

**АНО «Приют для девочек во имя преподобномученицы великой
княгини Елизаветы»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Балеевских О.Ю.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

ПО ХОРЕОГРАФИИ

Екатеринбург

2020

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ	Стр.
I. Целевой раздел		3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1	Цели и задачи дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы	5
1.1.2	Принципы и подходы к реализации дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы	6
1.2	Планируемые результаты освоения дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы	6
1.3	Развивающее оценивание качества реализации дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы	7
II. Содержательный раздел		9
2.1	Описание образовательной деятельности по реализации дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы	9
2.2	Учебно-тематический план	20
III. Организационный раздел		22
3.1	Организационно-педагогические условия	22
3.2	Учебный план. Календарный учебный график	24
3.3	Оценочные материалы	26
3.4	Методические материалы	29
	Приложение. Листы наблюдения достижения планируемых результатов	30

I. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Хореография – это искусство, любимое детьми. И работать с ними – значит ежедневно отдавать ребенку свой жизненный и духовный опыт, приобщать маленького человека к миру Прекрасного. Занятия хореографическим искусством создают благоприятные условия для психического, физического и эстетического развития, развития творческих способностей детей, профориентации и допрофессиональной подготовки подростков.

Наиболее эффективной представляется собственная хореографическая деятельность детей, где каждый становится на время актером, творчески осмысляющим происходящее. Хореография – искусство синтетическое, оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей.

Новизной программы и ее отличительной особенностью является широкий и подробный спектр преподаваемых дисциплин. Содержание предлагаемого материала не имеет четких границ. На одном занятии может идти изучение элементов классического и народного танцев, одновременно идет развитие и музыкального воспитания, решаются вопросы всестороннего развития обучающихся. В связи с этим занятия в коллективе проходят в интегрированной форме, объединяющей теоретический материал и практику. Учитывая собственный опыт работы, введение теоретических понятий через практику способствует лучшему усвоению материала. Программа выстроена таким образом, что материал на предыдущей СТУПЕНИ, повторяется и расширяется на последующей СТУПЕНИ.

Основная установка в работе с детьми - не стремление к высоким исполнительским достижениям, как самой цели, а использование навыков, знаний и умений, полученных по ритмике и танцу для раскрытия индивидуальности каждого ребенка, в атмосфере доброжелательности, любви и уважения. Хореографические данные в занятиях по танцу имеют очень важные значения, но по статистике ребенок с хорошими данными один на тысячу. Программа предусмотрена практически для всех детей, кто проявил желание заниматься хореографией. Уже после первого, второго года обучения все дети принимают участие в выступлениях. Как показывает опыт, демонстрируют хороший результат.

Настоящая дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по хореографии составлена на основании ФЕДЕРАЛЬНОГО ЗАКОНА от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

(Зарегистрировано в Минюсте РФ 29.11.2018 № 52831), а также СанПиН 2.4.4.3172-14, утвержденные Постановлением Главного государственного врача РФ от 4 июля 2014 г. №41.

Актуальность программы. В наши дни увеличение статической и информационной нагрузки сопровождается снижением уровня двигательной активности, и как следствие ухудшение физического и психического состояния, что подтверждается статистическими данными результатов школьной диспансеризации (увеличение количества детей школьного возраста с нарушением осанки, опорно-двигательного аппарата, заболеваний дыхательных путей). Поэтому двигательная активность является необходимым условием поддержания состояния здоровья. Занятия хореографией призваны развивать: силу, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений, умение преодолевать трудности.

Актуальным на сегодняшний день является и формирование культуры личности ребенка, где приоритет отдается овладению общечеловеческими нормами нравственности, развитию таких «свойств» личности, как интеллигентности, адекватности, чувства собственного достоинства, ответственности.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по хореографии направлена на формирование и развитие творческих способностей учащихся, на удовлетворение их потребностей в художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Организация второй половины дня учащихся строится, в том числе, и на основе вовлечения детей в объединения дополнительного образования, что позволяет решить занятость свободного времени детей, приобщение к новым видам деятельности, развитие познавательного интереса, приобретения обучающимися нового социального опыта.

Работа с родителями имеет большое значение – это большой процент успеха в работе с детьми. Общественные отношения в системе преподаватель – родители - ученик позволяет в полном объеме реализовать право обучающихся на образование. Родительские собрания, отчетные выступления, открытые уроки для родителей, личные индивидуальные беседы, привлечение родителей к изготовлению костюмов, совместная подготовка праздников создает условия для достижения качества образования.

1.1.1 Цели и задачи дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы

Цель образовательной программы – создание условий, способствующих раскрытию и развитию творческого потенциала ребенка, формирования культуры личности посредством хореографического искусства.

Задачи программы:

1. Образовательные

- формировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала
- формировать поэтапное овладение каждой возрастной группой классическим, народным и современным экзерсисом
- ознакомить с основами музыкальной грамоты

2. Развивающие

- развивать внутреннюю собранность, внимание
- формировать способность к волевым действиям развивать способность преодоления ребенком стеснительности, зажатости средствами танцевальной деятельности
- развивать способность передавать посредством танца определенное эмоциональное состояние

3. Воспитательные

- формировать у воспитанников такие ценные качества как, адаптивность, инициативность, креативность, общительность, трудолюбие, честность, чувство собственного достоинства
- развивать чувство ответственности, самокритичность, умение сопереживать, принимать собственные достижения и радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех
- воспитывать потребность в систематических занятиях
- формировать устойчивый интерес к танцу, музыкальной культуре
- приобщать обучающихся к достоянию культуры, путем ознакомления с историей возникновения и развития танца
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни

- укреплять здоровье обучающихся в процессе танцевальной деятельности через укрепление всех групп мышц и формирования правильной и красивой осанки.

1.1.2 Принципы и подходы к реализации дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы

В основе программы положены следующие педагогические принципы:

- Принцип доступности и индивидуализации: предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим – определение заданий по возможностям обучающегося. Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка.
- Принцип постепенного повышения требований: постепенный переход к новым, к более сложным упражнениям, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.
- Принцип систематичности: непрерывность и регулярность занятий.
- Принцип сознательности и активности: предполагает обучение, с опорой на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям.
- Принцип повторяемости материала: хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых, двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип.

1.2 Планируемые результаты дополнительной образовательной программы.

К концу 1-го года обучения дети научиться:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и ее окончание;
- исполнять движение в соответствии с темпом и ритмом музыки;
- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- танцевальным навыкам: позиции ног и положения рук, элементам народного и классического танца.
- выполнять танцевальные движения.

К концу 2-го года обучения дети научатся:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и ее окончание;
- исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки;
- давать характеристику прослушанному произведению;
- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- уметь сохранять интервалы в движении;
- исполнять танцевальные композиции;
- передавать игровые образы различного характера.

К концу 3-го года обучения дети научатся:

- применять правила основных движений классического танца;
- выполнять упражнения развивающего комплекса;
- исполнять движения с затактом;
- выражать характер музыки в движении;

К концу 4-года обучения дети научатся:

- выполнять упражнения подготовительного комплекса;
- выполнять танцевальные композиции технично, выразительно, эмоционально;
- выполнять танцевальные комбинации классического и современного танцев;
- ориентироваться на сценической площадке;
- выступать с хореографическими номерами на мероприятиях.

1.3 Развивающее оценивание качества реализации дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы

С целью определения результативности освоения обучающимися ожидаемых (планируемых) результатов, успешности овладения ими содержания программы применяются следующие методы диагностики:

- Педагогическая диагностика;

- Педагогический анализ.

Педагогическая диагностика и педагогический анализ являются формами подведения итогов реализации программы, а в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» рассматриваются как аттестация обучающихся: стартовая аттестация (входная), проводимая в начале первого года обучения; промежуточная (текущая), проводимая на завершении каждого года обучения; итоговая, проводимая в результате освоения программы по итогам четырех лет обучения.

Педагогическое наблюдение. Педагогическое наблюдение проводится с использованием листов наблюдения, в которых фиксируются в качестве показателей содержание ожидаемых результатов по каждому году обучения. Критерии оценки достижений обучающихся: 0 – показатель не сформирован, 1 балл – сформирован частично, 2 балла – сформировано в полном объеме.

Стартовая диагностика проводится в начале первого года обучения (конец сентября – начало октября). Диагностика достижений проводится на этапе завершения I СТУПЕНИ (конец апреля – начало мая); диагностика достижений на этапе завершения II СТУПЕНИ (конец апреля – начало мая); диагностика достижений на этапе завершения III СТУПЕНИ (конец апреля – начало мая); итоговая диагностика достижений на этапе завершения IV СТУПЕНИ (конец апреля – начало мая).

Показатели качества сформированности планируемых результатов приведены ниже в «Листах наблюдения» по завершению каждой ступени. На каждой ступени из 8 показателей.

Критерии оценки достижения планируемых результатов: 0 – качество не сформировано; 1 балл – качество сформировано частично; 2 балла – качество сформировано в полном объеме.

В листах наблюдения педагогом вносятся баллы по показателям по каждому обучающемуся, затем определяется $\sum$ индивидуальных баллов обучающегося и $\sum$ баллов по каждому показателю. По этим данным определяются уровни сформированности качества планируемых результатов.

Определение уровней: 8 показателей $\times$ на 2 балла (максимальный балл) = 16 баллов максимально может набрать обучающийся.

Уровни сформированности качества планируемых результатов: низкий уровень – 0-4 баллов; пониженный уровень – 5-7 баллов; базовый уровень –

8-10 баллов; повышенный уровень – 11-13 баллов; высокий уровень - 14-16 баллов. Обработанные результаты представляются в виде гистограммы в абсолютных единицах и неперсонифицировано.

Педагогический анализ проводится по итогам участия обучающихся в мероприятиях различного вида: открытых занятиях для родителей, концертах, спектаклях.

Педагогический анализ проводится по следующим группам показателей:

- умение выразить себя средствами музыки и танца;
- коммуникативные умения: взаимодействие с партнером, коллективом в исполнении танца, концертных номеров; ответственность за результаты всей группы в исполнении танца, концертных номеров.

Документальные формы по итогам педагогической диагностики являются достоверными результатами освоения обучающимися данной программы и составной частью результатов внутришкольного мониторинга. Результаты предоставляются педагогической общественности, родителям как неперсонифицированная информация.

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности по реализации дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы

I СТУПЕНЬ (1 год обучения)

1. Вводное занятие – 1 час.

Беседы о важности занятий для развития художественного вкуса, эстетического и физического развития детей. Содержание и форма занятий. Внешний вид (костюм для занятий). Роль подготовки к занятиям, дисциплина на занятиях. Отношение к группе, отношение между детьми. Режим занятий.

2. Основы музыкальной культуры – 2 часа.

Музыка в области хореографического образования занимает одно из

центральных мест. Правильно подобранная музыка обладает исключительной силой эмоционального воздействия, сопровождает

движения, повышает качество исполнения— выразительность, ритмичность, четкость и координацию. На занятиях идет прослушивание детьми музыкальных произведений, переживающих разнохарактерные образы – от веселых, беззаботных или лирических, нежных до энергичных, волевых, серьезных. Изучается понятие «мелодия», темп музыки, ускорение, замедление. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях. Упражнения, развивающие музыкальное чувство: марш, легкий бег, подскоки и т.д.; Упражнения на ритм.

3. Подготовительные упражнения – 8 часов.

Работа с детьми начинается с постановки корпуса, головы, рук, ног, что является основой высокой исполнительской культуры.

Основные исходные положения (свободная прямая позиция ног).

Основные положения рук (вдоль корпуса, на поясе, округлые).

Постановка корпуса (понятие «подтянутый корпус»; положение головы, повороты, наклоны, вращение).

Упражнения для плечевого пояса (поочередное поднимание и опускание, тоже двумя плечами, вращательные движения).

Упражнения на гибкость (наклоны, перегибы, скручивание корпуса).

Стопы (подъем на полупальцы, «перекаты» с полупальцев на пятки, приседание по шестой позиции с разворотами корпуса).

Прыжки (по шестой позиции, раскрывая ноги в стороны и соединяя (одна нога вперед, вторая назад).

4. Танцевальные элементы – 15 часа.

Различные виды шагов со сменой темпа, ритма, характера (с носка; топающий; с высоким подниманием колен; на полупальцах)

Бег (на полупальцах в продвижении и на месте; с высоким коленом; он же с захлестом назад; он же выбрасывая ноги вперед)

Прыжки (высокий на обеих ногах; поочередно с ноги на ногу; в повороте по четвертям)

Подскоки, перескоки, проскоки, галоп (прямой, боковой).

Шаг польки.

Различные виды шагов, бега, хлопков в сочетании друг с другом.

Приставные шаги (с приседаниями, в разных направлениях)

Переменный шаг.

Элементы народного танца (притопы, прихлопы, «ковырялочка»).

5. Ориентация в пространстве – 6 часов.

Понятие: линии, круга, колонна.

Построение различных рисунков: кругов, линий, «воротца», «звездочка», «змейка», «улитка».

6. Партерная гимнастика – 20 часов.

Изучение положений: сидя, лежа, положение рук, положение ног. Упражнения выполняются на полу на специальных ковриках. Изучение положения сидя:

- упражнения для стоп (натяжение и сокращение стопы в невыворотном положении; натяжение и сокращение в выворотном положении; круговые движения стоп)
- наклоны корпуса к ногам («складочка», «чемоданчик»)
- упражнение «бабочка» (колени раскрыты в стороны, касаются пола)

Силовые упражнения для мышц брюшного пресса и мышц ног:

- руки, ноги раскрыты в стороны, спина прямая («звездочка», «уголок», «лучики», «горка»)

Упражнения из положения «лежа на спине»:

- подъем ног на 25 градусов поочередно, в дальнейшем 45 градусов, 90 градусов (исполняется в медленном и быстром темпе);
 - упражнения для выворотности в тазобедренном суставе «флажок» (поочередное поднятие колена и разворачивание его в сторону; тоже двумя ногами);
 - упражнение «велосипед»;
 - упражнение «мостик» (подъем спины с опорой на ноги и на руки).
- Упражнения «лежа на животе» для мышц и гибкости спины:
- «лодочка» (одновременное натяжение рук, ног, раскачивание);
 - «самолет» (подъем корпуса, руки в стороны, ноги прижаты к полу);
 - «корзинка» (взять руками стопы, прогнуться в спине). Упражнения на снятие напряженности и растяжки позвоночника:
 - лежа на спине, ноги закидываются за голову до пола;
 - «ежики» (сгруппироваться, колени прижать к груди,

перекатываться).

7. Этюды, танцевальные игры, массовые танцы – 5 часов.

Музыкальные загадки: комбинации, образно-ритмические, танцевально-игровые, сюжетно-ролевые этюды. Например: «Зверята», «Цирк», «Ладони», «Лягушата», «Топотушки».

8. Постановочная работа – 8 часов.

Разучивание танцевальных этюдов, танцевальных постановок, репетиции на сцене.

9. Концертная деятельность – 2 часа.

Выступление на отчетном концерте.

10. Итоговое занятие – 1 час.

Показ для педагогов и родителей итогового занятия.

II СТУПЕНЬ (2 год обучения)

1. Вводное занятие – 1 час.

Требования к уровню подготовки после 1-го года обучения. Задачи 2-го года обучения. Расписание занятий. Знакомство с новичками. Беседа с детьми и родителями о целях, задачах и требованиях.

2. Основы музыкальной культуры – 3 часов.

Для занятий ритмикой подбираются доступные музыкальные произведения, которые соответствуют возрасту детей, используются музыкальные загадки.

Прослушивание музыкального произведения и определение темпа движения:

- устойчивость в темпе;
- переключение с одного темпа на другой;
- постепенное ускорение или замедление темпа.

Определение характера и динамики движений:

- отражение в движении характера музыки;
- отражение в движении динамических оттенков (форте, пиано, легато, стаккато).

Передача движением ритмического рисунка:

- хлопками, шагами;
- бегом и другими танцевальными элементами;
- соблюдение пауз;
- синкопированными движениями. Определение метра:
- движение, отмечающее начало такта;
- вступление в движение на такт позднее своего соседа;
- затактовое построение.

В заданиях фигурные построения могут наглядно передавать структуру музыкального отрывка (часть, предложения, фраза).

Используется импровизация под музыку (исполнение этюдов, танцевальных игр, песен).

3. Подготовительные упражнения – 7 часов.

Повторяется и закрепляется материал 1-го года обучения с увеличением мышечной нагрузки, ускоряется темп исполнения.

Постановка корпуса: стоя, лежа, сидя.

Изучение позиции ног: I, II, III.

Изучение положения рук: I, II, III.

Основные положения рук в паре: «воротца», «корзинка», «замочек», «лодочка».

Работа головы (наклоны в разные стороны, круговые).

Работа плеч (подъем; опускание; отведение вперед, назад; вращение поочередное и вместе).

Работа корпуса (наклоны в разные стороны, развороты с приседаниями, прыжками, скручивание).

Работа стоп (подъем на полупальцы; «перекаты»; приседаниями; приседание с поднятием поочередно колен; «пистолет»).

Прыжки (по шестой позиции, поочередно; в высоту и длину).

4. Танцевальные элементы – 15 часов.

Совершенствование основных движений и элементов танца, работа над выразительностью в различных сочетаниях друг с другом.

Названия основных движений танца «полька».

Прыжки с увеличением амплитуды, смещением темпа, ритма.

Соединение элементов комбинации, логические цепочки, положения партнеров в паре.

Хлопки с мальчиками как элементы хлопущек, подготовка к присядкам «мячик».

Дополнительно: подскоки вперед, на месте, назад, в повороте.

5. Ориентация в пространстве – 3 часа.

Разнообразие композиционного рисунка: круги, линии, звездочки, воротца и т.д. Самостоятельный выбор рисунка. Продвижение в различных рисунках по одному и в паре с построениями. Объемность рисунка и его выразительность.

6. Партерная гимнастика – 10 часов.

Повторяются все движения 1-го года обучения с увеличением амплитуды и ускорением темпа.

Развитию у ребенка умений и навыков, владение своим телом. Упражнения сидя:

- постановка корпуса;
- работа стоп;
- упражнения для выворотности тазобедренного сустава («бабочка»);
- складочка к ногам;
- подъем ног на 45° (поочередно и вместе);
- упражнение «колечко» (группировка корпуса). Упражнение лежа на животе:
- «самолет»;
- «сфинкс»;
- «лягушка»;
- «корзинка»;
- «лодочка»;
- «колечко». Упражнение лежа на спине:
- подъем ног на 45° (поочередно и вместе);
- «флажок»;

- «мостик»;

- «складка» (одновременное поднятие ног и корпуса).

«Дощечка» (стоя на коленях наклоны прямым корпусом назад), «окошечко» (перегибы через стороны, руки в третьей позиции). Растяжки, шпагаты.

7. Этюды, танцевальные игры, массовые танцы – 13 часов.

Образно-ритмические, танцевально-игровые, сюжетно-ролевые комбинации и этюды. Исполнение движений выразительно, образно, в соответствии с характерами, стилем музыкального произведения. Развитие внимания и фантазии у детей в танцевальных комбинациях.

8. Постановочная работа – 13 часов.

На основе изученных движений и элементов танца составляются законченные танцевальные композиции для закрепления полученных умений и навыков. Например: «Снежинки», «Цветочки», «Осенний этюд».

9. Концертная деятельность – 2 часа

Выступление на отчетном концерте.

10. Итоговое занятие – 1 час.

Показ для педагогов и родителей итогового занятия в игровой форме. Танцевальный этюд.

III СТУПЕНЬ (3 год обучения)

1. Вводное занятие – 1 час.

На первом занятии проводится беседа о танце, его красоте и выразительности, об обязательной согласованности движений. Рассказ учащимся о том, как они должны вести себя на занятии: заниматься сознательно, вдумчиво, обращать внимание на замечания, сделанные другим ученикам, запоминать замечания и правильные мышечные ощущения, участвовать на занятии активно и т.д.

Требования к уровню подготовки детей после 2-го года обучения. Расписание занятий. Форма и обувь (народные туфли, балетные туфли).

2. Основы музыкальной культуры – 1 час.

3. Упражнения для развития отдельных групп мышц и различных частей тела – 7 часов.

➤ Поочередные наклоны головы (по четырем точкам, с приседаниями и releve).

- Круговые движения плеч (поочередные и одновременные). ➤Сведение плеч впереди их раскрытие, выравнивание (без сведения лопаток сзади).
- Растягивание локтей и плеч с согнутыми руками «взамок», за спиной «бабочка».
- Поочередные наклоны вперед с сомкнутыми руками «взамок», сзади и спереди.
- Разнообразные releve в свободной позиции в сочетании с plie.

4. Шаги – 10 часов.

Для концентрации внимания и начала урока выполняются все виды шагов в движении по кругу, по диагонали и прямо (дополнительно по четырем точкам):

- танцевальные с вытягиванием стопы;
- шаркающие шаги;
- естественно-бытовые шаги;
- марш с сильно вытянутыми стопами;
- шаги с высоко поднятыми коленями;
- шаги на высоких полупальцах;
- то же с высоко поднятыми коленями;
- шаги на носках и пятках;
- шаги на внутреннем и внешнем своде стопы;
- легкий бег;
- то же с высоким подъемом ног, согнутых коленях вперед и назад (с захлестом);
- pasamboite, поочередное выбрасывание прямых ног вперед на 45°;
- pascouru – мелкий бег на полупальцах;
- paschasse.

При исполнении этих движений необходимо ритмично двигаться, в соответствии с различным характером музыки, ее динамикой (громко, умеренно, тихо; громче-тише). Подключаются элементарные движения рук

(подъем на опускание, вперед и в стороны), координируя их с движениями ног.

5. Прыжки – 14 часов.

- Temps leve sauté по I позиции.
- Temps leve sauté по VI позиции.
- Temps leve sauté и согнутыми коленями (поджатые).
- Temps leve sauté с продвижением вперед, назад, направо, налево.
- Temps leve sauté по ¼ поворота в обе стороны поочередно.

Различные комбинации прыжков, соскоков, перескоков.

6. Элементы классического танца – 14 часов.

Первоначальные упражнения для усвоения принятой в классическом танце постановке корпуса рук, ног, головы.

В начале года при изучении экзерсиса учащиеся стоят лицом к палке, затем по мере освоения исполняют движения одной рукой за палкой.

- Plie;
- Battement tendu (по I позиции);
- Battement tendu jete (по I позиции);
- Rond de jambe en par terre
- Sur lucou – de - pied u passé
- Relevelent на 45° и 90° (крестом)
- Grand Battement entjete (крестом)

Танцевальные движения (полька, галоп, вальсовая дорожка по кругу и линиям, шаг полонеза).

7. Партерная гимнастика – 10 часов.

Упражнения на укрепления мышц поясничного отдела, позвоночника и мышц спины:

- вытягивание поясничного отдела в положение сидя (у стены);
- тоже с согнутыми в коленях ногами;
- развороты колен направо и налево в положении лежа и сидя.

Упражнения для развития подвижности тазобедренного сустава (выворотности).

Лежа на спине:

- отведение и приведение ноги, согнутой в коленном суставе в сторону, поочередно и одновременно;
- отведение и приведение вытянутой ноги с подъемом на 45-60° в сторону поочередно и одновременно;
- passé, поочередно, с двух ног.

Лежа на животе:

- passé, поочередно, с двух ног;
- отведение и приведение вытянутой ноги с подъемом на 45-60° в сторону поочередно и одновременно.

Упражнение для развития гибкости лежа на животе:

- прогибы назад в плечевом поясе (руки в третьей позиции);
- тоже в поясничном отделе позвоночника;
- тоже в грудном отделе позвоночника.

Лежа на спине:

- перенос прямых ног спереди в положении за голову;
- группировка из положения лежа в положение сидя;
- волна;
- лягушка;
- корзинка.

Упражнения для развития и укрепления мышц живота и брюшного пресса:

- Grandbattement во всех направлениях (на спине, животе, на боку, стоя на коленях и ладонях);
- Растяжки (сидя в паре).

8. Постановочная работа – 8 часов.

Разучивание и постановка танцевальных этюдов и танцев.

9. Концертная деятельность – 2 часов

Выступления на мероприятиях школы.

10.Итоговое занятие – 1 часа

Открытый урок для педагогов и родителей.

IV СТУПЕНЬ (4 год обучения)

1. Вводное занятие – 1 часа

Требование к уровню подготовки детей после 3-го года обучения.
Требование к 4 году обучения, перспективы. Расписание занятий.

2. Воспитание музыкальной культуры – 3 часов.

Практические упражнения для развития музыкальности осуществляются непосредственно на уроке классического и народного танца. Ритмические рисунки в движениях.

3. Прыжки – 10 часов.

Повторяются все прыжки 3-го года обучения. Знакомство с новыми названиями прыжков и их переводы.

1. Маленькие прыжки – *tenslevesauté* (I, II, V позиция); *petitschangementsdepied* (вначале разучивается лицом к палке); *petitsechappee* (лицом к палке); *assemble* (лицом к палке).

4. Изучение лексики современного танца - 39 часов.

Характеристика направлений в современной хореографии (*contemporary dance*). Ходы, шаги с работой рук и корпуса (плавные и резкие). Разучивание волн корпуса, рук; повороты с волной; различные вращения с прыжками. Изучение гравитации тела и потоков движения при исполнении разных направлений хореографии. Характеристика классического джаза и модерна. Различия в эмоциональной окраске направлений. Проработка положений корпуса используемых в современном танце. Использование 8 положений рук в джаз танце. Проработка позиции ног. Упражнение на координацию: рук с различными *pordebrass*; ног (с помощью простых движений различных ритмических рисунков); корпуса с помощью *swing*(качание) и *twist* (скручивание); с помощью ориентации в пространстве; с помощью изоляции разных частей тела. Проработка пируэтов (с перемещением в пространстве; со сменой вертикальных уровней и т.д.)

5. Постановочная работа – 12 часа.

Разучивание русского танца «Барыня». Разучивание татарского танца.

6. Концертная деятельность – 2 часов.

Выступление коллектива на мероприятиях Центра детского творчества, города, отчетном концерте.

7. Итоговое занятие – 1 час.

Открытый урок для родителей и педагогов.

2.2 Учебно-тематический план

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Количество часов	Теория	Практика
	Вводный урок	1	1	
1	Основы музыкальной культуры	2	0,5	1,5
2	Подготовительные упражнения:			
2.1	Упражнения	8	2	6
2.2	Танцевальные элементы	15	5	10
2.3	Ориентация в пространстве	6	3	3
3	Партерная гимнастика	20	6	14
4	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы	5	1,5	3,5
5	Постановочная работа:			
5.1	Постановочная работа	8	3	5
5.2	Концертная деятельность	2	0,5	1,5
6	Итоговое занятие	1	0,5	0,5
	Итого:	68	23	45

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Количество часов	Теория	Практика
	Вводный урок	1	1	
1	Основы музыкальной культуры	3	1	2
2	Подготовительные упражнения:			
2.1	Упражнения	7	2	5
2.2	Танцевальные элементы	15	4	11
2.3	Ориентация в пространстве	3	1	2
3	Партерная гимнастика	10	2	8

4	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы	13	3	10
5	Постановочная работа:			
5.1	Постановочная работа	13	3	10
5.2	Концертная деятельность	2	0,5	1,5
6	Итоговое занятие	1	0,5	0,5
	Итого:	68	23	45

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Количество часов	Теория	Практика
	Вводный урок	1	1	
1	Основы музыкальной культуры	1	0,5	0,5
2	Подготовительные упражнения:			
2.1	Упражнения	7	2	5
2.2	Шаги (все виды)	10	2	8
2.3	Прыжки	14	5	9
2.4	Элементы классического танца	14	4	10
3	Партерная гимнастика	10	2	8
4	Постановочная работа:			
4.1	Постановочная работа	8	3	5
4.2	Концертная деятельность	2	0,5	1,5
5	Итоговое занятие	1	-	1
	Итого:	68	20	48

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Количество часов	Теория	Практика
	Вводный урок	1	1	
1	Основы музыкальной культуры	3	0,5	2,5
2	Подготовительные упражнения:			
2.1	Прыжки	10	3	7
2.2	Изучение лексики современного танца	39	9	30
3	Постановочная работа:			
3.1	Постановочная работа	12	5	7
3.2	Концертная деятельность	2	0,5	1,5
4	Итоговое занятие	1	-	1
	Итого:	68	19	49

III. Организационный раздел

3.1 Организационно-педагогические условия

1. По паспорту БТИ 1 этаж, помещение №1

№ п/п	Оборудование, технические средства обучения	Количество
1.	Коврики гимнастические	7 шт.
2.	Скакалки	7 шт.
3.	Мячи	7 шт.
4.	Шкаф для хранения	1 шт.

2. По паспорту БТИ 1 этаж, помещение №10

№ п/п	Оборудование, технические средства обучения	Количество
1.	Коврики гимнастические	7 шт.
2.	Стул	2 шт.
3.	Многофункциональная колонка	1 шт.
4.	Шкаф для хранения	1 шт.
5.	Проектор	1 шт.
6.	Экран для проектора	1 шт.

3. По паспорту БТИ 1 этаж, помещение №26

№ п/п	Оборудование, технические средства обучения	Количество
1.	Двухместные парты	10 шт.
2.	Стулья	10 шт.
3.	Шкаф для хранения	1 шт.
4.	Стол учителя	1 шт.
5.	Стул учителя	1 шт.

4. По паспорту БТИ 1 этаж, помещение №53

№ п/п	Оборудование, технические средства обучения	Количество
1.	Одноместные парты	12 шт.
2.	Стулья	12 шт.
3.	Флипчарт	1 шт.
4.	Шкаф для хранения	2 шт.

5.	Стол учителя	1 шт.
6.	Стул учителя	1 шт.

5. По паспорту БТИ 2 этаж, помещение №15

№ п/п	Оборудование, технические средства обучения	Количество
1.	Одноместные парты	10 шт.
2.	Стулья	10 шт.
3.	Стол учителя	1 шт.
4.	Стул учителя	1 шт.
4.	Шкаф для хранения	2 шт.

6. По паспорту БТИ 2 этаж, помещение №31

№ п/п	Оборудование, технические средства обучения	Количество
1.	Конторки	12 шт.
2.	Стулья для конторок	12 шт.
3.	Стол учителя	1 шт.
4.	Стул учителя	1 шт.
4.	Шкаф для хранения	2 шт.

3.2 Учебный план. Календарный учебный график

На реализацию программы отводится 272 часа. Предлагаемая программа рассчитана на 4 года обучения – четыре ступени. Каждая ступень по продолжительности соответствует продолжительности учебного года.

Учебный план дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы:

Наименование курса	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			Всего недель/часов по Программе за четыре года обучения
	Всего недель	Всего часов	Всего недель / часов	Всего недель	Всего часов	Всего недель / часов	Всего недель	Всего часов	Всего недель / часов	Всего недель	Всего часов	Всего недель / часов	
Вводное занятие		1			1			1			1		4 часа
Основы музыкальной культуры	2	2	2/2	3	3	3/3	1	1	1/1	3	3	3/3	9/9
Подготовительные упражнения	12	29	12/29	14	25	14/25	22	45	22/45	24	49	24/49	72/148
Партерная гимнастика	10	20	10/20	9	10	9/10	7	10	7/10				26/40
Этюды, танцевальные игры, массовые танцы	6	5	6/5	5	13	5/13							11/18
Постановочная работа	6	10	6/10	6	15	6/15	7	10	7/10	10	15	10/15	29/50
Итоговое занятие (аттестация)	1	1	1/1	1	1	1/1	1	1	1/1	1	1	1/1	4/4
Всего по программе	37	68	37/68	38	114	38/68	38	68	38/68	38	68	38/68	151/272

Календарный учебный график

Ступе нь (год обуче ния)	сентябрь				октябрь					ноябрь				декабрь					январь					февраль					март			
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
1 год обуч.																																
2 год обуч.																																
3 год обуч.																																
4 год обуч.																																
Ступе нь (год обуче ния)	апрель				май				июнь					июль				август					Всего учебных недель/ часов	Всего по программе								
	32 неделя	33 неделя	34 неделя	35 неделя	36 неделя	37 неделя	38 неделя	39 неделя	40 неделя	41 неделя	42 неделя	43 неделя	44 неделя	45 неделя	46 неделя	47 неделя	48 неделя	49 неделя	50 неделя	51 неделя	52 неделя	53 неделя										
	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53										
1 год обуч.																																
2 год обуч.																																
3 год обуч.																																
4 год обуч.																																

Условные обозначения:

	- стартовая (входная диагностика)
	- промежуточная аттестация
	- ведение занятий по расписанию
	- каникулярный период

Формы и режим занятий.

Занятия проводятся после уроков, перерыва на обед и отдых детей, два раза в неделю. Продолжительность учебного занятия по хореографии составляет один урок. Основание – нормативные требования СанПиН2.4.4.3172-14, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. №41

Группы для занятий хореографией являются одновозрастными. Количество детей в группе определяется численностью класса.

Формы организации обучающихся на занятиях в зависимости от темы, содержания, видов деятельности могут быть фронтальными, парными, индивидуальными. Занятия проводятся в разных формах: беседа, демонстрация, мастер-класс, игра, соревнование, импровизация.

3.3 Оценочные материалы

С целью определения результативности освоения обучающимися ожидаемых (планируемых) результатов, успешности овладения ими содержания программы применяются следующие методы диагностики:

- Педагогическая диагностика;
- Педагогический анализ.

Педагогическая диагностика и педагогический анализ являются формами подведения итогов реализации программы, а в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» рассматриваются как аттестация обучающихся: стартовая аттестация (входная), проводимая в начале первого года обучения; промежуточная (текущая), проводимая на завершении каждого года обучения; итоговая, проводимая в результате освоения программы по итогам четырех лет обучения.

Педагогическое наблюдение. Педагогическое наблюдение проводится с использованием листов наблюдения, в которых фиксируются в качестве показателей содержание ожидаемых результатов по каждому году обучения. Критерии оценки достижений обучающихся:

0 – показатель не сформирован, 1 балл – сформирован частично, 2 балла – сформировано в полном объеме.

- Стартовая диагностика проводится в начале первого года обучения (конец сентября – начало октября).
- Диагностика достижений проводится на этапе завершения I СТУПЕНИ (конец апреля – начало мая);
- диагностика достижений на этапе завершения II СТУПЕНИ (конец апреля – начало мая);
- диагностика достижений на этапе завершения III СТУПЕНИ (конец апреля – начало мая);
- итоговая диагностика достижений на этапе завершения IV СТУПЕНИ (конец апреля – начало мая).

Показатели качества сформированности планируемых результатов приведены ниже в «Листах наблюдения» по завершению каждой ступени.

На каждой ступени из 8 показателей.

В листах наблюдения педагогом вносятся баллы по показателям по каждому обучающемуся, затем определяется $\sum$ индивидуальных баллов обучающегося и $\sum$ баллов по каждому показателю. По этим данным определяются уровни сформированности качества планируемых результатов.

Определение уровней: 8 показателей $\times$ на 2 балла (максимальный балл) = 16 баллов максимально может набрать обучающийся.

Уровни сформированности качества планируемых результатов:

- низкий уровень – 0-4 баллов;
- пониженный уровень – 5-7 баллов;
- базовый уровень – 8-10 баллов;
- повышенный уровень – 11-13 баллов;
- высокий уровень - 14-16 баллов.

Обработанные результаты представляются в виде гистограммы в абсолютных единицах и неперсонифицировано.

Педагогический анализ проводится по итогам участия обучающихся в мероприятиях различного вида: открытых занятиях для родителей, концертах, спектаклях.

Педагогический анализ проводится по следующим группам показателей:

- умение выразить себя средствами музыки и танца;
- коммуникативные умения: взаимодействие с партнером, коллективом в исполнении танца, концертных номеров;
- ответственность за результаты всей группы в исполнении танца, концертных номеров.

Документальные формы по итогам педагогической диагностики являются достоверными результатами освоения обучающимися данной программы и составной частью результатов внутришкольного мониторинга.

Результаты предоставляются педагогической общественности, родителям как неперсонифицированная информация.

3.2 Методические материалы

1. Закон Об образовании в Российской Федерации
2. Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте РФ 29.11.2018 № 52831)
<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201811300034>
3. Санитарные нормы и правила <http://www.tehdoc.ru/sanitary.htm>
4. Барышникова Т. Азбука хореографии. – С.П.: АРГО, 1996.
5. Бекина С.И. и др. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
6. Богаткова Л. Хоровод друзей – М.: Детская литература, 1957.
7. Ваганова Н. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980.
8. Выготский Л.С. Психология творчества. – М.: Искусство, 1976.
9. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1989.
10. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. – М.: Советский спорт, 1990.
11. "Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов" Автор: Г. Прибылов)
12. Костровицкая В. Сто уроков классического танца. – Л.: Искусство, 1986.
13. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М.: Искусство, 1985.
14. Стуколкина М. Уроки характерного танца. Четыре экзерсиса. – М.: Всероссийское театральное общество, 1972.
15. Ткоченко Т.С. Народный танец. Часть 1, часть 2. – М.: Искусство, 1973.

Лист наблюдения достижения планируемых результатов обучающихся по хореографии 1 год обучения

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Показатели качества сформированности ожидаемых результатов								Σ индиви д. баллов обучаю- щегося	Уровни сформи- рованнос- ти качества планиру- емых результата- тов
		Двигается в соответств ии с характером музыки	Двигается в соответстви и с темпом и ритмом музыки	Исполняет танцевальн ые движения	Ориентиру ется в пространст ве на основе круговых и линейных рисунков	Исполняет движения в паре	Выполняет элементы партерной гимнастики	Выполняет подготовит ельные упражне- ния	Исполняет этюды		
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
Σ баллов по показателю											
		Средний балл									

Критерии оценки: 0 – качество не сформировано; 1 балл – качество сформировано частично; 2 балла – качество сформировано в полном объеме

Определение уровней: **8 показателей × на 2 балла** (максимальный балл) **=16 баллов** максимально может набрать обучающийся.

Уровни сформированности качества планируемых результатов: *низкий уровень* – 0-4 баллов; *пониженный уровень* – 5-7 баллов; *базовый уровень* – 8-10 баллов; *повышенный уровень* – 11-13 баллов; *высокий уровень* - 14-16 баллов. Обработанные результаты представляются в виде гистограммы в абсолютных единицах, неперсонифицировано.

Лист наблюдения достижения планируемых результатов обучающихся по хореографии 2 год обучения

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Показатели качества сформированности ожидаемых результатов								Σ индив ид. баллов обучаю - щегося	Уровни сформи- рованно с-ти качеств а планиру -емых результ а-тов
		Двигается в соответств ии с характером музыки	Исполняет движения в соответстви и с темпом и ритмом музыки	Характери- зует прослу- шанное произве- дение	Ориенти- руется в простран- стве на основе круговых и линейных рисунков	Исполняет танцеваль- ные композици и	Сохраняет интервал в движении	Передает игровые образы различного характера	Выполняет элементы партерной гимнастики		
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
Σ баллов по показателю											
Средний балл											

Критерии оценки: 0 – качество не сформировано; 1 балл – качество сформировано частично; 2 балла – качество сформировано в полном объеме

Определение уровней: **8 показателей × на 2 балла** (максимальный балл) **=16 баллов** максимально может набрать обучающийся.

Уровни сформированности качества планируемых результатов: *низкий уровень* – 0-4 баллов; *пониженный уровень* – 5-7 баллов; *базовый уровень* – 8-10 баллов; *повышенный уровень* – 11-13 баллов; *высокий уровень* - 14-16 баллов. Обработанные результаты представляются в виде гистограммы в абсолютных единицах, неперсонифицировано.

Лист наблюдения достижения планируемых результатов обучающихся по хореографии 3 год обучения

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Показатели качества сформированности ожидаемых результатов								Σ индивид. баллов обучаю- щегося	Уровни сформи- рованнос- ти качества планиру- емых результата- тов
		Применяет правила основных движений классичес- кого танца	Применяет правила основных движений народного танца	Выполняет упражнени я развиваю- щего комплекса	Исполняет движения с затактом	Выражает характер музыки в движении	Танцует русский танец с использова- нием притопа	Танцует русский танец с использова- нием припадани я	Танцует русский танец с использова- нием гармошки		
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
Σ баллов по показателю											
		Средний балл									

Критерии оценки: 0 – качество не сформировано; 1 балл – качество сформировано частично; 2 балла – качество сформировано в полном объеме

Определение уровней: **8 показателей × на 2 балла** (максимальный балл) **=16 баллов** максимально может набрать обучающийся.

Уровни сформированности качества планируемых результатов: *низкий уровень* – 0-4 баллов; *пониженный уровень* – 5-7 баллов; *базовый уровень* – 8-10 баллов; *повышенный уровень* – 11-13 баллов; *высокий уровень* - 14-16 баллов. Обработанные результаты представляются в виде гистограммы в абсолютных единицах, неперсонифицировано.

Лист наблюдения достижения планируемых результатов обучающихся по хореографии 4 год обучения

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Показатели качества сформированности ожидаемых результатов								Σ индивид. баллов обучаю- щегося	Уровни сформи- рованнос- ти качества планиру- емых результата- тов
		Выполняет упражнения подготови- тельного комплекса	Исполняет танцеваль- ные композици и технично	Исполняет танцеваль- ные композици и выразител- ьно и эмоционал- ьно	Выполняет танцеваль- ные комбинаци и классическ ого танца	Выполняет танцеваль- ные комбинаци и народного танца	Ориенти- руется на сценичес- кой площадке	Выступает на мероприя- тиях с хореограф ическим номером «Барыня»	Выступает на мероприя- тиях с хореограф ическим номером «Татарски й танец»		
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
Σ баллов по показателю											
		Средний балл									

Критерии оценки: 0 – качество не сформировано; 1 балл – качество сформировано частично; 2 балла – качество сформировано в полном объеме

Определение уровней: **8 показателей × на 2 балла** (максимальный балл) **=16 баллов** максимально может набрать обучающийся.

Уровни сформированности качества планируемых результатов: *низкий уровень* – 0-4 баллов; *пониженный уровень* – 5-7 баллов; *базовый уровень* – 8-10 баллов; *повышенный уровень* – 11-13 баллов; *высокий уровень* - 14-16 баллов. Обработанные результаты представляются в виде гистограммы в абсолютных единицах, неперсонифицировано.