

Министерство образования и молодёжной политики Владимирской области
Государственное казенное общеобразовательное учреждение Владимирской области
«Гусь-Хрустальная специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат»

«Рассмотрено»

на заседании педагогического совета

Протокол № 1 от

«30» августа 2024 г.

«Утверждаю»

Директор школы


Бугрова Т.А.



**Адаптированная дополнительная общеразвивающая
программа спортивной направленности «Спортивные танцы»**

Направленность – спортивная

Уровень: Базовый

Возраст обучающихся: 8-16 лет

Срок реализации: 2 года

Автор - составитель: Ефремова Анна Петровна,

педагог дополнительного образования.

г. Гусь-Хрустальный, 2024 год

РАЗДЕЛ № 1

Пояснительная записка

Каждый родитель хочет видеть своего ребенка добрым, чутким, уважительным, терпимым; коммуникабельным; трудолюбивым; самостоятельным; владеющим культурой поведения; эмоционально положительно чувствующим себя в окружающем мире; готовым к реальной жизни; умеющим находить, чувствовать, создавать прекрасное, оценивать явления и факты по законам гармонии и красоты, то есть высоконравственным и эстетически воспитанным человеком. Помочь ребенку стать таким человеком призвано дополнительное образование. Одной из причин его притягательности для детей является особая атмосфера доброжелательности, взаимного интереса единомышленников, партнерских отношений педагога и обучающихся, что создает благоприятный фон для реализации воспитательной деятельности и достижения высокой результативности учебного процесса. Особое место среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения занимает хореография. Она, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. К тому же, бесспорно, хореография-искусство, любимое детьми.

Программа разработана на основе следующих нормативных документов.

Нормативно правовое обеспечение программы:

Основные документы в сфере дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
3. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года"
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
9. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
10. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации

основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, разработанные в рамках реализации приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» Институтом образования ФГАУ ВО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» совместно с ФГБОУ ВО «Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина»;

11. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15 мая 2023 года № 1230-р «Об утверждении прилагаемых изменений, которые вносятся в распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 15, ст. 2534)»

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования на федеральном уровне:

1. Паспорт Национального проекта «Успех каждого ребенка» Федерального проекта «Образование»;
2. Постановление Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (с изменениями и дополнениями);
3. Письмо Минобрнауки России от 03.07.2018 № 09-953 «О направлении информации» (вместе с «Основными требованиями к внедрению системы персонализированного финансирования дополнительного образования детей в субъектах Российской Федерации для реализации мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в рамках государственной программы Российской Федерации "Развитие образования»);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15 апреля 2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
5. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Письмо Минфина России от 6 августа 2019 г. № 12-02-39/59180 «О порядке и условиях финансового обеспечения дополнительного образования детей в негосударственных образовательных организациях»;
7. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации № Р-136 от 17 декабря 2019 г. «Об утверждении методических рекомендаций по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», и признании утратившим силу распоряжения Минпросвещения России от 1 марта 2019 г. №Р-21 «Об утверждении рекомендуемого перечня средств обучения для создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 6 марта 2020 г. № 84 «О внесении изменений в методику расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
9. Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации МР-81/02-вн от 28.06.2019, утвержденные заместителем министра просвещения РФ М.Н. Раковой, по

вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме;

10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
11. Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976-04 «Методические рекомендации по реализации курсов, программ воспитания и дополнительных программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02.02.2021 № 38 "О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей"
13. Об утверждении методик расчета показателей федеральных проектов национального проекта "Образование"
14. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467»

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования во Владимирской области:

1. Паспорт регионального проекта «Успех каждого ребенка»;
2. Распоряжение Администрации Владимирской области от 09 апреля 2020 № 270-р «О введении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Владимирской области»;
3. Распоряжение Администрации Владимирской области от 20 апреля 2020 № 310-р «О создании Регионального модельного центра дополнительного образования детей Владимирской области»;
4. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 28 апреля 2020 № 470 «Об исполнении распоряжения администрации Владимирской области от 20.04.2020 № 310-р»;
5. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области»;
6. Приказ Министерства образования и молодежной политики Владимирской области от 30.08.2023 года №1374 "Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей во Владимирской области"»;
7. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 14 марта 2020 «Об утверждении медиаплана информационного сопровождения внедрения целевой модели развития системы дополнительного образования детей Владимирской области в 2020 году»;
8. Постановление Администрации Владимирской области от 09.06.2020 №365 "Об утверждении Концепции персонифицированного дополнительного образования детей на территории Владимирской области".

9. Распоряжение Департамента образования Владимирской области от 30 июня 2020 № 717 «Об исполнении постановления администрации Владимирской области от 09.06.2020 № 365»
10. Распоряжение Администрации Владимирской области от 02 августа 2022 года № 735-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей Концепции развития дополнительного образования детей во Владимирской области до 2030 года»;
11. Приказ МОиМП от 21.06.2023 года №1077 "О внесении изменений в распоряжение Департамента образования Владимирской области от 31.08.2022 № 795";

Актуальность программы: Актуальность занятий спортивными танцами заключается в том, что у многих нынешних детей большие проблемы с осанкой, с физической выносливостью, низкая работоспособность. Одним из неблагоприятных факторов, влияющих на здоровье детей и подростков, является их недостаточная подвижность, статичность. Интеграция в учебное пространство альтернативных форм двигательной активности (хореографии, танца, ритмики) отвечает современным основам здоровьесберегающей педагогики.

Бальные спортивные танцы отличаются многообразием различных движений. Движения, сопровождающиеся музыкальным сопровождением, удваивают свои оздоравливающие возможности. Правильно организованные занятия танцами совершенствуют пластику, развивают музыкальный слух и чувство ритма, тренируют и закаляют функциональные системы организма. Занятия хореографией и танцами способствуют совершенствованию нервной системы, положительным сдвигом в ее состоянии (Сократов Н.В., Корнева И.Н. 2003г). Это связано с мощным потоком афферентных импульсов, изменениями во внутренней среде организма. Звуковой ритм, музыкальная синхронизация оказывают благоприятное влияние на ритм сердечных сокращений, глубину и частоту дыхания.

Своевременность, необходимость, соответствие потребностям времени: Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей с ОВЗ разных возрастов основные направления танца: народный, классический и эстрадный. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет дать детям широкий круг знаний, помочь найти и реализоваться каждому ребенку в «своем» направлении.

Направленность программы: физкультурно-спортивная и предполагает общекультурный уровень освоения.

Отличительные особенности программы: Программа опирается на учебное пособие «Азбука классического танца. Первые три года обучения.» Н.П. Базаровой и В.П. Мей, а так же рабочие программы «Классический танец (1 и 2 классы) Л.П. Балдиной и С.А. Балдина, «Классический танец (3-7 классы) А.И. Марченковой, «Классический танец» О.А. Трусовой и С.В. Щербакова. Данный материал переработан и адаптирован обучению детей с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями).

Адресат программы: Программа адресована детям от 8 до 16 лет.

Объем и срок освоение программы: Срок освоения программы - 2 года (с сентября- по май учебного года). Общее количество учебных часов по программе - 102 часа.

Программа ориентирована на обучающихся 8-10 лет группами по 5-15 человек и 11-16 лет группами по 5-15 человек. Расписание занятий и подгруппы формируются в соответствии с планом постановок педагога, графиком конкурсов и фестивалей, потребностями учреждения.

Для достижения наилучшего результата учащимися, образовательный процесс разбит на 2 этапа:

1 этап – разминка и растяжка;

2 этап – работа над постановками.

Программа является модифицированной и составлена на основе традиционных программ и методов преподавания хореографических дисциплин.

Год обучения (модуль)	Минимальная численность детей в группе	Максимальная численность детей в группе
1	5	15
2	5	15

Форма обучения: Очная

Особенности организации образовательного процесса: Группа учащихся разных возрастных категорий (разновозрастная группа) являющиеся танцевальным объединением «Калейдоскоп». Состав группы постоянный.

Режим занятий:

Год обучения/ Учебная нагрузка	
1 год /34 часа	1 час 1 раз в неделю
2 год/ 68 часа	1 час 2 раза в неделю

Продолжительность одного занятия для учащихся до 8 лет -30 минут, старше 8 лет- 40 минут (в соответствии с требованиями Сан-Пин), перемены -10 минут.

Цель программы: Развитие художественно-эстетических и физических качеств личности ребенка, независимо от их способностей и внешних данных, средствами танцевального искусства.

Задачи программы:

Личностные:

- формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;
- привить навыки здорового образа жизни;
- помочь в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между обучающимися;
- способствовать формированию творческой личности;
- формировать ценности многонационального российского общества;
- формировать уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развивать этические качества, доброжелательность и эмоционально нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- развить навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- реализовать творческий потенциал в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- формировать позитивную самооценку своих танцевальных и творческих способностей.

Метапредметные:

- обогащение художественного воображения и ассоциативной памяти;
- обучение детей приемам самоконтроля и взаимоконтроля.
- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- формировать умение конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- формировать умение работать с разными источниками информации;
- формировать умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

Предметные:

- активизировать специфические виды памяти: моторную, слуховую и образную;
- прививать специальные навыки: координацию, ловкость, силу, выносливость, гибкость, правильную осанку;
- формировать навыки правильного и выразительного движения в области хореографии;
- обучить детей приемам актерского мастерства, способствовать развитию чувства ритма, темпа, исполнительных навыков в танце;
- развивать силу, выносливость, гибкость, координацию движений;
- укреплять здоровье;
- формировать сопричастность общему делу и общему успеху; обеспечить практическое применение теоретических знаний в области различных танцевальных техник.

Планируемые результаты:

К концу учебного года учащиеся должны знать: единые требования о правилах поведения и требования к внешнему виду на занятиях; термины азбуки классического танца - позиции ног, позиции рук, plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jamb parterre, sote, tour).

Уметь: грамотно выполнять изученные элементы; самостоятельно и грамотно выполнять движения; исполнять хореографический этюд в группе; эмоционально и технически верно выступать перед зрителями; ориентироваться в пространстве; соединять отдельные движения в хореографической композиции.

Личностные:

- овладеть общей культурой личности (ребенка), способной адаптироваться в современном обществе;
- овладеть навыками здорового образа жизни;
- овладевать художественным вкусом, эмоционально-ценностным отношением к искусству;
- социализироваться в коллективе;
- формировать творческую личность;
- овладение умением уважительно относиться к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение этическими качествами, доброжелательностью и эмоционально нравственной отзывчивостью, пониманием и сопереживанием чувствам других людей;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умением не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- реализовывать творческий потенциал в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- сформировать позитивную самооценку своих танцевальных и творческих способностей.

Метапредметные:

- обогащение художественного воображения и ассоциативной памяти;
- овладеть приемам самоконтроля и взаимоконтроля;
- овладеть способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- овладеть умением понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способностью конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- овладеть умением определять общую цель и пути ее достижения;
- овладеть умением договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- овладеть умением осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- овладеть умением конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладеть умением работать с разными источниками информации, стремлением к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;

Предметные:

- активизирование специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной;
- физическое совершенствование и овладение специальными навыками: координацией, ловкостью, силой, выносливостью, гибкостью, правильной осанкой;
- овладеть навыками правильного и выразительного движения в области хореографии;
- овладеть приемами актерского мастерства, чувством ритма, темпа;
- развивать силу, выносливость, гибкость, координацию движений;
- укрепление здоровья;
- формировать сопричастность общему делу и общему успеху;
уметь практически применить теоретические знания в области различных танцевальных техник.

Содержание программы Учебный план

Программа разделена на отдельные тематические часы, но в связи со спецификой занятий в объединении границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического или народного танца, а также упражнения на ритмичность, музыкальность и актерское мастерство. Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Наименование раздела	Общее кол-во	1 год			2 год		
		всего	теория	практика	всего	теория	практика
Основы хореографии	24	8	2	6	16	4	12
Классический танец	11	3	1	2	8	2	6
Партерная гимнастика	27	9	2	7	18	4	14
Спортивный танец.	21	7	1	6	14	2	12
Вальс	15	5	1	4	10	2	8
Аттестация по итогам года	4	2	1	1	2	1	1
ИТОГО	102	34	8	26	68	15	53

Содержание учебного - тематического плана базового уровня 1 год обучения

Тема №1. Основы хореографии.

Теория. Что такое хореография. Понятия ритм и темп. Перестроения. Инструктаж по правилам техники безопасности: поведение перед занятием, во время занятия, по окончании занятия, в здании учреждения.

Практика. Знакомство с детьми: игры на знакомство. Основные позиции и положения рук и ног в хореографии. Направления и порядок передвижений, интервалы, точки зала, диагонали.

Тема №2. Классический танец.

Теория. Понятие классического танца.

Практика. Общеразвивающие упражнения. Разминка по кругу: шаг с носка, шаг на п/пальцах и на пятках, галопы (лицом в круг и спиной), подскоки, лёгкий бег. Позиции рук и ног в хореографии. Открытое занятие — зачёт.

Тема №3. Партерная гимнастика.

Теория. Знакомство с понятием гимнастика.

Практика. Упражнение № 1. «Иголочка», «Утюжок» Сгибание и вытягивание стоп. Направлено на укрепление голеностопа, растяжки ахиллова сухожилия, вытянутости ног в коленях и в стопах, укреплению мышц спины. Способствует профилактике плоскостопия. Музыкальный размер – 2/4. Исходное положение. – сесть на пол с опорой на руки сзади. На счет «раз» носки на себя; на счет «два» вытянуть носки, стараясь коснуться большими пальцами пола.

Упражнение № 2. «Солнышко» Круговые движения стопами. Направлено на растяжение связок голеностопа, в будущем позволяет добиться выворотности I позиции. Музыкальный размер – 2/4. Исходное положение – сесть на пол с опорой на руки сзади. Круговые движения стопами.

Тема №4. Спортивный танец.

Теория. Знакомство с понятием спортивный танец. Направления спортивного танца.

Практика. Аэробика. Соединение танцевальных упражнений. Упражнения на силовую подготовку

Тема №5. Вальс.

Теория. Знакомство с понятием вальс.

Практика. Встаем в стойку. Колени чуть согнуты. Во время движения корпус движется вместе с ногой. Вначале все шаги учатся отдельно партнером и партнершей под счет, затем под музыку. Когда шаги будут выполняться под музыку без ошибок, партнеры могут стать в пару в закрытую позицию вальса и потренироваться уже в паре вначале под счет, потом только под музыку. Партнер начинает с шага под номером 1, партнерша с шага под номером 4. Начало каждого такта подчеркивается сильным, более интенсивным движением, поэтому в таблице каждый счет раз выделен жирным шрифтом.

Аттестация по итогам года – 2 часа. Практика -отчётный концерт (май), теория – 1 часа: игра «Хореография и её особенности»

Содержание учебного - тематического плана базового уровня 2 год обучения

Тема №1. Основы хореографии.

Теория. Направления в хореографии. Понятия ритм и темп. Представление о хореографии в целом.

Практика. Направления и порядок передвижений, интервалы, точки зала, диагонали. Перестроения. Введение в программу. Вводный контроль Викторина. Выполнение комбинаций.

Тема №2. Классический танец.

Теория. Разновидности классического танца.

Практика. Позиции рук и ног в хореографии. Позиции рук: 1. I – руки согнуты в локтях, близко к диафрагме, локти в сторону; 2. II – руки в сторону, ладони вниз; 3. III – руки вверх, ладони «смотрят» друг на друга. Позиции ног: 1. I – пятки вместе, носки врозь; 2. II- ножки стоят на расстоянии друг от друга, пятки смотрят на против друг другу, носки в сторону; 3. III – одна нога стоит выворотной, другая пяткой прикасается к середине стопы другой ноги; 4. V – нога стоит выворотной, пяткой другой ноги соединяется с носком выворотной ноги, а носок касается пятки; 5. VI – стопы стоят вместе. Открытое занятие — зачёт.

Тема №3. Партерная гимнастика.

Теория. Гимнастические понятия: гибкость, эластичность мышц, сила мышц.

Практика. Упражнение № 1. «Складочка» Наклон корпуса вперед. Упражнение способствует развитию гибкости корпуса вперед, вытянутости ног в коленях. Музыкальный размер – 3/4. Исходное положение – сесть на пол, руки вверх. На счет «раз-два-три» наклон вперед, стараясь грудью коснуться ног, руки вперед, ноги в коленях не сгибать; на счет «четыре» вернуться в исх. положение.

Упражнение № 2. «Лягушка» Упражнение способствует выворотности бедра. Упражнение может выполняться сидя, а также лежа на животе. Музыкальный размер – 3/4. Исходное положение – сесть на пол, ноги согнуть в коленях, бедра отвести назад в стороны, стопы соединить подошвенной частью. На счет «раз-два-три» опустить их как можно ниже к полу; на счет «четыре» вернуться в исх.положение.

Упражнение № 3. «Уголок» Упражнение направлено на укрепление мышц брюшного пресса. Музыкальный размер – 2/4. Исходное положение – сидя на полу, ноги вместе, стопы вытянуты, спина прямая, немного прогнута. На счет «раз-два» поднять прямые ноги, на счет «тричетыре» опустить в исходное положение.

Тема №4. Спортивный танец.

Теория. Понятие спортивного танца.

Практика. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Разминка на середине: наклоны головы вперед, назад и в стороны, повороты головы вправо-влево, круговые движения головой по полукругу, подъём плеч вверх-вниз, круговые движения плечами вперед-назад, работа грудной клетки вперед-назад, квадрат грудной клетки, круговые движения бёдер вправо-влево, «восьмёрка», полукруг, releve по I. II. VI позициям, подъём согнутой в колене ноги, прыжки, с поджатыми «разножки», stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, наклон к ноге: вперед и назад, приседание. Экзерсис на полу. Экзерсис на полу направлен на расширение технических способностей учащихся. Экзерсис выработан на основе многочисленных методик гимнастических упражнений, применяемых в хореографических школах, студиях, спорте.

Тема №5. Вальс.

Теория. Знакомство с венским вальсом.

Практика. Упражнение №1

Такт 3/4 Шаг вперед правой ногой, каблук скользит вдоль паркета, и нога ставится на каблук, вес переносится на всю стопу.

Широкий шаг в сторону левой ногой, нога ставится на носок, тело приподнимается вверх, ноги выпрямляются

Правая нога приставляется к левой в шестую позицию, при сближении ног происходит опускание с носка на каблук

Шаг назад левой ногой, ноги слегка согнуты, носок левой ноги скользит вдоль паркета, и в конце движения вес переносится на всю стопу

Шаг в сторону правой ногой, нога ставится на носок, тело приподнимается вверх, ноги выпрямляются

Левая нога приставляется к правой в шестую позицию, происходит опускание с носка на каблук.

Аттестация по итогам года – 2 часа. Практика -отчётный концерт (май), теория – 1 часа: игра «Хореография и её особенности»

Аттестация по итогам года – 2 часа. Практика -отчётный концерт (май), теория – 1 часа: игра «Направления танцевального спорта»

РАЗДЕЛ № 2

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график:

Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
1	34	34	1 раз в неделю
2	34	68	2 раза в неделю

Условия реализации программы.

Материально-технические условия: учебный музыкальный класс (гимнастический ковер); актовый зал; костюмерная; сценические костюмы; атрибуты (предмет) для постановки номера.

Форма учащихся: для девочек: чёрный купальник – рукава $\frac{3}{4}$, чёрные лосины, чёрные балетки, идеально убранная голова (комелёк); для мальчиков: белая футболка, чёрные велосипедки, чёрные балетки, чёрные носки.

Информационное обеспечение: аудиоаппаратура (музыкальный центр, акустические колонки, стойки под аппаратуру, микшерный пульт), ноутбук, экран, видеопроектор.

Формы аттестации:

Начальный контроль – викторина, исполнение комбинаций, музыкальность, координация, интерес к занятиям, отзыв детей и родителей (сентябрь - октябрь).

Промежуточная аттестация: по классическому танцу - исполнение комбинаций у станка: plie, battment tendu (ноябрь), исполнение вращений (январь); исполнение прыжков (март). Открытое занятие - зачёт Промежуточная аттестация: Выступление по современному танцу – техника владения танцевальной композицией (декабрь - май); Итоговая аттестация: практика - отчётный концерт (май);

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Журнал посещаемости, грамоты, видеозаписи, протокол конкурсов, фото, статьи в соц. сетях.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

Концерт, открытые занятия, праздники, фестивали, отчетные концерты.

Оценочные материалы: материалы анкетирования и тестирования, выполнение практических заданий, журнал учёта работы педагога, отзывы детей и родителей. Оценивание критериев выступлений.

Методические материалы.

Особенности организации образовательного процесса: Очное.

Методы обучения: словесный, наглядно- практический.

Формы организации образовательного процесса: Групповая.

Формы организации учебного занятия: практическое занятие, мастер-класс, открытое занятие, концерт, конкурсы, праздник, фестиваль.

Педагогические технологии- технология группового обучения, технология дифференцированного обучения.

Алгоритм учебного занятия:

1. Приветствие – reverence.
2. Разогрев.
3. Общий разогрев мышц (комбинации).
4. Партерная гимнастика.
5. Разучивание танца.
6. Рефлексия.
7. Поклон - reverence.

Дидактические материалы:

Основной метод работы хореографа – объяснение. Объяснение-показ и словесное объяснение. Каждое упражнение при его изучении обязательно демонстрируется педагогом на собственном примере или на учащихся. Демонстрация всегда сопровождается словесным объяснением тонкостей упражнения (характер, высота, ритмичность, логика построения и т.д.). Демонстрация и объяснение вместе дают учащимся полную картину того, чего требует

от них педагог и включают разные виды памяти: зрительную, слуховую, двигательную. При необходимости, педагог выполняет упражнения параллельно с учащимися, что позволяет им «снимать» с педагога и примерять на себя упражнения, позы и т.п.

Данная программа построена с учетом традиционных методик, таких как:

- Система преподавания классического танца А. Я. Вагановой;
 - Теория сценического искусства, метода актерской техники К. С. Станиславского;
- а также современных образовательных технологий и методик:
- Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение;
 - Технология игрового обучения;
 - Технология здоровьесберегающего обучения;
 - Информационные технологии;
 - Метод личностно-ориентированного образования.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература:

1. Полятков, С. С. Основы современного танца/С. С. Полятков.-2-е изд.-Ростовна-Дону: Феникс,2008 г.
2. Основы подготовки специалистов-хореографов : хореографическая педагогика : учебное пособие для вузов / Е. Н. Громова [и др.] ; Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов. - СПб. : издательство СанктПетербургского гуманитарного университета профсоюзов, 2008.
3. Никитин В. Ю. Модерн джаз-танец. – М.: ГИТИС, 2008.
4. Лопухов, А. В. Основы характерного танца / А. В. Лопухов, А. В. Ширяев, А. И. Бочаров. - 3-е изд., стереотип. - СПб. : Лань, 2007.

Электронные ресурсы:

1. Информационные ресурсы МГИК: <http://lib.mgik.org>

Дополнительная литература:

1. Воронина, И. Историко-бытовой танец / И. Воронина. - М., 2004.
2. Гай Говард. Техника европейских танцев. - Москва : Артис, 2003.
3. Ивлева, Л. Д. Джазовый танец : учебное пособие для студентов и преподавателей институтов искусства и культуры, колледжей и училищ культуры / Л. Д. Ивлева. - 2- е изд. - Челябинск, 2000.
4. Фольклор-музыка-театр : Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками : программнометодическое пособие. - М. : ВЛАДОС, 2003.
5. Современный словарь-справочник по искусству / Науч. ред. и сост. А.А. Мелик-Пашаев. - М., 2000.
6. Фельденкрайз М. Искусство движения. Уроки мастера. Москва, ЭКСМО, 2003.
7. Фомин, Анатолий Савельевич. Танец в системе воспитания и образования Природа, теория и функции танца:учебное пособие для вузов/А. С. Фомин ; Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО Новосибирский государственный педагогический университет. Т. 1:Природа, теория и функции танца.-2005