностные:

- воспитывать в детях аккуратность, трудолюбие, самоконтроль;
- развивать у детей коммуникативные умения и навыки, обеспечивающие совместную деятельность в коллективе;
- воспитывать стремление к здоровому образу жизни, желание трудиться и добиваться своих целей.

метапредметные:

формировать:

- умение работать с метафорами;
- способность справляться с жизненными задачами;
- умение планировать цели и пути их достижения;
- умение устанавливать приоритеты;
- способность осуществления контроля и управления временем;
- умение решать поставленные задачи;
- умение принимать решение;
- способность к самооценке;
- умение выстраивать стратегии в отношении учения;
- чувство ритма;
- координацию движений;
- потребность в творческой реализации.

предметные (образовательные):

• приобретение знаний в области хореографического эстрадного и современного искусства: обучающиеся должны освоить технику выполнения хореографических движений; до 30 хореографических терминов классического и современного экзерсиса; знание основных положений и позиции современного и классического танца; знание основных музыкальных и танцевальных жанров; формирование правильной осанки; развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей; развитие музыкального слуха, чувства ритма; умение согласовывать движения с музыкой, т.е. точно с музыкой начинать и заканчивать движения; умение самостоятельно исполнять танцевальные этюды.

1.3.Содержание программы

1.3.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение	1	1	-	

2	Подготовительные упражнения	3	-	3	Наблюдение, обсуждение, объяснение, открытое занятие, отчётный концерт
3	Основы музыкальной и танцевальной культуры	3	-	3	
4	Ритмика	5	-	5	
5	Партерная гимнастика, акробатика	50	6	44	
6	Мастерство артиста	6	3	3	
7	Постановочная деятельность	70	4	66	
8	Концертная и творческая деятельность	20	1	19	
9	Основы классической и эстрадной хореографии	20	2	18	
10	Основы современной хореографии	20	2	18	
Итого		198	19	179	

1.3.2. Содержание учебного плана

ВВЕДЕНИЕ. Знакомство учащихся с предметом. Беседа о значении танца в жизни людей. Выявление интересов ребят, уровня их знаний, возможностей. Введение в курс обучения по данной программе, знакомство с планом работы на весь год обучения. Объяснение правил поведения и внутреннего распорядка. Знакомство с техникой безопасности.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ. Постановка корпуса. Основные исходные положения. Основные положения ног, положения рук, головы, понятие «полупальцы». Первые анатомические сведения о строении тела. Понятие мышцы, мышечное ощущение, «твёрдые» и «мягкие» мышцы, «тяжесть тела», перенос тяжести тела.

Задачи учебного предмета:

- знакомство и изучение теоретических основ хореографического искусства;
- выявление творческих задатков учеников;
- возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность;
- развитие координации, ловкости;
- формирование базовых хореографических навыков для успешного освоения программы.

Упражнения на расслабление и напряжение мышц. Упражнения на ощущение и укрепление мышц ног, спины, живота, рук. Комплекс упражнений на координацию.

Упражнения с лентами: «кисочки и краски», «маляр», «мороженое», «радуга», «зайчики», «модницы», «солдатики», «сердечко», «лошадка», «радуга», «восьмёрка», «дождик», «салют».

Позиции ног

Во всех позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, колени вытянуты.

1. Первая позиция: ноги расположены на одной линии, пятки сведены друг к другу, носки разведены в стороны. Для устойчивого положения в данной позе требуется хорошая выворотность ног;
2. Вторая позиция выводится из первой. Одна из ног переставляется в сторону таким образом, чтобы между пятками было расстояние равное ступне танцора. Носки по-прежнему смотрят в стороны;
3. Третья позиция – универсальная в хореографии. Пятка правой ноги приставлена к середине левой стопы, носки разведены в стороны;
4. Четвертая позиция образуется, когда правая нога выводится вперед и ставится параллельно левой на расстоянии ступни. Ноги сохраняются выворотность, пятка и носок разных ног оказываются друг напротив друга;
5. Пятая позиция. Правая ступня приставляется к левой. Правый носок расположен около левой пятки и наоборот;
6. Шестая позиция. Ноги ставятся параллельно друг другу, пятка к пятке и носок к носку.

Позиции рук

Движение рук имеют большое значение: они украшают танец, придают ему легкость, пластичность и выразительность.

Подготовительная позиция образуется с опущенным положением рук. Плечи танцора расслаблены, руки вдоль туловища опущены вниз. Кисти рук слегка скруглены по направлению друг к другу и сведены, но без соприкосновения. Локти немного скругляются и отводятся от корпуса. В целом, руки от плеч до кисти слегка округлены. Важным является

положение пальцев. Большой палец подводится к среднему, мизинец и указательный палец слегка скруглены. Кисть при этом остается свободной и сохраняет плавность при движении.

Первая позиция рук образуют при поднятии рук из подготовительной на высоту чуть выше пояса. Округлость рук и положение кисти и пальцев остаются прежними.

Вторая позиция представляет разведенные в стороны руки на высоте чуть ниже плеча. Танцор сохраняет округленность руки в локте. Кисть не повисает, а поддерживается в продолжение общей линии рук.

Третья позиция. Руки с округлыми локтями подняты над головой. Между кистями остается небольшое расстояние.

К концу обучения учащиеся должны

знать:

- основные позиции рук и ног;
- названия движений в танцевальных композициях;
- основные танцевальные термины.

уметь:

- осознанно управлять своим телом;
- распределять движения во времени и в пространстве;
- держать правильно корпус и владеть позициями рук и стоп

ОСНОВЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ И ТАНЦЕВАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ. Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер музыки. Зависимость движения от характера музыки. Темп (быстро, умеренно, медленно). Слушание музыки. Подбор выразительных движений для образа, соответствующих темпу и характеру музыки. Импровизация на заданную музыку.

Задачи учебного предмета:

- знакомство с теоретическими основами музыкального искусства;
- выявление творческих задатков учеников;
- возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность;
- развитие координации, ловкости.

К концу обучения учащиеся должны:

знать:

- понятия «мелодия»;
- что такое характер музыки;
- различные темпы движения.

уметь:

- свободно двигаться под музыку;
- определять темп музыки.

РИТМИКА. Понятие ритм. Упражнения, развивающие музыкальное чувство, ритм. Хлопки, шаги, марш, бег, подскоки, прыжки в различных ритмических рисунках. Развитие слуха, памяти, ритма, выявление творческих задатков учеников, знакомство с теоретическими основами музыкального искусства. Возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность.

Задачи учебного предмета:

- развитие слуха, памяти, ритма;
- выявление творческих задатков учеников;
- возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность;

- развитие координации, ловкости.

К концу обучения учащиеся должны

знать:

- понятие «ритм».

уметь:

- повторять ритмические комбинации за педагогом;
- выполнять простые ритмические комбинации на 8 счётов без помощи педагога;
- держать правильно корпус и владеть позициями рук и стоп;
- вступать в такт музыке.

ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА. АКРОБАТИКА. Комплекс упражнений на развитие гибкости, укрепление мышц, комплекс силовых упражнений, акробатических элементов. Понятия «партерная гимнастика», акробатика. Правила техники безопасности. Что такое выворотность, стопа, подъём, связки. Знакомство с предметами: скакалкой, матами, гимнастической палкой, резинками, ковриками.

Задачи учебного предмета:

- развитие гибкости суставов, мышц, связок, выворотности;
- укрепление мышц и общефизического состояния обучающихся;
- развитие координации, ловкости;
- развитие выносливости, силы воли, умения достигать результатов;

Партерная гимнастика

Комплексы упражнений: «Флажки», «Бабочка», «Лягушка», «Велосипед», «Рыбка», «Лодочка», «Часики», «Группировка», «Неваляшка».

Упражнения для стоп.

1. Шаги (на всей стопе, на полупальцах).
2. Сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции.
3. Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть-сократить.
4. Releve на полупальцах в VI позиции.

Упражнения на выворотность.

1. "Лягушка" (сидя, лежа на спине, лежа на животе, с наклоном вперёд). Сидя на полу, подтягиваем пятки к корпусу и открываем колени в стороны. Держим руками стопы за пальцы.
2. "Лягушка" с перекатами через бок на 180 градусов.
3. "Флажки". Исходное положение - сидим на полу, ноги вытянуты в коленях перед собой, носки вытянуты вперёд, спина прямая, руки вытянуты в стороны. Во время всего упражнения стопы всё время натянуты вперёд. Руки уходят за спину, одна нога сгибается коленом вверх, открывается в сторону, обратно поднимается вверх и возвращается в натянутое положение, руки возвращаются в исходное положение (вытянутые в стороны). То же самое повторяем с другой ногой и затем обе ноги одновременно.
4. Лежа на спине, подъем ног на 90° по I позиции с одновременным сокращением и вытягиванием стоп.
5. "Русалочка": Лёжа на животе, развернуть ноги по I позиции и тянуть пятки к полу.

Упражнения для гибкости ног, рук и спины.

1. "Складочка" по VI позиции с обхватом рук за стопы.
2. "Складочка" по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в

стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются.

3. Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи) встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах).
4. Лежа на животе, port de bras назад с опорой на предплечья, ладони вниз - поза «сфинкса».
5. Лежа на животе, port de bras на вытянутых руках.
6. "Колечко" с глубоким port de bras назад, одновременно ноги согнуть в коленях, носками коснуться головы.
7. "Корзиночка". В положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик").
8. "Мост", стоя на коленях: в положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик").
9. Из положения "стоя" опуститься на "мостик" и вернуться в исходное положение.

Силовые упражнения для мышц спины.

1. Лежа на животе, подъем и опускание туловища (руки вперед или в сторону, ноги в выворотном положении).
2. Лежа на животе, подъем и опускание ног и нижней части туловища (ноги в выворотном положении, голова на руках):
3. "Лодочка". Перекаты на животе вперед и обратно.
4. Планка.
5. Упражнение в парах: лежа на животе, подъем и опускание туловища (руки в III позиции). Партнер придерживает за колени.

Силовые упражнения для мышц живота.

1. Стойка на лопатках с поддержкой под спину.
2. Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90°. Опустить ноги за голову до пола, развести в стороны и через gond собрать в 1 позиции.
3. "Самолет". Исходное положение - сидя на полу, обнимаем колени, стопы вытянуты вперед. Раскрываем руки в стороны, вытягиваем их в локтях. Спину выпрямляем. Колени затягиваем. Стопы "смотрят" вверх. Держим равновесие. Живот стремиться достать до колен.

Упражнения на развитие шага.

1. Лежа на полу, battements releve lent на 90° по 1 позиции во всех направлениях.
2. Лежа на полу, grand battement jete по 1 позиции во всех направлениях
3. Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок), медленно развести ноги в стороны до шпагата, собрать ноги в 1 позицию вверх.
4. Сидя на полу, ноги открыты широко в стороны, спина прямая, руки в стороны. Port de bra.
5. Шпагаты: поперечный, на правую, на левую ноги.

Прыжки.

1. Temps sauté по VI и 1 позициям.
2. Подскоки на месте и с продвижением.
3. На месте перескоки с ноги на ногу.

4. "Пингвинчики". Прыжки по 1 позиции
5. Прыжки с поджатыми ногами.
6. Прыжки с продвижением в полушпагате с поочередной сменой ног.
7. "Козлик". Выполняется pas assamble, подбивной прыжок.
8. Прыжок в шпагат.
9. Подбивной прыжок в "кольцо" одной ногой.
10. Прыжок в "лягушку" со сменой ног.

Акробатика

- 1) Группировка.
- 2) Перекаты в группировке через бок.
- 3) Перекаты через бок с подъёмом ног прессом через сторону.
- 4) Перекаты через бок с открытием ног в поперечный шпагат.
- 5) Кувырки вперёд/назад.
- 6) Кувырок назад через берёзку на колени.
- 7) Кувырок назад через берёзку в полушпагат.
- 8) Стойка на локтях.
- 9) Кольцо.
- 10) Рыбка.
- 11) Колесо на двух руках,
- 12) Перевороты вперёд с прямых рук, с локтей.
- 13) Колесо на одной руке.
- 14) Рондат.
- 15) Малая волна назад из положения сидя.
- 16) Большая волна из положения стоя.
- 17) Стойка на руках.
- 18) Переворот вперёд.

К концу обучения учащиеся должны

знать:

- как правильно и безопасно выполняются упражнения;
- названия основных упражнений;
- технику безопасности при работе на матах.

уметь:

- осознанно управлять своим телом;
- распределять движения во времени и в пространстве;
- выполнять все акробатические элементы, представленные выше;
- выполнять упражнения на развитие гибкости корпуса, ног, рук;
- выполнять упражнения на развитие силы.

МАСТЕРСТВО АРТИСТА. Знакомство со сценой: кулисы, задник, авансцена, размещение на сцене. Кто такой артист. Поведение во время выступления, до выступления и после. Подготовка костюма к концерту. Сбор костюмов после концерта. Упражнения и этюды на развитие актёрских способностей, скороговорки. Импровизация на заданную тему.

Задачи учебного предмета:

- формирование нравственных и духовных ценностей и представлений о культуре;

- формирование культуры поведения на сцене, за кулисами и в зале до, во время и после представления;
- развитие выразительности и характерности артиста;
- развитие эмоциональности, умения передать эмоции со сцены;

Упражнения и этюды на развитие актёрских способностей, скороговорки.

Эмоции в танце:

- Танцующие человечки
- Пиктограммы
- Эстафета полярных эмоций
- Актёрская «пятиминутка»

К концу обучения учащиеся должны

знать:

- основные эмоции и как они выражаются с помощью мимики лица, жестов, движений;
- правила поведения во время выступления, до и после; правила нахождения за кулисами; правила перемещений по залу во время, до и после выступления; правила обращения с костюмами и прочими атрибутами;
- основные сценические обозначения.

уметь:

- осознанно управлять своим телом и показывать простые эмоции со сцены;
- выполнять правила поведения во время, до и после выступления;
- уважительно относиться к имуществу, относящемуся к выступлению.

ПОСТАНОВОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. Разучивание движений и элементов танца, построения и перестроения в танцевальных комбинациях. Рисунок танца. Линии, колонны, круг, интервал, звездочка, конверт. Половина поворота, полный поворот. Диагональ. Упражнения на построения и перестроения исполняются в разных характерах, темпах, ритмах (бег, марш, подскоки, игра «свой домик»). Различные виды шагов, бега, прыжков, ходьбы в сочетании друг с другом. Музыкальный анализ, разбор сюжета номера. Разучивание движений, комбинаций, соединение их в целое. Работа над выразительностью и синхронностью движений.

1. Изучение отдельных частей хореографической постановки.
2. Репетиция отдельных частей хореографической постановки.
3. Репетиция хореографической постановки.

Задачи учебного предмета:

- формирование умений передвигаться в пространстве созвучно музыке;
- формирование основных пространственных понятий;
- возможность самовыражения через танец;
- формирование понятия «танец»;
- развитие навыка работы в команде.

К концу обучения учащиеся должны

знать:

- основные позиции рук и ног;
- названия движений в танцевальных композициях;
- основные танцевальные термины.

уметь:

- осознанно управлять своим телом;
- распределять движения во времени и в пространстве;
- держать правильно корпус и владеть позициями рук и стоп.

КОНЦЕРТНАЯ И ТВОРЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. Анализ работы за весь год. Определение задач на новый учебный год. Освоение сценического пространства. Сводные репетиции в танцевальном зале и на сцене, правила поведения, специфика сценического костюма, отличие от бытового, правила пользования, просмотр видео, анализ выступлений. Участие в концертах. Грим, костюм, прическа. Открытое занятие, отчётный концерт, спектакль, конкурс. Родительское собрание.

ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОЙ И ЭСТРАДНОЙ ХОРЕОГРАФИИ. Знакомство с основными позициями ног, положениями рук, головы и корпуса в классической хореографии во время исполнения элементов освоения их на середине зала, у станка, развитие навыков координации в исполнении.

Задачи учебного предмета:

- формирование знаний основ классического танца;
- формирование представлений о классической культуре танца;
- развитие выворотности, силы, гибкости суставов, мышц, правильной осанки, взъёма стопы;
- развитие слуха на классической музыке;
- формирование умения двигаться согласно музыкальной композиции.

Упражнения у станка

1. Изучение движения корпуса и рук, находясь в статичном положении (правильная постановка корпуса без наклона вперед или прогиба в спине назад, со спокойно, естественно опущенными плечами, подтянутым животом и свободно не напряженно, держащейся головой).
2. Подготовка к началу движения (preparation).
3. Demi plie, Grand plie плавное;
4. Passe;
5. Battement tendu;
6. Battement tendu jete;
 - a. с pique
7. Releve:
 - a) на полупальцы в выворотных и не выворотных позициях;
 - b) на двух и одной ноге
8. Различные port de bras.
9. Rond de jambe parter.
10. Растяжка у станка

Упражнения на середине зала

Упражнения для пластичности корпуса (port de bras, перегибы корпуса, наклоны и повороты).

К концу обучения учащиеся должны

знать:

- основные позиции рук и ног;
- названия движений в танцевальных композициях;
- основные танцевальные термины.

уметь:

- осознанно управлять своим телом;
- распределять движения во времени и в пространстве;
- держать правильно корпус и владеть позициями рук и стоп;
- начинать и заканчивать упражнения согласно музыке (в такт).

ОСНОВЫ СОВРЕМЕННОЙ ХОРЕОГРАФИИ. Изучение основ современной хореографии (модерн, контемпорарри, свободная пластика): основные параллельные позиции ног, рук, работа корпусом, изучаются первые термины и базовые движения в партере. Roll up, Roll down, Arch, Swing в par terre, комбинация rond и adagio, комбинация в par terre в стиле modern.

Задачи учебного предмета:

- формирование знаний основ современного танца;
- формирование представлений об истории современного танца;
- развитие выворотности, силы, гибкости суставов, мышц, правильной осанки, взъёма стопы;
- развитие пластичности корпуса, рук, ног;
- постановка техники исполнения.

Позиции ног

Первая параллельная позиция — аналогична шестой в классическом танце. Пятки вместе, носки вместе.

Вторая параллельная позиция — ноги на ширине плеч. Стопы параллельны друг другу.

Третья параллельная позиция — пятка одной ноги на середине стопы другой. Стопы параллельны друг другу.

Четвертая параллельная позиция — ноги на расстоянии одной длины стопы. Одна нога впереди. Стопы параллельны друг другу.

Пятая параллельная позиция — похожа на четвертую параллельную позицию, но между ногами нет расстояния. Пятка одной ноги возле носка другой.

Позиции рук

Подготовительная современная позиция — руки вдоль туловища, вытянуты вниз и прижаты к телу.

I современная позиция — руки вытянуты параллельно перед собой на уровне плеч.

II современная позиция — руки вытянуты в стороны на уровне плеч.

III современная позиция — руки вытянуты параллельно вверх.

К концу обучения учащиеся должны

знать:

- основные позиции рук и ног;
- названия движений в танцевальных композициях;
- основные танцевальные термины.

уметь:

- осознанно управлять своим телом;
- распределять движения во времени и в пространстве;
- держать правильно корпус и владеть позициями рук и стоп;

- технично исполнять движения в танцевальных комбинациях.

1.4. Планируемые результаты освоения программы.

В ходе освоения программы формируется осознанный интерес к предметному содержанию образовательного процесса, формируются ценностные ориентации учащихся, ярче проявляются его общие и специальные творческие способности, склонности к занятиям хореографией. Оформляются личностные позиции, связанные не только с заинтересованностью в достижении высоких результатов в области хореографии, но и в межличностной коллективной деятельности, подготовке концертных выступлений, выступлений, обеспечивающих осознание ответственности каждого за достижение общего результата. А также:

- умение легко ориентироваться в пространстве при выполнении упражнений в группе и при показе танцевальной композиции;
- умение согласовывать движения с музыкой, т.е. точно с музыкой начинать и заканчивать движения;
- умение самостоятельно исполнять танцевальные этюды;
- знание до 30 хореографических терминов классической и современной хореографии;
- знание основных положений и позиции современного и классического танца;
- знание основных музыкальных и танцевальных жанров;
- формирование двигательного опыта, пластичности;
- формирование правильной осанки;
- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей;
- развитие музыкального слуха, чувства ритма;
- общий эмоциональный подъём от занятия хореографией;
- формирование навыков мышления, воображения, раскрепощения и творчества в движениях.

2. Комплекс организационно- педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

№	Наименование курса	Начало занятий	Окончание занятий	Выходные дни	Кол-во учебных недель (всего)	Количество часов
1	АртРелиз. Путь в творчество	18 сентября	31 мая	31 декабря – 9 января	34	198

Тематическое планирование

№ п/п	Примерная дата (неделя)	Форма занятия	Количество часов		Тема	Форма контроля
			Теор.	Практ.		
1	Первая неделя сентября	Теоретическая	1	-	Введение. Правила техники безопасности и противопожарной защиты.	обсуждение объяснение
Подготовительные упражнения – 3ч						
2	Первая неделя сентября	Практическая	-	1	Игры на внимание	наблюдение
3	Вторая неделя сентября	Практическая	-	1	Игры на расслабление и напряжение мышц	наблюдение
4	Третья неделя сентября	Практическая	-	1	Постановка корпуса.	наблюдение
Основы музыкальной и танцевальной культуры – 3ч						
5	Первая неделя сентября	Практическая	-	1	Темп (быстро, умеренно, медленно).	наблюдение
6	Четвёртая неделя сентября	Практическая	-	1	Контрастная музыка. Слушание музыки.	наблюдение
7	Первая неделя октября	Практическая	-	1	Характеристика музыкальных образов	наблюдение
Ритмика – 5ч						
8	Вторая неделя сентября	Практическая	-	1	Танцевальные движения	наблюдение
9	Третья неделя сентября	Практическая	-	1	Упражнения на ориентировку в пространстве	наблюдение
10	Первая неделя октября	Практическая	-	1	Освоение сценического пространства	наблюдение
11	Третья неделя октября	Практическая	-	1	Музыкально-танцевальные игры.	наблюдение
12	Первая неделя ноября	Практическая	-	1	Упражнения на ориентировку в пространстве	наблюдение
Партерная гимнастика, акробатика – 50ч						
13	Первая неделя сентября	Теоретическая	1	-	Основы безопасного поведения при выполнении упражнений.	обсуждение объяснение
14	Вторая неделя сентября	Практическая	-	2	Упражнение на выворотность	наблюдение

15	Третья неделя сентября	Теоретическая, Практическая	1	1	Упражнение для гибкости	наблюдение обсуждение объяснение
16	Четвёртая неделя сентября	Практическая	-	3	Упражнение для гибкости	наблюдение
17	Первая неделя октября	Практическая	-	1	Упражнение для гибкости	наблюдение
18	Вторая неделя октября	Теоретическая, Практическая	1	2	Упражнения на развитие шага	наблюдение обсуждение объяснение
19	Третья неделя октября	Практическая	-	2	Упражнения на развитие шага	наблюдение
20	Четвёртая неделя октября	Практическая	-	2	Упражнения на развитие шага	наблюдение
21	Первая неделя ноября	Теоретическая, Практическая	1	1	Силовые упражнения	наблюдение обсуждение объяснение
22	Вторая неделя ноября	Практическая	-	2	Силовые упражнения	наблюдение
23	Четвёртая неделя ноября	Практическая	-	2	Упражнения для стоп	наблюдение
24	Первая неделя декабря	Теоретическая, Практическая	1	2	Акробатика	наблюдение обсуждение объяснение
25	Вторая неделя декабря	Теоретическая, Практическая	1	2	Прыжки	наблюдение обсуждение объяснение
26	Третья неделя декабря	Практическая	-	2	Упражнение для гибкости	наблюдение
27	Вторая неделя января	Практическая	-	2	Упражнение для гибкости	наблюдение
28	Четвёртая неделя января	Практическая	-	2	Прыжки	наблюдение
29	Первая неделя февраля	Практическая	-	2	Акробатика	наблюдение
30	Вторая неделя февраля	Практическая	-	2	Упражнение на выворотность	наблюдение
31	Третья неделя февраля	Практическая	-	3	Упражнения для гибкости	наблюдение
32	Вторая неделя марта	Практическая	-	2	Акробатика	наблюдение
33	Четвёртая неделя марта	Практическая	-	2	Упражнения для стоп	наблюдение

34	Третья неделя апреля	Практическая	-	2	Упражнения на развитие шага	наблюдение
35	Четвёртая неделя апреля	Практическая	-	2	Акробатика	наблюдение
36	Первая неделя мая	Практическая	-	2	Прыжки	наблюдение
37	Вторая неделя мая	Практическая	-	2	Акробатика	наблюдение
Мастерство артиста – 6ч						
38	Третья неделя ноября	Теоретическая	1	-	Упражнения и этюды на развитие актёрских способностей.	обсуждение объяснение
39	Четвертая неделя ноября	Практическая	-	1	Упражнения и этюды на развитие актёрских способностей.	наблюдение
40	Первая неделя декабря	Теоретическая	1	-	Упражнения и этюды на развитие актёрских способностей.	обсуждение объяснение
41	Вторая неделя декабря	Практическая	-	1	Скороговорки.	наблюдение
42	Третья неделя апреля	Теоретическая	1	-	Упражнения и этюды на развитие актёрских способностей.	обсуждение объяснение
43	Четвертая неделя апреля	Практическая	-	1	Упражнения и этюды на развитие актёрских способностей.	наблюдение
Постановочная деятельность – 70ч						
44	Первая неделя сентября	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
45	Вторая неделя сентября	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
46	Четвёртая неделя сентября	Практическая	-	2	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
47	Вторая неделя октября	Практическая	-	3	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
48	Третья неделя октября	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение

49	Четвёртая неделя октября	Практическая	-	3	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
50	Первая неделя ноября	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
51	Вторая неделя ноября	Практическая	-	3	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
52	Третья неделя ноября	Практическая	-	2	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
53	Четвёртая неделя ноября	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
54	Первая неделя декабря	Теоретическая	2	-	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	обсуждение объяснение
55	Вторая неделя декабря	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
56	Третья неделя декабря	Практическая	-	3	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
57	Четвёртая неделя декабря	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
58	Вторая неделя января	Практическая	-	2	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
59	Третья неделя января	Практическая, теоретическая	2	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	Наблюдение обсуждение объяснение
60	Четвёртая неделя января	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей	наблюдение

					хореографической постановки.	
61	Первая неделя февраля	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
62	Вторая неделя февраля	Практическая	-	2	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
63	Третья неделя февраля	Практическая	-	1	Изучение отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
64	Четвёртая неделя февраля	Практическая	-	2	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
65	Первая неделя марта	Практическая	-	3	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
66	Вторая неделя марта	Практическая	-	2	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
67	Третья неделя марта	Практическая	-	2	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
68	Первая неделя апреля	Практическая	-	3	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
69	Вторая неделя апреля	Практическая	-	2	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
70	Третья неделя апреля	Практическая	-	2	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
71	Первая неделя мая	Практическая	-	3	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение

72	Вторая неделя мая	Практическая	-	3	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
73	Третья неделя мая	Практическая	-	3	Репетиция отдельных частей хореографической постановки.	наблюдение
Концертная и творческая деятельность – 20ч						
74	Вторая неделя октября	Практическая, Теоретическая	1	1	Выступление на школьных праздниках.	наблюдение обсуждение объяснение
75	Третья неделя декабря	Практическая	-	1	Подготовка к открытому занятию	наблюдение
76	Четвёртая неделя декабря	Практическая	-	2	Открытое занятие	наблюдение
77	Первая неделя февраля	Практическая	-	2	Сводные репетиции на сцене	наблюдение
78	Первая неделя марта	Практическая	-	3	Сводные репетиции на сцене	наблюдение
79	Третья неделя марта	Практическая	-	3	Выступление на школьных праздниках.	наблюдение
80	Вторая неделя апреля	Практическая	-	3	Сводные репетиции на сцене	наблюдение
81	Четвёртая неделя апреля	Практическая	-	2	Сводные репетиции на сцене	наблюдение
82	Третья неделя мая	Практическая	-	3	Отчётный концерт	наблюдение
Основы классической и эстрадной хореографии – 20ч						
83	Третья неделя сентября	Теоретическая	1	-	Позиции и положения рук. Позиции ног. Упражнения у станка	обсуждение объяснение
84	Четвёртая неделя сентября	Практическая	-	1	Элементы классического танца	наблюдение
85	Вторая неделя октября	Практическая	-	1	Упражнения у станка	наблюдение
86	Третья неделя октября	Практическая	-	1	Упражнения у станка	наблюдение
87	Четвёртая неделя октября	Теоретическая	1	-	Эмоции на сцене	обсуждение объяснение
88	Третья неделя ноября	Практическая	-	3	Элементы классического танца	наблюдение

89	Четвёртая неделя декабря	Практическая	-	2	Упражнения у станка	наблюдение
90	Вторая неделя января	Практическая	-	1	Упражнения у станка	наблюдение
91	Вторая неделя февраля	Практическая	-	1	Упражнения у станка	наблюдение
92	Четвёртая неделя февраля	Практическая	-	2	Эмоции на сцене	наблюдение
93	Четвёртая неделя марта	Практическая	-	2	Упражнения у станка	наблюдение
94	Первая неделя апреля	Практическая	-	2	Эмоции на сцене	наблюдение
95	Третья неделя апреля	Практическая	-	1	Классический экзерсис	наблюдение
96	Первая неделя мая	Практическая	-	1	Классический экзерсис	наблюдение
Основы современной хореографии – 20ч						
97	Первая неделя ноября	Теоретическая	1	-	История развития направления. Позиции и положения рук. Позиции ног. Постановка корпуса.	обсуждение объяснение
98	Вторая неделя ноября	Практическая	-	1	Позиции и положения рук. Позиции ног. Постановка корпуса.	наблюдение
99	Четвёртая неделя ноября	Практическая	-	1	Позиции и положения рук. Позиции ног. Постановка корпуса.	наблюдение
100	Вторая неделя января	Практическая	-	1	Позиции и положения рук. Позиции ног. Постановка корпуса.	наблюдение
101	Третья неделя января	Практическая	-	2	Позиции и положения рук. Позиции ног. Постановка корпуса.	наблюдение
102	Четвёртая неделя января	Теоретическая	1	-	Упражнения в партере	обсуждение объяснение
103	Вторая неделя февраля	Практическая	-	1	Упражнения в партере	наблюдение
104	Третья неделя февраля	Практическая	-	2	Упражнения в партере	наблюдение
105	Четвёртая неделя февраля	Практическая	-	2	Упражнения в партере	наблюдение
106	Вторая неделя марта	Практическая	-	1	Упражнения в пространстве	наблюдение

107	Четвёртая неделя марта	Практическая	-	2	Упражнения в пространстве	наблюдение
108	Первая неделя апреля	Практическая	-	1	Упражнения в пространстве	наблюдение
109	Вторая неделя апреля	Практическая	-	1	Импровизационные техники	наблюдение
110	Третья неделя апреля	Практическая	-	1	Импровизационные техники	наблюдение
111	Четвёртая неделя апреля	Практическая	-	1	Импровизационные техники	наблюдение
112	Вторая неделя мая	Практическая	-	1	Импровизационные техники	наблюдение

2.2. Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал №1
Мягкое напольное покрытие
Зеркала
Музыкальная колонка
Станок гимнастический
Гимнастические маты

2.3. Формы аттестации.

Итоговый контроль освоения программы проводится в конце каждого года обучения в форме проведения отчетного концерта.

Помимо обязательных концертных выступлений, обучающиеся принимают участие во всех тематических вечерах и концертных мероприятиях как внутри школы, так и за ее пределами, а также во всевозможных конкурсах различного уровня.

2 раза в год проводятся открытые контрольные занятия (демонстрация изученных танцевальных комбинаций, этюдов).

2.4. Оценочные материалы

Оценка	Критерии оценивания выступления
«отлично»	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
«хорошо»	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)

«удовлетворительно»	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
«неудовлетворительно»	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований

2.5. Методические материалы

На занятиях в зависимости от содержания используются следующие методы обучения:

- словесный (рассказ, объяснение, беседа);
- практический;
- наглядный (показ танцевальных движений);
- репродуктивный (повторение за педагогом, стремление к эталону);
- эвристический (участие в конкурсах).

2.6. Список литературы

1. Бочкарева, Н. И. Ритмика и хореография: Учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ искусств / Н. И. Бочкарева // КГАКиИ 2000. – 101с.
2. Бурмистрова, И. Школа танцев для юных / И. Бурмистрова, К. Силаева // – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 240с.
3. Вашкевич, Н. Н. История хореографии всех веков и народов. Хореография древнейших культур. Античная хореография. Айседора Дункан и античные принципы ее плясок / Н. Н. Вашкевич // Издательство «Ленанд», 2018. – 88 с. – ISBN 978-5-9710-4887-9
4. Васильева, Т. К. Секрет танца / Т. К. Васильева // Изд-во: СПб: Диамант, 1997.- 480с. – ISBN: 5-88155-169-9.
5. Ваганова, А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова // - Вступление В. Чистяковой // Основы классического танца. — СПб.: Издательство "Лань", 2000. — С. 3. — 192 с. — ISBN 5-8114-0223-6.
6. Петриева, В. И. Мастерство хореографа: Методические указания / В. И. Петриева // ГОУ ВПО Томский государственный педагогический университет. – Томск : Изд-во ТГПУ, 2010. – 52 с.
7. Пуртова, Т.В. Учить детей танцевать: учеб.пособ / Т. В. Пуртова, А.Н. Беликова, О. В. Кветная // – М.: ВЛАДОС, 2003. – 256с.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766770

Владелец Камышанова Елена Анатольевна

Действителен с 15.08.2023 по 14.08.2024