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 «Галетея (5 год обучения)»

Возраст учащихся: 11 - 12 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 15:49:36 +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: В возрасте 11-12 лет эмоции, вызванные музыкой, создают определенную двигательную активность, ребенок хочет танцевать, задача педагога заключается в том, чтобы направить ее в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально-танцевальный материал.

Актуальность программы обусловлена тем, что она представляет собой синтез ритмики, классической и современной хореографии, партерной гимнастики, основ актёрского мастерства и импровизации в танце, что способствует формированию и развитию творческих способностей обучаемых, открытию широких перспектив для самоопределения и самореализации, укреплению здоровья обучающихся.

Данная программа направлена на развитие физического, интеллектуального, нравственного уровня обучающихся, на освоение и накопление теоретических знаний и практических умений в области хореографического искусства любительском хореографическом коллективе.

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 учащихся 11 - 12 лет.

Срок и объем освоения ДООП:

1 год, 216 педагогических часов, из них:

- «Стартовый уровень» - 0 лет, 0 педагогических часов;
- «Базовый уровень» - 0 лет, 0 педагогических часов;
- «Продвинутый уровень» - 1 год, 216 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	0 часов в неделю; 0 часов в год.	0 часов в неделю; 0 часов в год.	6 часов в неделю; 216 часов в год.

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель:

Создать условия для овладения техникой и манерой исполнения jazz-modern и классического танца

Задачи:

образовательные:

- Формировать навыки танцевальности и пластичности

Развивающие:

- · Развивать хореографические данные: выворотность, гибкость, танцевальная координация;

Воспитательные:

- Способствовать воспитанию творческой активности, ассоциативного мышления.

Ожидаемые результаты:

Таблица 1.2.1

Ожидаемые результаты

	Стартовый уровень	**Базовый уровень**	**Продвинутый уровень**
Знать	• нет	• нет	• понятия: «полиритмия», «swing», «импульс». • термины и понятия jazz-modern танца • термины и понятия классического танца •
Уметь	• нет	• нет	• выполнять экзерсис на середине зала • выполнять экзерсис у станка (боком к станку)
Владеть	• нет	• нет	• исполнением танцевальных композиций, заявленных в репертуарном плане, утвержденном в начале учебного года

1.3. Содержание программы

«хореография»

Стартовый уровень (0 лет обучения)
Учебный план

Таблица 1.3.1

Учебный план

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

Содержание учебного плана
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 (1 год обучения)
Учебный план

Таблица 1.3.3

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	Jazz-modern танец	60	4	56	• нет
2.3	Jazz-modern танец	60	4	56	• нет
3	Классический танец	56	4	52	• нет
3.5	Классический танец	28	2	12	• нет
4	Народный танец	28	2	14	• нет

4.6	Народный танец	28	2	14	• нет
5.	Партерная гимнастика, stretching	22	2	20	• нет
5.7	Партерная гимнастика, stretching	22	2	20	• нет
6	Постановочная работа	24	2	22	• нет
6.8	Постановочная работа	24	2	22	• нет
7	Репетиционная работа	50	2	48	• нет
7.9	Репетиционная работа	50	2	48	• нет
10	Итоговое занятие	2	0	0	• нет
10	Итоговое занятие	2	0	0	• Фестиваль
	Итого:	216	18	198	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие

1.1. Вводное занятие

Теория:

Правила поведения в учреждении и на занятии. Повторение пройденного материала. Инструктаж по технике безопасности

2. Jazz-modern танец

2.1. Jazz-modern танец

Теория:

Понятия: «полиритмия», «swing», «импульс».

Практика:

Положения рук (V-position, press position, jerk position).

1. Warm up:

- demi и grand plie (изменение динамики исполнения - медленное приседание на 4/4 и резкий подъем на 1/4); battement tendu, battement tendu jete (переход из параллельного в выворотное положение и наоборот); rond de jambe

par terre (исполнение варианта из урока народно-сценического танца); battement fondu, battement frappe (по параллельным позициям); battement developpe, battement relevelent (по параллельным позициям); grand battement (с резким наклоном корпуса параллельно полу; сидя в plie).

- упражнения для позвоночника: наклоны торса (по сторонам); twist торса; стойка на лопатках.

2. Изоляция:

- голова: «круг»; «полукруг».
- грудная клетка: «квадрат» с шагами.
- pelvis: «квадрат» с шагами.

3. Кросс. Передвижение в пространстве:

- прыжки: с двух ног на две (jump); с одной на другую с продвижением (leap); с одной ноги на ту же ногу (hop); с двух ног на одну; double attitude.

4. Stretch:

- работа в партере: разминка суставов; разогрев мышц и их растягивание; акробатические элементы.

3. Классический танец

3.1. Классический танец

Теория:

Термины и понятия классического танца

Практика:

1. demi plie и grand plie по I, II, V позициям ног; battement tendu (с pour le pied) и battement tendu jete (с pique) по I, V позициям ног; rond de jambe par terre (с temps releve par terre, с passe par terre, rond de jambe par terre на plie - en dehors и en dedans); battement fondu и battement frappe (double frappe) на 45°; rond de jambe en l`air на 45° (en dehors и en dedans); petit battement; battement relevelent на 90°; battement soutenu с подъемом на полупальцы; battement developpe; grand battement jete (с pique) по V позиции.

2. Работа на середине зала: epaulement croisee; epaulement effacee; позы (носком в пол): croisee вперед; croisee назад; effacee вперед; effacee назад; ecartee назад; ecartee вперед; temps lie; pas de bourree (en dehors и en dedans); arabesques (первый, второй, третий, четвертый).

3. Allegro: temps leve saute по I позиции; changement de pieds; pas echappe на II позицию, pas assemble; pas balance; sissone simple; pas jete.

Народный танец

4.1. Народный танец

Теория:

Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Практика:

Русский танец. Позиции рук. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону; поднявшись на полупальцы поставленной назад ногой. «Ковырялочка». Подготовка к присядке (мужск.). Хлопушки. Дроби, выстукивания.

4. Партерная гимнастика, stretching

4.1. Партерная гимнастика, stretching

Теория: Партерная гимнастика- лучший метод тренировки. Беседа о пользе системы специально подобранных физических упражнений, применяемых для укрепления здоровья. Партерная гимнастика плюсы и минусы

Практика:

Растяжки:

- прижатие колена к груди, лежа на спине, затем открытие ноги.
- открытие ноги в сторону, лежа на спине.
- касание ноги противоположной руки (в сторону).
- поднятие, сгибание и повышение ноги, стоя на четвереньках.
- сидя, раскрыв ноги как можно шире, наклоны к ногам и вперед.

- «джазовый шпагат»; «шпагат».

5. Постановочная работа

5.1. Постановочная работа

Теория: специфика постановочной работы с детьми в любительском хореографическом коллективе. Основные этапы создания хореографической композиции в любительском хореографическом коллективе

Практика:

Постановка танцев на основе проученного материала

6. Репетиционная работа

6.1. Репетиционная работа

Теория:

Планирование репетиций. Отличие рабочих репетиций от генеральных прогонов,

Практика:

Разучивание и отработка танцевальных комбинаций и танцев согласно репертуарному плану, утвержденному в начале учебного года

7. Итоговое занятие

7.1. Итоговое занятие

Практика:

Выступление на "Звездной дорожке"

<u>Календарный учебный график</u>

№	месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				**Групповое занятие**	**2**	Вводное занятие (Правила поведения в учреждении и на занятии. Повторение пройденного материала. Инструктаж по технике безопасности)		
2				**Групповое занятие**	**2**	Основы jazz-modern танца, основные понятия. Позиции рук, ног, Warm up.		
3				**Групповое занятие**	**2**	**Изоляция**		
4				**Групповое занятие**	**2**	**Кросс, передвижение в пространстве**		
5				**Групповое занят**	**2**	Stretch		

				ие				
6				**Групповое занятие**	**2**	Основы jazz-modern танца, основные понятия. Позиции рук, ног, Warm up.		
7				**Групповое занятие**	**2**	**Изоляция**		
8				**Групповое занятие**	**2**	**Кросс, передвижение в пространстве**		
9				**Групповое занятие**	**2**	Stretch		
10				**Групповое занятие**	**2**	Основы jazz-modern танца, основные понятия. Позиции рук, ног, Warm up.		
11				**Групповое занятие**	**2**	**Изоляция**		
12				**Групповое занятие**	**2**	**Кросс, передвижение в пространстве**		
13				**Групповое занятие**	**2**	Stretch		
14				**Групповое занятие**	**2**	Основы jazz-modern танца, основные понятия. Позиции рук, ног, Warm up.		
15				**Групповое занят**	**2**	**Изоляция**		

				ие				
16				**Групповое занятие**	**2**	**Кросс, передвижение в пространстве**		
17				**Групповое занятие**	**2**	Stretch		
18				**Групповое занятие**	**2**	Основы jazz-modern танца, основные понятия. Позиции рук, ног, Warm up.		
19				**Групповое занятие**	**2**	**Изоляция**		
20				**Групповое занятие**	**2**	**Кросс, передвижение в пространстве**		
21				**Групповое занятие**	**2**	Stretch		
22				**Групповое занятие**	**2**	Основы jazz-modern танца, основные понятия. Позиции рук, ног, Warm up.		
23				**Групповое занятие**	**2**	**Изоляция**		
24				**Групповое занятие**	**2**	**Кросс, передвижение в пространстве**		
25				**Групповое занят**	**2**	Stretch		

				ие				
26				**Групповое занятие**	**2**	Основы jazz-modern танца, основные понятия. Позиции рук, ног, Warm up.		
27				**Групповое занятие**	**2**	**Изоляция**		
28				**Групповое занятие**	**2**	**Кросс, передвижение в пространстве**		
29				**Групповое занятие**	**2**	Stretch		
30				**Групповое занятие**	**2**	Позиции рук, ног, Warm up.		
31				**Групповое занятие**	**2**	Stretch		
32				**Групповое занятие**	**2**	Термины и понятия классического танца. Экзерсис.		
33				**Групповое занятие**	**2**	Работа на середине зала		
34				**Групповое занятие**	**2**	Allegro		
35				**Групповое занят**	**2**	Термины и понятия классического танца. Экзерсис.		

				ие				
36				**Групповое занятие**	**2**	Работа на середине зала		
37				**Групповое занятие**	**2**	Allegro		
38				**Групповое занятие**	**2**	Термины и понятия классического танца. Экзерсис.		
39				**Групповое занятие**	**2**	Работа на середине зала		
40				**Групповое занятие**	**2**	Allegro		
41				**Групповое занятие**	**2**	Термины и понятия классического танца. Экзерсис.		
42				**Групповое занятие**	**2**	Работа на середине зала		
43				**Групповое занятие**	**2**	Термины и понятия классического танца. Экзерсис.		
44				**Групповое занятие**	**2**	Работа на середине зала		
45				**Групповое занят**	**2**	Термины и понятия классического танца. Экзерсис.		

				ие				
46				**Групповое занятие**	**2**	Термины народного танца. Позиции рук, ног.		
47				**Групповое занятие**	**2**	Танцевальные шаги. Хлопушки, дроби, выстукивания		
48				**Групповое занятие**	**2**	Термины народного танца. Позиции рук, ног.		
49				**Групповое занятие**	**2**	Танцевальные шаги. Хлопушки, дроби, выстукивания		
50				**Групповое занятие**	**2**	Термины народного танца. Позиции рук, ног.		
51				**Групповое занятие**	**2**	Танцевальные шаги. Хлопушки, дроби, выстукивания		
52				**Групповое занятие**	**2**	Термины народного танца. Позиции рук, ног.		
53				**Групповое занятие**	**2**	Танцевальные шаги. Хлопушки, дроби, выстукивания		
54				**Групповое занятие**	**2**	Термины народного танца. Позиции рук, ног.		
55				**Групповое занят**	**2**	Танцевальные шаги. Хлопушки, дроби, выстукивания		

				ие				
56				**Групповое занятие**	**2**	Термины народного танца. Позиции рук, ног		
57				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
58				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
59				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
60				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
61				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
62				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
63				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
64				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
65				**Групповое занят**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		

				ие				
66				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
67				**Групповое занятие**	**2**	Партерная гимнастика, stretching		
68				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Вальс-гавот»		
69				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Вальс-гавот»		
70				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Вальс-гавот»		
71				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «dans tims»		
72				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «dans tims»		
73				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «dans tims»		
74				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Life tims»		
7				**Груп**	**2**	Постановка танца «Life		

5				**повое занятие**		tims»		
76				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Life tims»		
77				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Плясовая»		
78				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Плясовая»		
79				**Групповое занятие**	**2**	Постановка танца «Плясовая»		
80				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
81				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
82				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
83				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
84				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
8				**Груп**	**2**	Репетиция поставленных		

5				**повое занятие**		танцев		
86				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
87				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
88				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
89				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
90				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
91				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
92				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
93				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
94				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
9				**Груп**	**2**	Репетиция поставленных		

5				**повое занятие**		танцев		
96				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
97				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
98				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
99				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
100				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
101				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
102				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
103				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
104				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
1				**Груп**	**2**	Репетиция поставленных		

05				**повое занятие**		танцев		
106				**Групповое занятие**	**2**	Репетиция поставленных танцев		
107-108				**Групповое занятие**	**4**	Выступление на звездной дорожке		

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	91
Даты начала и окончания учебного года	15.09.-31.05.
Сроки промежуточной аттестации	май
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	нет

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1

Условия реализации программы

Аспекты	Характеристика (заполнить)
Материально-техническое обеспечение	• Ноутбук • спортивная форма • балетки • гимнастический мат • обручи • скакалки • музыкальная колонка • сценические костюмы
Информационное обеспечение	• аудио, видео материалы
Кадровое обеспечение	• Шабельник Оксана Вячеславна

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- Фестиваль

2.4. Список литературы

1. https://www.studmed.ru/view/vaganova-aya-osnovy-klassicheskogo-tanca_5c90bd7c1b0.html
2. http://www.prolisok.org/uploads/1318743515_vaganova_a_ya_osnovy_klassicheskogo_tanca.pdf
3. https://www.rulit.me/books/svobodnoe-dvizhenie-i-plasticheskij-tanec-v-rossii-read-383698-1.html
4. https://www.rulit.me/books/svobodnoe-dvizhenie-i-plasticheskij-tanec-v-rossii-read-383698-1.html