Комитет администрации Кытмановского района по образованию
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования "Центр спорта и творчества Кытмановского района"

Принята на педагогическом совете
№ 1 от 15.09.2021

Утверждаю:
Директор Л.В.Роор
Пр. № 30 от 15.09.2021

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности по хореографии "Галатея" (1 год обучения)

Возраст учащихся: 5 - 7 лет.
Срок реализации: 1 год.

Автор (-ы)-составитель (-и):
Шабельник Оксана Вячеславна, 1 квалификационная категория

Подписано цифровой подписью: Роор Лариса Валерьевна
DN: cn=Роор Лариса Валерьевна, o=МБУДО "ЦСТ Кытмановского района", ou, email=dush-kitmanovo@yandex.ru, c=RU
Дата: 2021.12.02 15:47:20 +07'00'

Кытмановский район 2021

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- **Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 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"**
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Приказ Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 № 535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ».
- приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

Актуальность:

Для чего учить танцевать детей в дошкольном и младшем школьном возрасте? Ответ на этот вопрос мы находим у знаменитого педагога-хореографа К.Я. Голейзовского, который говорил о танце, что “гармония и красота внешнего, физического облика всегда тождественна в этой системе, внутренней гармонии, красоте духа».

Программа направлена на приобщение детей к миру танца. Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно будут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность.

Актуальность программы обусловлена тем, что она представляет собой синтез ритмики, современной хореографии, партерной гимнастики, основ актёрского мастерства и импровизации в любительском хореографическом коллективе, что способствует формированию и развитию творческих способностей обучаемых, укреплению здоровья.

Обучение включает в себя следующие основные предметы:

- хореография

Вид ДООП:

Модифицированная программа – это программа, в основу которой положена примерная (типовая) программа либо программа, разработанная другим автором, но измененная с учетом особенностей образовательной организации, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов.

Направленность ДООП:

Художественная.

Адресат ДООП:

Программа рассчитана на обучающихся 5 - 7 лет.

Срок и объем освоения ДООП:

1 год, 72 педагогических часа, из них:

- «Стартовый уровень» - 1 год, 72 педагогических часа;
- «Базовый уровень» - 0 лет, 0 педагогических часов;
- «Продвинутый уровень» - 0 лет, 0 педагогических часов.

Форма обучения:

Очная.

Особенности организации образовательной деятельности:

Разновозрастная группа.

Режим занятий:

Таблица 1.1.1

Режим занятий

Предмет	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
хореография	2 часа в неделю; 72 часа в год.	0 часов в неделю; 0 часов в год.	0 часов в неделю; 0 часов в год.

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель:

Создать условия для формирования базовых практических навыков в области ритмики и партерной гимнастики.

Задачи:

Образовательные:

- · Освоить понятия «опорная» и «работающая» нога, «натянутость и сокращение» стопы.

Развивающие:

- Способствовать развитию музыкально-ритмических навыков

воспитательные:

- Способствовать воспитанию чувства ритма и коллективизма

Ожидаемые результаты:

Таблица 1.2.1

Ожидаемые результаты

	Стартовый уровень	**Базовый уровень**	**Продвинутый уровень**
Знать	• названия основных танцевальных движений и элементов	• нет	• нет
Уметь	• реагировать на начало музыкальной фразы и её окончание; ритмично исполнять марш и бег под музыку; выполнять «хлопки» в ладоши; вращения кистей рук; «притопы» ногами и повороты; исполнять прыжки с двух ног; владеть простейшими навыками игры с мячом.	• нет	• нет
Владеть	• танцевальными элементами	• нет	• нет

1.3. Содержание программы

«хореография»
Стартовый уровень (1 год обучения)
Учебный план

Таблица 1.3.1

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	2	0	• нет
1.1	вводное занятие	2	2	0	• нет
2	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	14	2	12	• нет
2.3	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	14	2	12	• нет
3	Партерная гимнастика.	14	2	12	• нет
3.5	Партерная гимнастика	14	2	12	• нет
4	Танцевальные этюды	10	2	8	• нет
4.7	Танцевальные этюды	10	2	8	• нет
5	Танцевальные игры.	10	2	8	• нет
5.9	Танцевальные игры	10	2	8	• нет
6	Постановочная работа	10	2	8	• нет

6.11	Постановочная работа	10	2	8	• нет
7	Репетиционная работа	10	2	8	• нет
7.13	репетиционная работа	10	2	8	• нет
8	Итоговое занятие.	2	0	2	• Фестиваль
8.15	итоговое занятие	2	0	2	• Фестиваль
	Итого:	72	14	58	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

1.1. вводное занятие

Теория:

Хореография как вид искусства. Правила поведения в хореографическом зале, форма одежды. ознакомление с объемом работы в течение года, ТБ,

2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.

Теория:

Ознакомление с хореографическими терминами: Выворотное / параллельное положение ног**,** Форс**,** Preparation Arch**,** Contraction**,** Side stretch**,** Roll down**,** Roll up, Drop, Flex, Point, Jazz hand, Sur le cou-de-pied, Attitude, Arabesque, Kick**,** Pique, Pas chasse, Pas de bourre**,** Step ball change, Saute**,** Sisson ouvert

Практика:

Выполнение упражнений танцевальной азбуки и элементов танцевальных движений.

Упражнения танцевальной азбуки:

- постановка корпуса.
- упражнения для головы: наклоны (вперед, назад, в стороны).
- упражнения для плеч: спокойные подъемы наверх и опускания вниз.
- упражнения для рук; кистей; пальцев («волны»; «фонарики»; «хлопки»).

Танцевальные движения:

- шаги: «с вытянутого носка»; «хороводный»; на пятках; на внутренней и на внешней стороне; «приставной».

-бег с прямыми ногами вперед, марш с высоко поднятым коленом, марш с прямой ногой (90С), полька.

- бег: с подъемом коленей наверх; «захлест»; «подскоки».

- притопы: удар одной ногой в пол; поочередные удары правой и левой ногой.

- прыжки по VI позиции.

- «елочка».

- «галоп».

- повороты.

- упражнения с мячом.

Построения: «круг»; «линия»; «две линии».

3. Партерная гимнастика.

3.1. Партерная гимнастика

Теория:

Влияние партерной гимнастики на строение и развитие тела танцора. Основные понятия по теме.

Практика:

Элементы партерной гимнастики.

- упражнения для стоп: вытянуть и сократить стопы по VI позиции; круговые движения стопами.

- упражнения для развития гибкости: «кошечка»; «обезьянка»; «Качели»; «коробочка», «бабочка», «Березка».

- упражнения для позвоночника: «складочка»; «самолет»; «лодочка».

- упражнения для развития растяжки: «лягушка» (сидя, лежа на спине, лежа на животе); лежа на спине, поднять ноги на 45 °, 90 ° (в потолок) и опустить, руки раскрыты в стороны, ладонями вниз; «полушпагат».

-упражнения для стопы и голеностопного сустава: «рычаг»; «выворотность стоп»; «вращение стоп»; соединить носки и пятки, сесть на «корточки» на подъемы стоп.

-упражнения для гибкости: «складка»; «свечка»; «мостик»; поднятие корпуса на руках (лежа на животе); поднятие корпуса вместе с руками (лежа на животе).

- растяжки: «полушпагат»; «шпагат».

4. Танцевальные этюды

4.1. Танцевальные этюды

Теория: Хореографический этюд. Виды этюдов. Построение этюдов.

Практика:

- составление хореографических этюдов на основе изученных танцевальных элементов.

- составление обучающимися танцевальных этюдов.

5. Танцевальные игры.

5.1. Танцевальные игры

Теория: объяснение правил игр, техники безопасности. Виды игр: Игры для развития творческих способностей**,** игры на развитие психомоторных способностей, игры на развитие двигательной памяти, игры для развития чувства ритма.

Практика: Применение игр на занятиях.

6. Постановочная работа

6.1. Постановочная работа

Теория: танцевальная лексика**,** рисунок танца**, понятия:** экспозиция**,** завязка**,** развитие действия, кульминация, развязка. Дидактические принципы и методы обучения, используемые при постановочной работе.

Практика:

Постановка танцев на основе проученного материала.

7. Репетиционная работа

7.1. репетиционная работа

Теория: Показать и объяснить как нужно выполнять танцевальные комбинации, а также детально разобрать и проработать эмоционально образы, требуемые для постановки.

Практика: Отработка танцевальной композиции, акробатических элементов и поддержек, групповая работа над синхронностью и четкой техники исполнения, характер исполнения образа.

8.1. итоговое занятие

Практика:

выступление на районном фестивале "Звездная дорожка"

<u>Календарный учебный график</u>

№	месяц	Число	Время провед	Форма занятия	Кол-во час	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля

			ения		**ов**			
1				**Групповое занятие**	**2**	Хореография как вид искусства. Правила поведения в хореографическом зале, форма одежды. ознакомление с объемом работы в течение года, ТБ;	Актовый зал	Фронтальный
2				**Групповое занятие**	**2**	Ознакомление с хореографическими терминами. Выполнение упражнений танцевальной азбуки и элементов танцевальных движений. Упражнения танцевальной азбуки. Танцевальные движения: - шаги: «с вытянутого носка»; «хороводный»; на пятках; на внутренней и на внешней стороне; «приставной».	Актовый зал	Фронтальный
3				**Групповое занятие**	**2**	Выполнение упражнений танцевальной азбуки и элементов танцевальных движений. Упражнения танцевальной азбуки. Танцевальные движения: - изучение бег с подъемом коленей наверх; «захлест»; «подскоки». -повтор изученного материала	Актовый зал	Фронтальный
4				**Групповое занятие**	**2**	Выполнение упражнений танцевальной азбуки и элементов танцевальных движений. Упражнения танцевальной азбуки: Танцевальные движения: -Изучение: притопы: удар одной	Актовый зал	Фронтальный

						ногой в пол; поочередные удары правой и левой ногой. -повтор изученного материала		
5				**Групповое занятие**	**2**	Выполнение упражнений танцевальной азбуки и элементов танцевальных движений. Упражнения танцевальной азбуки: Танцевальные движения: Изучение: -прыжки по VI позиции. - «елочка». - «галоп». - повороты. - упражнения с мячом. Построения: «круг»; «линия»; «две линии». -повтор изученного материала	Актовый зал	Фронтальный
6				**Групповое занятие**	**2**	Ознакомление с хореографическими терминами. Выполнение упражнений танцевальной азбуки и элементов танцевальных движений. Упражнения танцевальной азбуки. Танцевальные движения: Изучение бег с прямыми ногами вперед, марш с высоко поднятым коленом, марш с прямой ногой (90С), полька -повтор изученного материала	Актовый зал	Фронтальный
7				**Групповое занятие**	**2**	Повторение изученного материала	Актовый зал	Фронтальный
8				**Групповое занят**	**2**	Повторение изученного материала	Актовый зал	Фронтальный

				ие				
9				**Групповое занятие**	**2**	Влияние партерной гимнастики на строение и развитие тела танцора. Основные понятия по теме. Элементы партерной гимнастики. - упражнения для стоп: вытянуть и сократить стопы по VI позиции; круговые движения стопами. - упражнения для развития гибкости: «кошечка»; «обезьянка»; «Березка».	Актовый зал	Фронтальный
10				**Групповое занятие**	**2**	Элементы партерной гимнастики. - упражнения для стоп: вытянуть и сократить стопы по VI позиции; круговые движения стопами. - упражнения для развития гибкости: «кошечка»; «обезьянка»; «Березка».	Актовый зал	Фронтальный
11				**Групповое занятие**	**2**	Элементы партерной гимнастики. - упражнения для позвоночника: «складочка»; «самолет»; - упражнения для развития растяжки: «лягушка» (сидя, лежа на спине, лежа на животе); лежа на спине, поднять ноги на 45 °, 90 ° сидя на полу прямой и боковой угол и опустить, руки раскрыты в стороны, ладонями вниз; «полушпагат». -повторение изученного материала. Наклон туловища в сторону с касанием грудью	Актовый зал	Фронтальный

						ноги		
12				**Групповое занятие**	**2**	Элементы партерной гимнастики. - упражнения для позвоночника: «складочка»; «самолет»; - упражнения для развития растяжки: «лягушка» (сидя, лежа на спине, лежа на животе); лежа на спине, поднять ноги на 45 °, 90 ° сидя на полу прямой и боковой угол и опустить, руки раскрыты в стороны, ладонями вниз; «полушпагат». -повторение изученного материала. Наклон туловища в сторону с касанием грудью ноги	Актовый зал	Фронтальный
13				**Групповое занятие**	**2**	-упражнения для стопы и голеностопного сустава: «рычаг»; «выворотность стоп»; «вращение стоп»; соединить носки и пятки, сесть на «корточки» на подъемы стоп. -упражнения для гибкости: «складка»; «свечка»; «мостик»; поднятие корпуса на руках (лежа на животе); поднятие корпуса вместе с руками (лежа на животе). - растяжки: «полушпагат»; «шпагат».	Актовый зал	Фронтальный
14				**Групповое занятие**	**2**	**Совершенствование изученного материала**	Актовый зал	Фронтальный
15				**Групповое занятие**	**2**	**Совершенствование изученного материала**	Актовый зал	Фронтальный

16				**Групповое занятие**	**2**	Хореографический этюд. Виды этюдов. Построение этюдов. Составление хореографических этюдов на основе изученных танцевальных элементов: «Осень»	Актовый зал	Фронтальный
17				**Групповое занятие**	**2**	Хореографический этюд. Виды этюдов. Построение этюдов. составление хореографических этюдов на основе изученных танцевальных элементов: «Зима»	Актовый зал	Фронтальный
18				**Групповое занятие**	**2**	Хореографический этюд. Виды этюдов. Построение этюдов. составление хореографических этюдов на основе изученных танцевальных элементов: «Весна»	Актовый зал	Фронтальный
19				**Групповое занятие**	**2**	составление хореографических этюдов на основе изученных танцевальных элементов: «Лето»	Актовый зал	Фронтальный
20				**Групповое занятие**	**2**	сочинение самостоятельно учащимися танцевальных этюдов.	Актовый зал	Фронтальный
21				**Групповое занятие**	**2**	Ознакомление обучающихся с правилами игр. Применение игр на занятиях.	Актовый зал	Фронтальный
22				**Групповое занятие**	**2**	**Изучение танцевальных игр: «Паровозик», «Дед мороз», «вперед 4 шага», «Арам-зам-зам»**	Актовый зал	Фронтальный
23				**Групповое занятие**	**2**	**Изучение танцевальных игр: «мышка-хохотушка», «Буги-вуги», «**Если весело живётся, делай так»	Актовый зал	Фронтальный

24				**Групповое занятие**	**2**	**Изучение танцевальных игр: «Море волнуется», «Обезьянки», «Медленно и быстро»**	Актовый зал	Фронтальный
25				**Групповое занятие**	**2**	**Изучение танцевальных игр:** «Дай-дай», «Слоненок», «Папуасы», **«Катим ком»**	Актовый зал	Фронтальный
26				**Групповое занятие**	**2**	постановка танца «Осень»	Актовый зал	Фронтальный
27				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция танца «Осень»	Актовый зал	Фронтальный
28				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Зима».	Актовый зал	Фронтальный
29				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция танца «Зима»	Актовый зал	Фронтальный
30				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Весна»	Актовый зал	Фронтальный
31				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция танца «Весна»	Актовый зал	Фронтальный

32				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Лето»	Актовый зал	Фронтальный
33				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция танца «Лето»	Актовый зал	Фронтальный
34				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция изученного материала	Актовый зал	Фронтальный
35				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция изученного материала	Актовый зал	Фронтальный
36				**Групповое занятие**	**2**	**Участие в фестивале «Звездная дорожка»**	Актовый зал	Фронтальный

Базовый уровень (0 лет обучения)
Учебный план

Таблица 1.3.2

Учебный план

№ п/п	**Название раздела, темы**	**Количество часов**			**Формы аттестации/контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
	Итого:				

Содержание учебного плана
Продвинутый уровень (0 лет обучения)
Учебный план

Таблица 1.3.3

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Итого:				

Содержание учебного плана

2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2.1.1

Календарный учебный график

Позиции	Заполнить с учетом срока реализации ДООП
Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	174
Продолжительность каникул	92
Даты начала и окончания учебного года	15.09.-31.05.
Сроки промежуточной аттестации	нет
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	нет

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1

Условия реализации программы

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	• ноутбук; • музыкальные аудиозаписи; • музыкальная колонка; • гимнастический мат; • форма для занятий хореографией; • актовый зал;

	• сценические костюмы
Информационное обеспечение	• нет
Кадровое обеспечение	• педагог дополнительного образования Шабельник Оксана Вячеславна, 1 квалификационная категория

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- Фестиваль

2.4. Методические материалы

Методы обучения:

- Наглядный
- Игровой

Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуальная
- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Игра

Педагогические технологии:

- Технология индивидуального обучения
- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия

Тип учебного занятия:

Изучения и первичного закрепления новых знаний.

Дидактические материалы:

- Инструкции

2.5. Список литературы

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- Издание 6. Серия “Учебники для вузов. Специальная литература” — СПб.: Издательство “Лань”, 2000. — 192с.

1. Буренина А.И. Ритмическая пластика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб., 1997. - 128 с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии изд. С-Пб.,1996.-256 с. URL https://drive.google.com/file/d/0B3BFfpdfz7fnZnZBVl9PODF2WGs/view
3. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски для детей 5 - 6 лет. - М.: Просвещение, 1983.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца.-6-е изд.-С-Пб., 2000.-192 с. URL: **https://www.studmed.ru/view/vaganova-aya-osnovy-klassicheskogo-tanca_5c90bd7c1b0.html**
5. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.- Учебно-методическое пособие для воспитателей и педагогов. - М.: Гном-Пресс, 1997. - 64 с. URL https://www.studmed.ru/kolodnickiy-g-a-muzykalnye-igry-ritmicheskie-uprazhneniya-i-tancy-dlya-detey_36474088301.html