

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
г. Шарыпово

РАССМОТРЕНО
Методическим советом
МБОУ СОШ № 2 г. Шарыпово
протокол № 101
от «31» августа 2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Приказ № 103 от «05» сентября 2023г.
Директор МБОУ СОШ № 2 г. Шарыпово
_____ Н.В. Андриянова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Веселая капель»

Художественной направленности

Уровень сложности базовый

Возраст обучающихся 7-16 лет

Срок реализации программы 3 года
(2 год обучения)

Составитель:
педагог дополнительного образования
Киняшова Анна Николаевна

г. Шарыпово
2023 г.

Пояснительная записка

Программа «Весёлая капель» имеет художественную направленность. За основу программы хореографического коллектива взята программа «Ритмика и хореография – учебно-методический комплекс для хореографических отделений общеобразовательных школ, гимназий, ДМШ, школ искусств, детских садов», разработанная кафедрой хореографии Кемеровской государственной академии культуры и искусства 2000 г.

Новизной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению в хореографическом коллективе.

Актуальность программы

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, она направлена на раннее выявление и развитие потребностей, творческой направленности личности воспитанников. Программа учитывает принципы возрастного и индивидуального подхода к детям, предполагает различные виды деятельности: упражнения на развитие координации, прослушивание и анализ музыки, постановку и использование танцев. Все это используется как эффективное средство, помогающее детям лучше почувствовать и понять музыку и танец.

Отличительная особенность программы

Большая часть занятия, опирается на музыкально-ритмические упражнения и также предусмотрен отдельный блок на развитие гибкости, координации движений, ловкости, что значительно расширяют арсенал средств для физического развития личности обучающегося и его индивидуальности. Программа позволяет работать с детьми без специального отбора, в отличие от специализированных учреждений, но используемые методы обучения, опыт педагога, дают возможность ученикам объединения овладеть основами хореографии.

Адресат программы

Программа предназначена для мальчиков и девочек 7-16 лет. Условия набора группы – данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных. Наполняемость в группе до 20 человек. Срок реализации программы 3 года. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. В год 144 часа.

Формы обучения – очная.

Образовательный процесс на занятиях организован в групповой форме и носит коллективный характер.

Основная форма проведения занятий музыкально-тренировочная, в ходе которой осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Режим занятий

Занятия проводятся согласно утвержденного расписания образовательной организации, в которой реализуется данная программа. Программа дана по годам обучения, в течение которых ученикам следует усвоить определенный минимум знаний, умений, навыков, сведений по хореографии.

Время занятий – 45 минут, с 10-ти минутным перерывом.

Цели и задачи программы

Цель программы:

Овладение специальными компонентами хореографии.

Задачи:

- **Обучающая:** формировать у учеников танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала.
- **Воспитательная:** формировать общественную активность, культуру общения и поведения в социуме, навыки здорового образа жизни, расширение эстетических представлений и интересов, наличие у детей нравственной воспитанности, выражающейся в поведении в коллективе, их трудолюбии, ответственности при выступлениях, чувства товарищества, взаимопомощи, доброжелательности.
- **Развивающая:** развить самостоятельность, ответственность, активность, аккуратность, формировать потребность в самопознании, саморазвитии.

Учебный план
I год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ Контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		Входной контроль
2	Основы музыкальной грамотности	5	2	3	Наблюдение
3	Упражнения для развития координации	5	2	3	Наблюдение
4	Физические и ритмические упражнения	20	2	18	Наблюдение
5	Партерная гимнастика	15	5	10	Наблюдение
6	Основы классического танца	20	5	15	Наблюдение
7	Танцевальные игры	20	2	18	Наблюдение
8	Репетиционная работа	22	-	22	Наблюдение
9	Композиция и постановка танца	36	10	26	Итоговый контроль. Показательные выступления
Итого часов		144	29	115	

Содержание учебного плана программы первый год обучения

Вводное занятие

Теория – 1 час

Дать понятие танец, темп, ритм. Провести инструктаж по технике безопасности.

Основы музыкальной грамотности

Теория – 2 часа

Знакомство с разнообразием характеров музыкальных произведений, определение характера музыки как веселой, спокойной, энергичной, торжественной. Изучение выразительных значений темпа музыки: очень медленно, умеренно, быстро, очень быстро.

Практика – 3 часа

Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная.

Упражнения для развития координации

Теория - 2 часа

Понятие - координация и ее виды.

Практика – 3 часа

Движение руками по очереди: на пояс, к плечам, вытянуть вперед, к плечам, на пояс, опустить вниз. Повторить, ускоряя темп. Движения ногами: ковырялочка в сторону, прыжки на двух ногах из шестой позиции во вторую невыворотную и обратно.

Физические и ритмические упражнения

Теория – 2 часа

Формирование развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Практика – 18 часов

Танцевальные шаги по кругу, с носка на всю стопу, на полупальцах, на пятках. Бег, сгибая колени вперед («лошадка», «олень»). Упражнения для головы: наклоны головы в стороны, вперед, назад с фиксацией головы прямо; повороты головы. Упражнения для плечевого сустава, для рук. Упражнения для мышц спины: наклоны вперед («дощечка») и в стороны. Упражнение «отжаться», комплекс упражнений ритмической гимнастики. Галоп с правой и с левой ноги по кругу.

Партерная гимнастика

Теория – 5 часов

Особенности выполнения упражнений на полу.

Практика – 10 часов

Комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов: складочка, бабочка, лодочка, мостик, корзинка, уголок.

Основы классического танца

Теория – 5 часов

Понятие и методика выполнения специальных физических упражнений по выработке осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, колен ног и тазобедренного суставов.

Практика - 15 часов

Понятие «вытянутая стопа», «прямая спина», «выворотная позиция». Упражнения на середине зала вытянутой ногой «батман тандю»: выдвигание ноги вперед по шестой позиции, руки на поясе; выдвигание ноги в сторону по первой позиции, руки на поясе. Подъем на полупальцы «релеве» на середине зала, руки на поясе, шестая позиция ног.

Танцевальные игры

Теория – 2 часа

Вырабатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения упражнений. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Практика – 18 часов

- Танцевально-ритмические упражнения – «Делай как я», «Зоопарк», «Бегемотик», «Зарядка повторй-ка».
- Музыкальные игры –воротца, бубен, замирай-ка.

Репетиционная работа

Практика – 22 часов

Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей. Хлопки по одному, по три справа и слева, по одному спереди и сзади, с приседанием, сверху вниз, справа и слева. Притопы: удар поочередно каждой ногой, дробный шаг. Прыжки по шестой позиции. Этюды: «Куклы», «Маленькие девочки», «Снежинки», «Шарики-фонарики», «Елочка».

Композиция и постановка танца

Теория – 10 часов

Практика – 26 часов

Детальная отработка танцевальных номеров. Учимся осваивать пространство сцены в соответствии схемы постановочного номера, развивая пространственную координацию. Из танцевальных связок составляем танцевальную комбинацию.

Планируемые результаты

По итогам освоения программы обучающиеся приобретают личностные, метапредметные и предметные образовательные результаты.

Личностные результаты

- Позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.
- Формирование внутренней позиции на уровне понимания необходимости творческой деятельности, как одного из средств самовыражения в социальной жизни.
- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Метапредметные результаты

- Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности.
- Работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию.
- Сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства.

Предметные результаты

- Понимать специфику хореографического языка.
- Исполнять изученные танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса, школы.
- Развитие основных физиологических качеств (координированность, грациозность, гибкость), необходимых для выполнения танцевального материала на высоком уровне.

Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение

Занятия проводятся в актовом зале.

Для реализации образовательной программы необходимо:

- музыкальная аппаратура, ауди записи;
- видео материалы;
- ноутбук, проектор, экран;
- сменная обувь;
- костюмы для выступлений (платье, юбки, сарафаны).

Информационное обеспечение

Сайт «Все для хореографов» (<http://www.horeograf.com/>). Сайт содержит обширные подборки упражнений в разделе «Фонотека», методических материалов, записей вебинаров и семинаров для хореографов.

Кадровое обеспечение.

Осуществлять педагогическую деятельность может педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее специально хореографическое образование. Педагог обязан владеть базовыми хореографическими и ритмическими элементами, знать методику преподавания, уметь демонстрировать танцевальные элементы.

Формы аттестации и оценочные материалы

Итогом каждого года обучения служит открытый урок – показ по каждому из разделов программы. Ежегодное участие в концертах, фестивалях, конкурсах является необходимым фактором развития хореографического коллектива. По итогам полугодия и каждого года обучения проводятся промежуточные и итоговые контрольные работы.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов. В рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. По завершении изучения учебных предметов по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в протокол.

Диагностика – это совокупность специально подобранных и систематизированных заданий, которые позволяют: определить особенности усвоения обучающимися предметных знаний, умений и навыков; выявить характер трудностей ученика и установить их причины; установить уровень овладения учебной деятельностью; оценить изменения, происходящие в развитии обучающихся. Такими контрольно-оценочными средствами являются - участие детей во всевозможных концертах, фестивалях исполнительского мастерства. Высшей степенью оценки являются конкурсы хореографического искусства, которые регулярно проводятся в течении учебного года.

Методические материалы

Предполагаемые методы и приемы организации образовательного процесса:

По способу организации занятия:

- словесные – устное объяснений элементов, беседа, диалог, опрос;
- наглядные – показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдение, показ (исполнение) педагогом комбинаций;
- практические – выполнение упражнений обучающимися.

По уровню деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративные – восприятие и усвоение информации;
- репродуктивные – воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности.

По форме организации деятельности обучающихся:

- фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;
- коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

Используемые дидактические материалы:

- Учебные и методические пособия;
- Материалы интернет-сайтов;
- Иллюстрирующие материалы (видеоматериалы и фотографии).

При проведении занятия необходимо руководствоваться следующими принципами:

- нагрузку увеличивать постепенно;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть медленным с последующим ускорением;
- важно следить за дыханием и самочувствием обучающихся.

Основные методы работы педагога на занятии – показ движений и объяснение методики исполнения с акцентом на наиболее важных моментах и основных понятиях. Методы показа и объяснения варьируются. При этом главная задача – активизировать мышление и творческие способности учащихся в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

Особое внимание следует уделять правильной постановке корпуса, рук, головы, овладению навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела, развитию физических профессиональных данных обучающихся.

Движения, танцевальные связки, танцевальные вариации и композиции осваиваются постепенно: сначала в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности мышц ног т. д., затем – с ускорением. Новые элементы изучаются в чистом виде, затем комбинируются в различных сочетаниях.

На начальных этапах обучения различным танцевальным движениям отводится большая часть урока, впоследствии время исполнения сокращается за счет ускорения темпа и соединения отдельных движений в комбинации.

Реализация программы подразумевает участие обучающихся в разнообразных концертах (учебных, отчетных, родительских собраниях-концертах), фестивалях и конкурсах. Подобные мероприятия способствуют приобщению детей и родителей к культурной форме проведения досугового времени, духовно сближают их и формируют новые интересы семьи. Конкурсы позволяют детям быстрее продвигаться в художественном и техническом развитии, становясь мощным средством мотивации к занятиям хореографией.

Список используемой литературы

Список литературы для педагогов:

- Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца» - Л. 1981
- Куцакова Л.В. «Воспитание ребенка дошкольника» – М.: Владос, 2003.
- Фирилева Ж.Е. «Ритмика в школе. Третий урок физической культуры» - М.: Феникс, 2014
- Костылева Н.Ю. «Покажи и расскажи. Игровые упражнения на основе фонетической ритмики» - М.: Сфера, 2014
- Ионова И.И. «Программа для уроков ритмики в начальных классах всей типов школ». - Казань, 2003г.

Список литература для детей:

- Барышникова Т. «Азбука хореографии». - М.: Айрис-пресс, 1999- (Внимание дети).
- «Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец». - М.:2007
- Калинина О.Н. «Прекрасный мир танца». – Харьков: 2012
- Слуцкая СЛ. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. - М.: Линка-пресс, 2006

Список литературы для родителей:

- Зенн Л.В. «Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики» // <http://www.kindergenii.ru>
- Буренина А.И. «Коммуникативные танцы – игры для детей: учебное пособие» – СПб.: Издательство “ Музыкальная палитра”, 2004.
- Колодницкий Г.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» – М.: Гном-Пресс, 2000.
- Киселева, Е.А. «Основные концепции творческих способностей» [Электронный ресурс] МПГУ <http://www.ucheba.com/met>

Тест по дисциплине хореография

1. Как с французского языка переводится слово *demi plie*?

- а) полуприседание;
- б) приседание;
- в) полное приседание.

2. Международный день танца?

- а) 30 декабря;
- б) 29 апреля;
- в) 28 мая.

3. Композитор балета «Лебединое озеро», «Щелкунчик», «Спящая красавица»:

- а) Чайковский П.И.;
- б) Петипа М. И.;
- в) Прокофьев С.

4. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:

- а) станок;
- б) палка;
- в) обруч.

5. Сколько точек направления в танцевальном классе?

- а) 7;
- б) 6;
- в) 8.

6. Назовите древнегреческую богиню танца:

- а) Майя Плисецкая;
- б) Айседора Дункан;
- в) Терпсихора.

7. Сколько позиций рук в классическом танце?

- а) 2;
- б) 4;
- в) 3.

8. Одним из современных уличных танцев является

- а) Хоровод;
- б) Пасодобль;
- в) Полька;
- г) Хип-хоп;
- д) Вальс.

9. Принцип построения урока хореографии

- а) от простого;
- б) от простого к сложному;
- в) от сложного к простому.

10. Урок хореографии начинается и заканчивается:

- а) Речевым приветствием;
- б) Ритмическими упражнениями;
- в) Поклоном;
- г) Играми организующего порядка;
- д) Музыкальными заданиями;

11. Что такое партерная гимнастика?

- а) гимнастика на полу;
- б) гимнастика у станка;
- в) гимнастика на улице

12. «Фруктовый» танец всех моряков?

- а) мандарин;
- б) персик;
- в) яблочко.

13. Releve (релеве) это:

- а) поза;
- б) прыжок;
- в) подъем на полупальцы.

14. «Мостик», «свечка», «затяжка», «ласточка» - эти упражнения относятся к :

- а) растяжке;
- б) акробатике;
- в) классическому танцу.

15. Движения бедрами по восьмерке характерно для:

- а) русского танца;
- б) классического танца;
- в) танца samba (самба).

16. Упражнение «припадание» - характерно для:

- а) народного танца;
- б) contemporary (контемпорари);
- в) hip – hop (хип-хопа).

17. Координация – это.:

- а) подготовительное упражнение;

- б) одновременная работа рук и ног;
- в) согласованная работа рук, ног, головы, корпуса.

18. Streh (стрейч) – это:

- а) выпад;
- б) растяжка;
- в) наклон.

19. Народный танец – это:

- а) это танец несущий соревнование;
- б) выразительные движения человеческого тела;
- в) древнейший вид народного искусства, созданный народом и исполняемый в быту.

20. Подготовительное движение для исполнения упражнений:

- а) реверанс;
- б) поклон;
- в) preparation.