

Структурное подразделение детская школа искусств
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области
средней общеобразовательной школы с. Красносамарское
муниципального района Кинельский Самарской области

Рассмотрена и принята
на заседании
педагогического совета
СП ДШИ
от 18.06.2024г.
Протокол №3

ПРОВЕРЕНА:
Методист СП ДШИ

О.Е. Райденкова
«__» _____ 2024г.



УТВЕРЖДЕНА
приказом №225_ОД от
20.06.2024г.
Директор ГБОУ СОШ
с. Красносамарское

Е. Я. Дементьева
«__» _____ 2024г.

S=RU, O=ГБОУ СОШ
с. Красносамарское,
CN=Дементьева
Е.Я.,
E=kr_sam@mail.ru
00db8b20d1acc4008
2024.06.24 17:12:11

**Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Азарт» (хореография)**

Художественная направленность
Возраст обучающихся 13-15 лет
Срок реализации – 1 год
Ознакомительный уровень

Составитель:
Олейник Татьяна Александровна - педагог
дополнительного образования

Содержание

1. Пояснительная записка_____	3
2. Учебно-тематический план._____	13
3. Методическое обеспечение программы_____	23
4. Список литературы_____	26

1. Пояснительная записка

1.1. Общие положения

Как и другие виды искусства, хореография отражает социальные процессы, взаимоотношения людей.

Специфика ее состоит в том, что чувства, переживания человека она передает в пластической образно-художественной форме.

Хореография родилась на заре человечества. Еще в первобытном обществе существовали танцы, изображавшие трудовые процессы, танцы магического характера, ритуальные, воинственные. В них первобытный человек обращается к силам природы. Дошедшие до нас танцы прежних времен рассказывают о жизни, быте и нравах различных народов. С изменением социального строя, условий жизни людей менялись характер и тематика искусства.

Хореография - средство художественного воспитания широкого профиля, ее специфика определяется разносторонним воздействием на ребенка. Решая те же задачи эстетического и духовного развития и воспитания детей, что и музыка, танец дает возможность физического развития, что становится особенно важным для здоровья подрастающего поколения.

Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения хореографии, связана с мобилизацией и активным развитием многих физиологических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию, уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов.

Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности (далее программа) «Азарт» разработана с учетом:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. N 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242;
- Положение о структурном подразделении детской школы искусств государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с. Красносамарское муниципального района Кинельский Самарской области;
- Устава ГБОУ СОШ с. Красносамарское;
- Лицензии ГБОУ СОШ с. Красносамарское на образовательную деятельность.

Краткая аннотация

Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Азарт» включает в себя 3 тематических модуля.

Программа имеет общекультурный характер и направлена на овладение начальными знаниями в области хореографии и музыки.

Данная программа разработана с учётом интересов конкретной целевой аудитории, обучающихся младшего школьного возраста.

1.2. Направленность дополнительной модульной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азарт» художественная.

1.3. Актуальность программы «Азарт» определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественного развития детей, материально - технические условия, для реализации которых имеются на базе СП ДШИ с. Красносамарское.

Работа по данной программе обеспечивает знакомство с разными жанрами хореографического искусства.

Искусство танца доставляет художественное наслаждение, помогает нашему нравственному и эстетическому воспитанию. И чем раньше ребёнок войдёт в «большой мир искусства», тем быстрее он научится отличать добро от зла, красоту от безобразия, истинное от ложного и, главное, обогатит свой духовный мир.

1.4. Новизна программа состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории.

1.5. Отличительной особенностью программы является синтез основ классического и народного танца, а так же овладения обучающимися основами самостоятельно анализировать и составлять простые танцевальные композиции.

1.6. Педагогическая целесообразность, дополнительной модульной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азарт» заключается в том, что она ориентирует обучающегося на приобщение к танцевально-

музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства.

Кроме того, педагогическую целесообразность программы мы видим в формировании у обучающегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самостоятельного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

Все вышеизложенное позволило определить цели и задачи программы.

1.7. Цель и задачи программы.

Цель *дополнительной модульной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азарт»:*

способствовать формированию личности ребенка с развитым художественно - эстетическим вкусом и системой ценностей в восприятии современной культуры, способного к творческой самореализации посредством современного искусства хореографии.

Задачи:

1. Обучающие:

- расширить кругозор детей в области истории хореографии
- познакомить с особенностями народной культуры в области танца, костюма, духовно нравственных ценностей;

- сформировать навыки в области хореографического искусства;
- сформировать у детей музыкально - ритмические навыки

2. Развивающие:

- развить у детей мотивацию познания и достижений, поиска новых познавательных ориентиров;
- развить музыкально - ритмические способности детей, творческое мышление, воображение, фантазию;
- развить внимание, память, пространственное мышление;
- развить творческие и организаторские способности.

3. Воспитательные:

- воспитать эстетический вкус, интерес к творческой деятельности;
- воспитать активную жизненную позицию, лидерские качества;
- сформировать общую культуру поведения ребенка в обществе, навыки самоконтроля и взаимоконтроля.

4. Здоровье сберегающие:

- сформировать у обучающихся ориентацию на ведение здорового образа жизни;
- сформировать психологическую установку на позитивное общение, социальную трудовую деятельность.

Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азарт», состоит из трех модулей:

1. Основы классического танца

Цель: развитие личности обучающегося, формирование духовно-нравственных ценностей, укрепление здоровья, подготовка двигательного аппарата обучающихся к исполнению танцевального материала различного характера, разнообразных жанров, различной степени технической сложности.

2. Основы народного танца

Цель: создание условий для реализации максимальных возможностей каждого обучающегося в освоении народного танца, приобретении устойчивых знаний по истории русского танца и его современного сценического состояния.

3. Гимнастика

Цель: обучение и овладение обучающимися знаний в области хореографии и навыками двигательной активности, развивающими гибкость, выносливость, быстроту и координацию движений, и способствующими успешному освоению технически сложных движений.

1.8. Возраст обучающихся

Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азарт» ориентирована на обучающихся от 13 до 15 лет независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

1.9. Срок реализации

Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азарт» рассчитана на 1 год обучения, по истечении этого времени основной учебный материал программы является освоенным, обучающиеся овладевают основными понятиями, терминами, знаниями, умениями.

1.10. Форма обучения дополнительной модульной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азарт»:

- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- игра, праздник, конкурс, фестиваль;
- творческая встреча;
- репетиция;
- концерт, открытый урок.

1.11. Формы организации деятельности:

Программа «Азарт» предусматривает занятия обучающихся в группе. Основной формой образовательного процесса является занятие, которое включает в себя часы теории и практики.

1 академический час - 40 минут.

Модули	Количество часов в неделю	Количество занятий в неделю	Количество часов в год
Основы классического танца	2 ак.ч.	2 занятия по 1 ак.ч.	72 ак.ч.
Основы народного танца	1 ак.ч.	1 занятие по 1 ак.ч.	36 ак.ч.
Гимнастика	1 ак.ч.	1 занятие по 1 ак.ч.	36 ак.ч.

1.12. Наполняемость учебных групп составляет: 8 – 15 человек

1.13. Режим занятий: На основании ФЗ РФ от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам и Положения по структурному подразделению ДШИ ГБОУ СОШ с. Красносамарское с 01.09.2015 года детская школа искусств реализует дополнительные общеразвивающие программы в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

1.14. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития культуры и искусства, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в мире (ценностные);
- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности (процесс саморазвития);
- развитие эстетического осознания чрез освоение творческой деятельности.

Метапредметные результаты:

- проявление навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, проектной и других видах деятельности (когнитивные);
- умение определять порядок действий, планировать этапы своей работы;
- умение комбинировать различные приемы работы для достижения поставленной художественно-творческой задачи;
- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности;
- умение самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность;
- умение использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности;
- умение выбирать успешные стратегии в различных ситуациях (регулятивные).

Предметные:

По окончании обучения обучающиеся дополнительной модульной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азарт» будут **знать:**

- терминологию классического танца

- терминология народного танца
- названия элементов гимнастики

По окончании обучения обучающиеся дополнительной модульной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азарт» будут **уметь**:

- выполнять не сложные комбинации из элементов классического экзерсиса
- вступать в движение поочередно (каноном);
- свободно ориентироваться в танцевальной музыке;
- работать над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова).
- выполнять упражнения гимнастики;
- исполнять простые танцевальные движения и комбинации
- анализировать, подмечать ошибки в исполнении танцевальных этюдов другими исполнителями и свои собственные
- уметь составлять не сложные танцевальные комбинации

1.15.Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы

Основными видами отслеживания результатов усвоения учебного материала являются **входной, текущий, промежуточный и итоговый** контроли. Осуществляется контроль следующим образом.

Входной контроль проводится в начале учебного года. Отслеживается уровень подготовленности обучающихся.

Проводится в форме собеседования и выполнения практических заданий. После анализа результатов первоначального контроля проводится корректировка тематических планов, пересматриваются учебные задания, если это необходимо.

Текущий контроль проводится на каждом занятии. В процессе его проведения выявляется степень усвоения обучающимися нового материала, отмечаются типичные ошибки, ведется поиск способов их предупреждения и исправления.

Внимание каждого ребенка обращается на четкое выполнение работы и формирование трудовых навыков.

Формы проведения: опрос обучающихся, собеседование и наблюдение во время выполнения практических заданий.

По окончании 1-го полугодия проводится *промежуточный контроль в форме среза знаний, умений и навыков*. Его цель - выявление степени обученности детей за первое полугодие и проведение по результатам контроля (при необходимости) корректировки тематических планов.

Форма проведения: контрольный урок.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года. Цель его проведения - определение уровня усвоения программы каждым учеником.

Формы проведения: контрольный урок, участие в отчетном концерте.

1.16. Формы подведения итогов

- открытые занятия;
- участие в отчетных концертах;
- участие в фестивалях и конкурсах.

Учебный план

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Основы классического танца»	72	12	96
2.	«Основы народного танца»	36	12	96
3.	«Гимнастика»	36	12	96
	ИТОГО	144	36	288

Модуль «Основы классического танца»

Цель: развитие личности обучающегося, формирование духовно-нравственных ценностей, укрепление здоровья, подготовка двигательного аппарата учащихся к исполнению танцевального материала различного

характера, разнообразных жанров, различной степени технической сложности;

Задачи:

Познавательные:

- развить интерес к занятиям хореографией;
- побудить к желанию самовыражения через танец.

Развивающие:

- выявить задатки и способности ребенка;
- развить пластическую и хореографическую память.

Обучающие:

- обучить основам классического танца на основе овладения программным материалом;
- обучить основам пластической выразительности;
- обучить основам музыкальной грамоты, ритмики, музыкальной выразительности;
- ознакомить обучающихся с историей танца, традицией, костюмом.

Воспитательные:

- воспитать навыки общения и культуры поведения в обществе и коллективе и организации своей деятельности;
- воспитание трудолюбия и стремления к преодолению препятствий.

2. Учебно – тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов			Формы контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Знакомство с классическим танцем	1	-	1	Занятие
2.	Разучивание позиций	1	5	6	Занятие, опрос,

	ног				беседа
3.	Разучивание позиций рук	1	5	6	Занятие
4.	Разучивание упражнения Plie	1	5	6	Занятие
5.	Разучивание движения Battement tendu	1	5	6	Занятие
6.	Разучивание движения Battement tendu jete	1	5	6	Занятие
7.	Разучивание движения Round de jamb parterre	1	5	6	Занятие
8.	Разучивание движения Grand battement	1	2	3	Занятие
9.	Разучивание движения Plie на середине зала	1	2	3	Занятие, опрос, беседа
10.	Разучивание движения Battement tendu на середине зала	1	2	3	Занятие
11.	Прыжки	1	12	13	Занятие, опрос, беседа
12.	Вращения	1	12	13	Занятие
Итого:		12	60	72	

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие. Знакомство с классическим танцем.

Теория. Знакомство с классическим танцем, терминология, известные балетмейстеры.

Тема 2. Разучивание позиций ног.

Теория. Техника постановки ног в 1, 2, 3, 5 позицию.

Практика. Разучивание и отработка позиций ног.

Тема 3. Разучивание позиций рук.

Теория. Техника постановки рук в подготовительную, 1, 2, 3 позицию.

Практика. Разучивание и отработка позиций рук. Комбинирование с позициями ног.

Тема 4. Разучивание упражнения Plie.

Теория. Техника выполнения упражнения Demi и Grand plie в 1,2,3 и 5 позициях ног.

Практика. Разучивание и отработка Demi plie и Grand plie.

Тема 5. Разучивание движения Battement tendu.

Теория. Техника выполнения упражнения Battement tendu в 1 и 5 позициях ног.

Практика. Техника выполнения упражнения Battement tendu в 1 и 5 позициях ног.

Тема 6. Разучивание движения Battement tendu jete.

Теория. Техника выполнения упражнения Battement tendu jete в 1 и 5 позициях ног.

Практика. Техника выполнения упражнения Battement tendu jete в 1 и 5 позициях ног.

Тема 7. Разучивание движения Round de jamb parterre.

Теория. Техника выполнения упражнения Round de jamb parterre в направлении En dehors и En dedans в 1 и 5 позициях ног.

Практика. Техника выполнения упражнения Round de jamb parterre в направлении En dehors и En dedans в 1 и 5 позициях ног.

Тема 8. Разучивание движения Grand battement.

Теория. Техника выполнения упражнения Grand battement в 1 и 5 позиции ног.

Практика. Техника выполнения упражнения Grand battement в 1 и 5 позиции ног.

Тема 9. Разучивание движения Plie на середине зала.

Теория. Техника разучивания Plie на середине зала в 1, 2, 3 и 5 позициях.

Практика. Техника разучивания Plie на середине зала в 1, 2, 3 и 5 позициях.

Тема 10. Разучивание движения Battement tendu на середине зала.

Теория. Техника разучивания Battement tendu на середине зала в 1 и 5 позиции ног.

Практика. Разучивание движения Battement tendu на середине зала.

Тема 11. Прыжки.

Теория. Техника разучивания прыжков - Temps leve saute, Changement de pieds, Pas echappe, Pas assemble.

Практика. Разучивание прыжков - Temps leve saute, Changement de pieds, Pas echappe, Pas assemble.

Тема 12. Вращения.

Теория. Техника разучивания вращений - Tours chaines, Saute , Pas échappé, Pas assemble.

Практика. Разучивание вращений - Tours chaines, Saute , Pas échappé, Pas assemblé .

Модуль «Основы народного танца»

Цель: создание условий для реализации максимальных возможностей каждого обучающегося в освоении народного танца, приобретении устойчивых знаний по истории русского танца и его современного сценического состояния.

Задачи:

Обучающие:

- активизировать мыслительный процесс и познавательную деятельность в области хореографического искусства;
- привить любовь к русскому народному танцу;
- обучить технике исполнения народного танца и его элементов;
- изучить стилевые особенности исполнения танцев, бытующих в различных областях России.

Воспитательные:

- сформировать интерес учащихся к народному танцу;
- выявить творческий потенциал каждого обучающегося;
- воспитать:
- эмоциональную выразительность исполнения;
- трудолюбие и выносливость;
- национальное самосознание через познание народных обрядов, обычаев и традиций.

Развивающие:

- развить индивидуальные способности;
- развить эстетическую ориентацию через хореографическую деятельность;
- развить физические и танцевальные данные;
- развить исполнительское мастерство;
- развить чувства ансамблевого исполнения и общения с партнёром.

Учебно – тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов			Формы контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Знакомство с народным танцем	1	-	1	Занятие

2.	Demi plie по выворотным и невыворотным позициям ног	1	2	3	Занятие, опрос, беседа
3.	Battement tendu с переходом работающей ноги с носка на каблук	1	2	3	Занятие
4.	Battement tendu jete с акцентом от себя	1	2	3	Занятие
5.	Releve на полупальцы по выворотным позициям ног и невыворотным позициям ног по 1, 2, 3 позициям.	1	2	3	Занятие
6.	Наклоны и перегибы корпуса	1	2	3	Занятие
7.	Бег, боковые ходы ,ход с прыжком	1	2	3	Занятие
8.	Flic-flac	1	2	3	Занятие
9.	«Веревочка»	1	2	3	Занятие, опрос, беседа
10.	«Ключ», pas balance, cabriole	1	2	3	Занятие
11.	Русский танец	1	3	4	Занятие, опрос, беседа
12.	Вращения	1	3	4	Занятие
Итого:		12	24	36	

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие. Знакомство с народным танцем.

Теория. Виды народных танцев, костюмы, музыка народных танцев, известные ансамбли народного танца.

Тема 2. Demi plie по выворотным и невыворотным позициям ног.

Теория. Техника выполнения Demi plie по выворотным и невыворотным позициям.

Практика. Разучивание Demi plie по выворотным и невыворотным позициям.

Тема 3. Battement tendu с переходом работающей ноги с носка на каблук.

Теория. Техника выполнения Battement tendu с переходом работающей ноги с носка на каблук.

Практика. Разучивание Battement tendu с переходом работающей ноги с носка на каблук.

Тема 4. Battement tendu jete с акцентом от себя.

Теория. Техника выполнения Battement tendu jete с акцентом от себя.

Практика. Разучивание Battement tendu jete с акцентом от себя.

Тема 5. Releve на полупальцы по выворотным позициям ног и невыворотным позициям ног по 1, 2, 3 позициям.

Теория. Техника выполнения Releve на полупальцы по выворотным позициям ног и невыворотным позициям ног по 1, 2, 3 позициям.

Практика. Разучивание Releve на полупальцы по выворотным позициям ног и невыворотным позициям ног по 1, 2, 3 позициям.

Тема 6. Наклоны и перегибы корпуса.

Теория. Техника наклонов, перегибов корпуса в русском, украинском и мордовском танцах.

Практика. Разучивание наклонов, перегибов корпуса в русском, украинском и мордовском танцах.

Тема 7. Бег, боковые ходы, ход с прыжком.

Теория. Техника выполнения боковых ходов – «Елочка», «Змейка», «Елочка» вокруг себя, ходы с прыжками. Бег.

Практика. Разучивание боковых ходов – «Елочка», «Змейка», «Елочка» вокруг себя, ходы с прыжками. Бег.

Тема 8. Flic-flac.

Теория. Техника выполнения упражнения Flic-flac на середине зала.

Практика. Разучивание упражнения Flic-flac на середине зала.

Тема 9. «Веревочка».

Теория. Техника выполнения упражнения «Веревочка» на середине зала.

Практика. Разучивание упражнения «Веревочка» на середине зала.

Тема 10. «Ключ», pas balance, cabriole.

Теория. Техника выполнения pas balance, cabriole, «Ключ» одинарный и двойной.

Практика. Разучивание упражнений pas balance, cabriole, «Ключ» одинарный и двойной.

Тема 11. Русский танец.

Теория. Разновидности русских танцев в регионах России, виды русского танца и их исполнительские традиции.

Практика. Разучивание дробей русского танца, ходов, хороводов

Тема 12. Вращения.

Теория. Техника выполнений вращений.

Практика. Разучивание вращений на середине зала, по диагонали, с продвижением, на каблуках.

Модуль «Гимнастика»

Цель: обучение и овладение обучающимися специальными знаниями и навыками двигательной активности, развивающими гибкость, выносливость, быстроту и координацию движений, и способствующими успешному освоению технически сложных движений.

Задачи:

Обучающие задачи:

- способствовать овладению обучающимися знаниями о строении и функциях человеческого тела;

- обучить приемам правильного дыхания;
- обучить комплексу упражнений, способствующих развитию двигательного аппарата ребенка;
- обогатить словарный запас обучающихся в области специальных знаний;
- формирование у детей привычки к сознательному изучению движений и освоению знаний, необходимых для дальнейшей работы;

Развивающие:

- развитие способности к анализу двигательной активности и координации своего организма;
- развитие темпово-ритмической памяти учащихся;

Воспитательные:

- воспитание организованности, дисциплинированности, четкости, аккуратности;
- воспитание важнейших психофизических качеств двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации.

Учебно – тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов			Формы контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие.	1	-	1	Занятие
2.	Упражнения на развитие гибкости	1	5	6	Занятие, опрос, беседа
3.	Упражнения на развитие ловкости и координации	1	4	5	Занятие

4.	Упражнения на формирование осанки	1	11	12	Занятие
5.	Акробатические упражнения	1	11	12	Занятие
Итого:		5	31	36	

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Краткий обзор развития гимнастики в России. Гимнастическая терминология. Меры предупреждения травм на занятии по гимнастике.

Тема 2. Упражнения на развитие гибкости.

Теория. Изучение техники выполнения упражнений - ходьба в приседе, наклоны вперёд, назад, вправо, влево. Выпады и полушпагаты. Высокие взмахи поочерёдно и попеременно правой и левой ногой. Широкие стойки на ногах. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах. Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости. Практика. Выполнение упражнений - ходьба в приседе, наклоны вперёд, назад, вправо, влево. Выпады и полушпагаты. Высокие взмахи поочерёдно и попеременно правой и левой ногой. Широкие стойки на ногах. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах. Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

Тема 3. Упражнения на развитие ловкости и координации.

Теория. Техника выполнения упражнений - произвольное преодоление простых препятствий. Воспроизведение заданной игровой позы. Жонглирование малыми предметами. Преодоление полос препятствий, включающих висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов и т.д.. Упражнения на переключение внимания и чувственного контроля с одних участков тела на другие. Равновесия типа «ласточка». Передвижения на носках, с поворотами и подскоками. Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам.

Практика. Выполнение упражнений - произвольное преодоление простых препятствий. Воспроизведение заданной игровой позы. Жонглирование малыми предметами. Преодоление полос препятствий, включающих висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов и т.д.. Упражнения на переключение внимания и чувственного контроля с одних участков тела на другие. Равновесия типа «ласточка». Передвижения на носках, с поворотами и подскоками. Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам.

Тема 4. Упражнения на формирование осанки.

Теория. Техника выполнения - упражнения на проверку осанки. Ходьба на носках. Ходьба с заданной осанкой. Ходьба под музыкальное сопровождение. Танцевальные упражнения. Комплексы упражнений на контроль осанки в движении. Упражнения для укрепления и коррекции мышечного корсета. Жонглирование на ограниченной опоре. Комплексы упражнений на чередование напряжения и расслабления мышц отдельных участков тела.

Практика. Выполнение упражнений - упражнения на проверку осанки. Ходьба на носках. Ходьба с заданной осанкой. Ходьба под музыкальное сопровождение. Танцевальные упражнения. Комплексы упражнений на контроль осанки в движении. Упражнения для укрепления и коррекции мышечного корсета. Жонглирование на ограниченной опоре. Комплексы упражнений на чередование напряжения и расслабления мышц отдельных участков тела.

Тема 5. Акробатические упражнения.

Теория. Техника выполнения упражнений - упоры (присев, лёжа, согнувшись). Седы (на пятках, углом). Группировка, перекаты в группировке. Стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги). Кувырок вперёд (назад). «Мост» из положения, лёжа на спине, «шпагаты» и складки. Парная акробатика: хваты, основы балансирования, силовые упражнения, пирамидковые упражнения. Начальное обучение акробатическим прыжкам.

Практика. Выполнение упражнений - упоры (присев, лёжа, согнувшись). Седы (на пятках, углом). Группировка, перекаты в группировке. Стойка на ло-

патках (согнув и выпрямив ноги). Кувырок вперед (назад). «Мост» из положения лёжа на спине, «шпагаты» и складки. Парная акробатика: хваты, основы балансирования, силовые упражнения, пирамидковые упражнения. Начальное обучение акробатическим прыжкам.

3. Методическое обеспечение программы.

Дополнительная модульная общеразвивающая программа «Азарт» сочетает в себе тренировочные упражнения на полу, у станка, на середине зала, упражнения на растяжку, танцевальные движения классического и народного танца, что способствует развитию танцевальности обучающихся. Некоторые простейшие теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками.

У группы свой темп и программа занятий, которая предполагает определенный минимум знаний, умений навыков и сведений о хореографии в соответствии с возрастом. Работа в коллективе состоится таким образом, чтобы не нарушать целостности педагогического процесса.

Методы, используемые при организации образовательного процесса:

1. методы мотивации и эмоционального стимулирования (доброжелательность, поощрение, игра, сказка, обращение к жизненному опыту детей, поддержка, установка на успех);
2. методы организации познавательной деятельности: (беседа, проблемные вопросы, связь с жизнью);
3. методы организации практической деятельности: (показ педагога, упражнения, элементы танцевальной импровизации);
4. методы контроля и коррекции: (наблюдение, контроль педагога, самоконтроль, рефлексия, подведение итогов).

Танцевальная импровизация под музыку в данной программе не является основным методом работы. Но необходима для гармоничного развития. Задания даются в качестве отдыха на занятиях. В них включены

темы, связанные с явлением природы, поведением животных, сказочные сюжеты, игры, а также темы, близкие детскому воображению Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры развивают творческую фантазию и творческую активность у детей.

Так же на занятиях у обучающихся воспитывается самостоятельность, ответственность путем самостоятельного ведения части занятия под наблюдением педагога и его корректировки (при необходимости).

Совместный труд в подготовке концертных программ, репетиции, концерты, вся деятельность объединения – это радость творчества. И только через совместную деятельность педагогов и детей осуществляется приобщение к прекрасному. Подготовка к совместному выступлению имеет большое значение в решении воспитательных и образовательных задач. Общие репетиции сближают детей, между членами коллектива устанавливаются дружеские, товарищеские отношения, каждый обучающийся несет ответственность за каждого члена своего коллектива.

Занятие состоит из следующих структурных компонентов:

1. Организационный момент, характеризующийся подготовкой учащихся к занятию;
2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;
3. Постановка цели занятия перед учащимися;
4. Изложение нового материала;
5. Обобщение материала, изученного в ходе занятия;
6. Подведение итогов.

Материально-техническое оснащение программы

Для проведения занятий необходимы:

- учебный кабинет;
- компьютер;
- музыкальная колонка.

Информационное обеспечение: иллюстрации, схемы, словарь специальных терминов с пояснениями, памятки для родителей и обучающихся, инструктаж по технике безопасности, литература и сайты для педагога:

1. Ахметова, Д. З. Теория и методика воспитания: учебное пособие.
2. Пляшешник А.Д. «Методическое пособие в помощь педагогу дополнительного образования, руководителю хореографических кружков, объединений».
3. Николаенко Н. И. Методические рекомендации для педагогов дополнительного образования.
4. Радугин А. А. Психология и педагогика.
5. Мудрик, А. В. Социальная педагогика.
6. Цифровые образовательные ресурсы:
7. **www.horeograf.com**
8. **<http://dance-composition.ru>**
9. **<http://dancehelp.ru>**
10. **<https://secret-terpsihor.com.ua>**
11. **<https://tanci-palitra.com.ua/>**

4. Список литературы.

1. Анисимова М.В. Музыка и здоровье. «ТЦ Сфера», 2014.
 2. Базарова, Н. П., Мей, В. П. Азбука классического танца / Н. П. Базарова, В. П. Мей. – М.: Лань, 2015.
 3. Богданов, Г. Ф. Работа над сценической русской народной хореографией / Г. Ф. Богданов. – М.: ВЦХТ, 2017.
- Бондаренко, хореографической работы в школе и внешкольных заведениях – М.: Издательский центр «Академия», 2017.