



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы

Гимназия № 1797 «Богородская»

Россия, 107258, Москва, 3-я Гражданская, дом 64. Тел.: 8(495) 963-32-36 Email: 1797@edu.mos.ru



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ Гимназии № 1797
«Богородская»

Е.О. Евдокимов

Е.О. Евдокимов 2016г.

Направленность: физкультурно-спортивная

Программа
Дополнительного образования детей
«Хореография»

Возраст детей 5-17 лет
Срок реализации 5 лет

Образовательная программа
рекомендована Педагогиче-
ским советом
ГБОУ Гимназии №1797 «Бого-
родская»
(протокол № 1 от 26 августа
2016.)

Авторская программа педаго-
гов дополнительного образова-
ния Абрамовой Т.А., Королё-
вой Е.М., Коноваловой Т.С.
Уровень программы базовый.

Москва 2016

Пояснительная записка

Танцевальное искусство с незапамятных времен занимало в жизни человека важное место. Создаваясь на протяжении многих столетий, танец стал подлинной художественной энциклопедией социальной жизни народа. Воспитание детей на высоких образцах классического, народного и бального танцев развивает у них высокий художественный вкус и иммунитет против примитивного, пошлого, вульгарного. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение.

Хореография в спорте – один из современных методов подготовки юных спортсменов и спортсменов международного класса на основе методики, разработанной школой классического и народного танцев.

Впервые средства хореографии были применены в процессе тренировки сборной команды гимнастов СССР к XVI Олимпийским играм в Мельбурне. В газете «Советский спорт» от 8.09.1960 г. отмечено великолепное разноплановое выступление гимнасток в вольных упражнениях, где для каждой спортсменки были индивидуально подобраны стили и народности, исходя из их физических данных и типа темперамента. В дальнейшем была организована бригадная работа тренера и хореографа.

Общепризнано, что только спортсмены, обладающие высокой культурой движения, способны выполнить технически сложные упражнения легко и непринужденно, где мы можем оценить амплитуду движений, красоту линий, артистичность и выразительность исполнения.

Предполагаемая рабочая программа ориентирована на работу с детьми, с наличием у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных и углубленных навыков в искусстве танца. Обучение проводится в 4 этапа:

Первый этап – освоение азов ритмики, азбуки классического танца, знакомство с основами хореографии.

Второй этап – совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса, освоение репертуара историко-бытовых и массовых балльных танцев, знакомство с современными танцевальными направлениями. Продолжение начатой на первом этапе работы по развитию актерского мастерства и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Третий этап – предполагает специализированные занятия для детей углубленного характера. Совершенствуя свои знания в избранном жанре, дети активно осваивают репертуар. Педагог на этом этапе осуществляет самостоятельные постановки, либо прибегает к помощи специальной литературы и видеоматериалов. Вводится концертная подготовка.

Четвертый этап- предполагает специализированные занятия для детей углубленного характера. Совершенствование знаний в избранном жанре. Педагог на этом этапе осуществляет самостоятельные постановки, либо прибегает к помощи специальной литературы и видеоматериалов. Вводится концертная подготовка.

Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для формирования танцевальной культуры, посредством изучения современных направлений в хореографии.

-развитие физического потенциала учащихся для выполнения танцевальных композиций в художественной гимнастике.

-формирование условий для разностороннего развития индивидуальных особенностей личности обучающихся посредством изучения курса «Хореография».

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить основному танцевальному направлению данной программы (классический танец)
- обучить технике выполнения классического и современного экзерсиса
- обучить практическому применению теоретических знаний.

Развивающие:

- способствовать развитию умственной и физической работоспособности
- сформировать приемы сценической выразительности и актёрского мастерства
- способствовать развитию интереса к миру танца.

Воспитательные:

- воспитать культуру личности обучающегося средствами хореографического искусства
- сформировать танцевальную культуру подрастающего поколения; социально ориентировать учащихся, помочь их становлению в обществе; эстетическое воспитание посредством хореографии; формирование творческой личности
- воспитать гражданскую позицию и чувство патриотизма;
- воспитать ответственность и добросовестное отношение к начатому делу

Задачи 1 - го года обучения:

Образовательные:

- обучить выполнению заданий по инструкции педагога.
- обучить правильной осанке и постановке корпуса при выполнении упражнений и движений.
- обучить выполнению партерной гимнастики
- обучить выполнению простых акробатических упражнений
- обучить позициям ног, рук, головы в классическом танце
- обучить простым прыжковым комбинациям
- обучить умению согласовывать движения с музыкой
- обучить пользоваться простейшей танцевальной терминологией на занятиях

Развивающие:

- развивать умения ориентирования в пространстве (знание точек класса)
- развивать самостоятельность в выполнении заданий по инструкции педагога
- развить интерес к творчеству через изучение танцевальных этюдов
- развить навыки самостоятельной и творческой деятельности развивать умения координировать движения рук, ног, корпуса и головы

Воспитательные:

- воспитывать общительность, умение входить в контакт с педагогом и детьми.
- воспитывать ответственность и добросовестное отношение к начатому делу.

Задачи 2 - го года обучения:

Образовательные:

- обучать выполнению экзерсиса классического танца у танцевального станка
- обучать выполнению экзерсиса классического танца на середине зала

- научить переключаться эмоционально с одного характера музыки на другой

Развивающие:

- развивать мышление, воображение, активность, импровизацию посредством выполнения упражнений по актерскому мастерству
- развивать навыки выразительности, пластичности, грации и изящества движений.
- развивать мышечную силу, гибкость, ловкость и выносливость.
- развить представление об организации постановочной и концертной деятельности.

Воспитательные:

- воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.
- воспитывать общую культуру личности, способной адаптироваться в современном обществе.
- воспитывать чуткое отношение друг к другу, желание заниматься вместе.
- воспитывать личность ребенка посредством хореографического искусства.
- сформировать знания о правилах поведения в танцевальном зале.

Задачи 3 - го года обучения:

Образовательные:

- обучать основным позам классического танца (6 поз), арабескам (4), пор де бра
- обучить выполнению экзерсиса танца джаз-модерн у танцевального станка
- обучить выполнению хореографической композиции
- формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической и современной хореографии;
- организация постановочной работы и концертной деятельности (разучивание танцевальных композиций, участие детей в конкурсах, фестивалях).

Развивающие:

- развивать навыки танцевальных данных: гибкость, пластичность, музыкальность.
- развивать навыки артистичности, эмоциональности и выразительности.
- развивать навыки выполнения движений в соответствии с динамическими оттенками в музыке.
- сформировать навыки креативного мышления в работе над хореографическими образами.

Воспитательные:

- воспитывать чувство коллективизма и взаимоуважения друг к другу.
- сформировать представления об организации постановочной и концертной деятельности.

Задачи 4 - го года обучения:

Образовательные:

- обучать навыкам технического выполнения основных упражнений на середине танцевального зала.
- обучать технически сложным тренировочным комбинациям в продвижении
- обучать выполнению хореографической композиции (различные жанры хореографии).

Развивающие:

- развивать физическую подготовку: силу, выносливость, ловкость.
- развивать навыки самоконтроля и проверки знаний в своей работе.

Воспитательные:

- воспитывать бережное отношение к концертным костюмам и атрибутике.
- сформировать потребность в здоровом образе жизни.
- обучить правилам культуры поведения на сценической площадке.
- воспитать профессиональный уровень культуры через концертную деятельность.

Новизна рабочей программы заключается в объединении как практических и теоретических основ изучения хореографии, так и различных направлений хореографии, что позволяет формировать физические данные детей, артистизм как взаимосвязанную целостность.

Содержание учебного курса «Хореография»

№ п/п	Виды подготовки	Группа№1 Группа№2	Группа№3 Группа№4	Группа№5 Группа№6	Группа№7
I	Вводное занятие	Знакомство с программой, знакомство с детьми. Ознакомление с техникой безопасности.	Знакомство с программой, знакомство с детьми. Ознакомление с техникой безопасности.	Знакомство с программой, знакомство с детьми. Ознакомление с техникой безопасности.	Знакомство с программой, знакомство с детьми. Ознакомление с техникой безопасности.
II	Партерная гимнастика	Движение на укрепление мышц спины, ног, стопы; на усвоение верхней и ниж-			

		ней выворотности			
III	Постановка корпуса, стопы, рук	Позиции рук (I, II, свободная) и ног (I, II, VI); постановка кисти	Позиция рук (II); Porde bra (I); Позиция ног (III, IV, V)	Porde bra (II, III)	Porde bra (IV)
IV	Лицом к опоре	Постановка корпуса, стопы Позиции рук и ног (I, II, III); Releve на п.п. по (I); Plie (I); Battementtendu по (I) во все направления V.t.jete в сторону 25° Adajio releve l'ain на 90° в сторону Элементы и положение рук и корпуса исторического, народно-сценического танцев	Позиции ног (IV, V); Releve (V) Перегибы назад	Releve (IV) Перегибы в сторону	
V	Бокон к опоре		Pemi plie по (I, II, IV, V) с releve на п.п. V tendu по V V t.jete на 45° Rond.d.j.p.terre Releve l'ain на 45° Porde bra (III) V tendu на 25° V frappe на 25° Rond en lain Adajio releve l'ain на 90° во все стороны Grand battement Releve passe по V Pas de Понятие allenje и arrondi Сочетание элементов исторического и народно-сценического тан-	Plie и grand plie с p.d.bra (III) V tendu с нажимом V t.jete pise с pirouette (одинарный) Rond de jamb p.terree с rond на 45° V frappes Rond en lair на 45° Adajio releve на 90°, с tour lent d.rond на 90° Grand battement с poise par terre Полуповорот на п.п. (V) Подготовка к tour fuoette на 45°	Grand Plie с p.d.bra V.tendu с soutenu, 8-ми V.tendu jete с pirouette nd VI (двойной) V fondu на 90° на п.п. с полуповоротом с с.d.p. V.frappe double с tombe coupe releve на п.п. Rond en l'ain на п.п. с preparation P. battement с pirouette на с.d.p. Adajio с foette на 90°, grand rond. Grand battement на п.п. с balansoir в большие позы. Rond.p.terre с grand rond и passe 90°

			ца		
VI	Середина	<p>Поклон Точки зала Понятие an face Профиль Положение рук: на пояс, allengée, за юбку Plie (I) Releve(VI) Шаг на п.п., с носки, с согну- тым коленом, приставной, марш Pas couru Pas chose вперед, в сторону Amboite Понятие «рису- нок» круг, диа- гональ, полукруг, коло- на, шахматный порядок. Поня- тие интервал, темп, ритм. Им- провизация на заданную тему.</p>		<p>Понятие малые позы, большие по- зы Plie (IV) V.tandu с plié ,releve на п.п V.t.jete(V) с passé balansoir Rond d.jambe par- terre с releve на п.п. 45°, с переги- бом в сторону V.fondu на п.п. , d.rond на 45°с tombe. V.frappe Rond en lair на п.п. с pas de bourre Adajio с releve на п.п. Grand battement Pirouette(V) оди- нарный Foutte(4-8) Pirouette в боль- шие позы Shaine по диаго- нали(4,8)</p>	<p>Plie и grand plié eпаulement в ма- лые позы. V.t.jete entournant Rond d.djambe par- terre entournant V fondu на 45°на п.п.с tombe 90° V.double frappe с tombe coupe Rond en lair на п.п. в plié Grand foute Grand battement в большие позы Двойной pirouette из (IV,V) Toure foute (8,16) Pirouette в боль- шие позы (двой- ной) Shaine по диаго- нали (8 , 16)</p>

VII	Прыжки	Трамплины по (VI, I) Sote (I) Прыжки с со- ращенными стопами , с под- жатыми ногами , в разножку	Sote (I , II , V) Changements de pieds на месте Pas echappe по (I , II) Pas assemble на месте вперед Tamps Pas glissade Oront pass jete с продвижением	Sote (IV) Pas echappe (IV) Pass assemble на месте назад Pas jete на месте вперед, назад Sissones на 45° Sisson tombe впе- ред Pas jete ferme всторону на 45° Grand pas jete с продвижением , entournant	Sote с продви- жением Pass assemble с продвижением Sissones Simpl с продви- жением Pas jete с продви- жением Sisson на 90° в большие позы Pas ballone Pas jete ferme с entournant
VIII	Упражнение на развитие музыкально- сти, координа- ции чувства ритма и такта	Ритмические уп- ражнения Различные по- строения, перемещения по заданию. Танцевальные связки, этюды.	Танцевальные композиции		
IX	Танцеваль- ная подго- товка	Учебные комбина- ции, танцевальны е этюды на сере- дине зала (8 – 16 т)	Учебные комбина- ции, танцевальные этюды на середи- не зала (16 – 32 т) с базовыми клас- сическими и гим- настическими элементами	Усложненные комбинации с элементами клас- сического танца и гимнастики	Сложные коорди- национные и тех- нические комбина- ции с элемента- ми классического танца и гимнасти- ки
X	Постановоч- ная работа				
XI	Репетицион- ная работа				
XII	Конкурсы, соревнования				
XIII	Итоговые и контрольные занятия	Подведение ито- гов за год, на- граждение	Подведение ито- гов за год, награ- ждение	Подведение ито- гов за год, награ- ждение	Подведение ито- гов за год, награ- ждение
XIV					

Содержание курса «Концертная подготовка».

№ п/п	Виды подготовки	Группа №4	Группа №5	Группа №6	Группа №7
I	Вводное занятие	Знакомство с детьми. Ознакомление с техникой безопасности.	Знакомство с детьми. Ознакомление с техникой безопасности.	Знакомство с детьми. Ознакомление с техникой безопасности.	Знакомство с детьми. Ознакомление с техникой безопасности.
II	Постановка номеров	Ознакомление с целями и задачами предстоящего мероприятия. Выбор подходящего музыкального сопровождения. Утверждение состава выступающих. Постановка концертных номеров.	Ознакомление с целями и задачами предстоящего мероприятия. Выбор подходящего музыкального сопровождения. Утверждение состава выступающих. Постановка концертных номеров.	Ознакомление с целями и задачами предстоящего мероприятия. Выбор подходящего музыкального сопровождения. Утверждение состава выступающих. Постановка концертных номеров.	Ознакомление с целями и задачами предстоящего мероприятия. Выбор подходящего музыкального сопровождения. Утверждение состава выступающих. Постановка концертных номеров.
III	Репетиция номеров	Отработка концертной программы. Частями, генеральными прогонами.	Отработка концертной программы. Частями, генеральными прогонами.	Отработка концертной программы. Частями, генеральными прогонами.	Отработка концертной программы. Частями, генеральными прогонами.

Возраст детей, наполняемость в группах, формы проведения занятий, количество часов в неделю.

№ п/п	Возраст	Максимальное количество детей в группе	Групповые занятия по хореографии (количество часов в неделю)	Групповые занятия по концертной подготовке (количество часов в неделю)
№1	3-6 лет	18	1 час 2р x 30мин	—
№2	5-7 лет	15	3 ак. 3р x 45 мин	—

№3	9-11лет	15	3 ак. ч 3р x 45мин	—
№4	11-12лет	15	3 ак. ч 3р x 45мин	1 ак.ч 1р x 45мин
№5	12-13лет	15	4 ак. ч 4р x 45мин	1 ак.ч 1р x 45мин
№6	13-14лет	10	4 ак. ч 4р x 45мин	2ак.ч 2р x 45мин
№7	14-17лет	10	4 ак. ч 4р x 45мин	2 ак.ч 2р x 45мин
Итого часов в неделю:			19 часов 30 минут	6 часов

Распределение часов по программе.

Содержание занятий по хореографии	количество часов						
	Гр№1	Гр№2	Гр№3	Гр№4	Гр№5	Гр№6	Гр№7
Введение	1	1	1	1	1	1	1
Партерная гимнастика	10	4	0	0	0	0	0
Постановка корпуса, стопы и рук	5	4	0	0	0	0	0
Лицом к опоре	0	0	6	6	9	9	9
Боком к опоре	0	0	24	24	30	30	30
Середина	0	0	16	16	20	20	20
Прыжки	3	1	14	14	20	20	20
Развитие музыкальности, пластичности, координации	4	1	0	0	0	0	0
Танцевальная подготовка	5	1	8	8	8	8	8
Постановочная работа (упражнения по гимнастике)	0	0	4	4	10	10	10
Репетиционная работа (упражнения по гимнастике)	0	0	7	7	10	10	10

Конкурсы, соревнования	0	0	2	2	2	2	2
Итоговые и контрольные занятия	2	2	2	2	2	2	2
Итого:	28	14	84	84	112	112	112

Содержание занятий по концертной подготовке	количество часов			
	Гр№4	Гр№5	Гр№6	Гр№7
Введение	1	1	1	1
Постановка номеров	7	7	15	15
Репетиция номеров	20	20	40	40
Итого:	28	28	56	56

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение образовательной программы включает в себя следующие компоненты: педагогические аспекты творческой деятельности; этнопедагогический подход к обучению, воспитанию и развитию; методы развития межличностного общения в коллективе; методы создания художественной среды средствами хореографии; интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива.

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей.

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Методы обучения по источнику знаний:

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (подробно объясняю правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести)

- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала.

- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Большое место в осуществлении данной программы принадлежит наглядным и словесным методам, так как увлечение детей творческим процессом возможно в том случае, если во время демонстрации приемов работы действия будут комментироваться доступным для восприятия детьми языком.

Основные формы работы с обучающимися по количественному составу:

- по подгруппам;
- групповая;
- фронтальная.

Методы контроля и самоанализа

Методы контроля и самоанализа позволяют оценивать, анализировать и контролировать как собственную деятельность, так и своих товарищей. Данный метод осуществляется посредством следующих форм проведения занятий:

- контрольные задания
- контрольные вопросы
- самооценка
- участие в выступлениях и конкурсах
- урок самооценок (взаимооценок)

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия по следующим формам:

- участие в открытых занятиях
- вопросник по программе
- контрольное упражнение
- концерт
- беседа
- соревнование
- участие в мероприятиях

- участие в конкурсах и фестивалях.

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия.

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы Центром обеспечены условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;

- танцевальный станок;
- репетиционная форма;
- танцевальная обувь;
- музыкальный центр;

По мере необходимости планируется усовершенствование материально-технического оснащения:

- пошив новых комплектов костюмов (в соответствии с тематикой постановки);

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде :

- аудио материалы с фонограммами;

Список используемой литературы:

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
2. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
3. Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006
4. Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2003
5. Васильева-Рождественская Н.В. Историко-бытовой танец. – М., 1987
6. Захаров Ф. Сочинение танца. – М., 1989
7. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2005
8. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей.
9. Интегрированные занятия с детьми 6-8 лет: Книга для педагогов дополнительного образования и учителей начальных классов/Под ред. Т.С.Комаровой. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с. (Развитие и воспитание дошкольника).

10. Конорова Е. Ритмика. – М., 1997
11. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
12. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
13. Ритмика и танец. – М., 1972
14. Руднева С. Фиш Э. Ритмика Музыкальное движение. – М., 1972
15. Смирнова А. Искусство балетмейстера. – М., 1984
16. Танцы для детей. – М., 1982
17. Танцы – начальный курс. – М., 2001
18. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
19. Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // Ученик в обновляющейся школе. Сборник научных трудов.— М.: ИОСО РАО, 2002. – С. 135-157.
20. Хуторской А.В. Статья «Технология проектирования ключевых компетенций и предметных компетенций». // Интернет - журнал "Эйдос".
21. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
22. Школа танцев для юных. – СПб., 2003