

Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр «Юбилейный»

ПРИНЯТО
Методическим советом
МАУ ДО ДЮЦ «Юбилейный»
Протокол заседания
№ _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО ДЮЦ «Юбилейный»
_____/О.Л.Вискова/

**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Формула движения»**

для хореографического коллектива
возраст участников программы – с 7 лет,
срок реализации – 72 часа

Составители:

Осокина Надежда Алексеевна –
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории,
Уханова Кристина Алексеевна –
педагог дополнительного образования
Потемкина Ирина Андреевна
педагог дополнительного образования

Нижний Новгород
2021

Содержание

I. Пояснительная записка	3
II. Планирование деятельности	7
2.1. Календарный учебный график	7
2.2. Учебный план	8
III. Рабочая Программа	9
3.1. Учебно-тематическое планирование	10
3.2. Содержание модулей Программы	10
3.3. Оценочные материалы	11
IV. Методическое обеспечение программы	13
4.1. Методические рекомендации	13
4.2. Методика контроля образовательной деятельности	14
4.3. Методика оценки результатов обучения	15
4.4. Методические материалы	16
4.5. Методическая литература	17
V. Информационное сопровождение	17
5.1. Литература для педагогов	17
5.2. Литература для учащихся	17

I. Пояснительная записка

Современное дополнительное образование детей находится в процессе динамических изменений, вызываемых радикальными политическими и социально-экономическими реформами. Социальная активность, нравственность, реализация способностей личности – главные задачи образования, успешность решения которых во многом зависят от направления и темпов реформ образования. Способствовать решению основных задач образования призвано искусство, в том числе и искусство хореографии.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Занятия хореографией направлены на укрепление психического и физического здоровья, получение общего эстетического, нравственного и физического развития.

Танец как вид музыкально-пластического искусства, отражающего окружающую жизнь в художественных образах и воплощающего их с помощью выразительных движений исполнителей, отвечает двигательной природе детского воображения. Именно в танце творческое воображение ребенка может развиваться эффективнее, чем в других видах детской деятельности. В связи с этим становится очевидным возможности искусства танца в развитии творческого потенциала ребенка.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося

Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Данная программа *педагогически целесообразна*, так как позволяет сформировать у учащихся определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии.

Программа разработана с учетом:

- Федерального закона от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»,
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Устава МАУ ДО ДЮЦ Юбилейный.

Программа «Формула движения» разработана с учетом современных образовательных технологий:

- личностно - ориентированного обучения;
- здоровьесберегающей технологии;
- технологии коллективно-творческой деятельности.

В основу реализации программы положены следующие педагогические принципы:

- личностно-ориентированный - предполагает помощь педагога в выявлении возможностей и реализации интересов учащегося;
- систематичности и последовательности - система знаний создается в той последовательности, которая определяется внутренней логикой учебного материала и познавательными возможностями учащихся; постановка последующих задач происходит после успешного освоения предыдущего материала;
- природосообразности – обучение определяется возрастными особенностями учащихся и зависит от их индивидуальных особенностей;
- изустно-пластического обучения – педагог передает свои знания не только через рассказ, но и обязательный педагогический показ.

Цель программы - развитие творческих способностей через формирование системы специальных знаний, умений и навыков учащихся, позволяющих активно обогащать и расширять опыт хореографической деятельности.

Цель программы достигается решением ряда **задач**.

Образовательные задачи:

1. Сформировать основные теоретические и практические знания, умения и исполнительские навыки, позволяющие грамотно исполнять танцевальные композиции;
2. Сформировать мотивацию здорового жизненного стиля, осуществлять физическое развитие учащихся.

Развивающие задачи:

1. Развить творческие способности;
2. Развить эмоциональность, мышление, воображение и творческую активность;
3. Развить музыкальные способности: слух, ритм, память.

Воспитательные задачи:

1. Воспитать художественный вкус, культуру общения, дисциплину, самостоятельность, потребность вести здоровый образ жизни;
2. Воспитать коммуникативные качества личности;
3. Содействовать в самоопределении, социальной адаптации личности.

Уровень программы – общеразвивающий. Программа направлена на развитие у детей умения грамотно, музыкально, красиво и выразительно исполнять хореографические произведения.

Условия реализации программы

Программа «Формула движения» рассчитана на 72 часа занятия с детьми школьного возраста. Возраст участников реализации программы с 7 лет. По данной программе занимаются дети, прошедшие предварительный отбор. Условиями отбора детей в коллектив являются: наличие желания заниматься хореографией, способность к систематическим занятиям, наличие определенных хореографических способностей (чувство ритма, гибкость тела, растяжка) и физических данных, необходимых для занятий хореографией.

При поступлении на обучение по программе «Формула движения» каждый ребенок и подросток диагностируется по восьми показателям: осанка, выворотность, подъем стопы, танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений, музыкально-ритмическая координация.

Занятия групповые (учебная группа, малая подгруппа).

Общий объем программы – 72 часа.

Режим занятий: занятия 2 раза в неделю по 1 часу

Образовательный процесс организован в соответствии с возрастными психологическими и физическими особенностями и возможностями детей. Программа предусматривает дифференцированный подход к обучению, комплектование групп, подбор репертуара осуществляется с учетом способностей учащихся.

Для реализации программы «Формула движения» необходима материально-техническая база:

1. Помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям и соответствующее особенностям занятий.
2. Балетные станки, зеркала
3. Музыкальный инструмент – синтезатор
4. Аудиоаппаратура

В результате освоения программы учащиеся:

- приобретут необходимый базовый материал для формирования хореографической грамотности;
- научатся чувствовать красоту окружающего мира, выделять и оценивать в потоке массовой культуры настоящее искусство;
- сформируют в себе потребность к творческой деятельности;
- осознают важность степени качества личного участия в общем деле.

Комплекс знаний, умений, навыков, выработанных в процессе обучения по Программе:

- 1) грамотное исполнение изучаемых движений: правильно держать корпус, двигаться в соответствии с темпом и характером музыки, выполнять свободные и точные перестроения в пространстве;
- 2) умение переключаться с одного вида деятельности на другой;
- 3) знание терминов классического экзерсиса;
- 4) исполнение упражнений классического экзерсиса;
- 5) знание и исполнение движений стилей современного танца.

Программа «Формула движения» предполагает различные формы контроля.

Задачи контроля:

- определение фактического состояния качества образования учащегося в определенный момент времени;
- определение причин выявленных отклонений от заданных параметров;
- обеспечение устойчивого состояния учащегося.

Основные методы и формы контроля над образовательным процессом:

- наблюдение педагога в ходе занятий;
- аттестация.

Формы подведения итогов работы по программе:

- открытое занятие,
- контрольное занятие.

Критериями оценки знаний, умений и навыков учащихся является:

- уровень предусмотренных программой теоретических знаний;
- уровень основных двигательных умений и навыков;
- степень самостоятельности в работе.

2.2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Формула движения»

Срок реализации программы: 72 часа

№	Наименование модулей программы	год обучения		
		Всего нед.	Всего час.	Атт.нед./ час.
1.	Элементы классического экзерсиса	11	22	
2.	Современная хореография. (Раздел: Поэтапный разбор выполнения трюковых элементов современной хореографии с соблюдением техники безопасности)	23	46	
3.	Открытые, контрольные занятия	2	2	
Всего по программе:		36	70	1/2
Всего недель /часов по программе с учетом аттестации		36/72		

III. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей)
программы
«Формула движения»

3.1. Учебно-тематическое планирование

№	Наименование модулей	Теория	Практика	Всего
1.	Элементы классического экзерсиса	6	16	22
2.	Современная хореография (Раздел: Поэтапный разбор выполнения трюковых элементов современной хореографии с соблюдением техники безопасности)	10	36	46
3.	Открытое занятие	-	2	2
Всего часов		16	54	70
	Аттестация в форме зачетного занятия			2

3.2. Содержание модулей Программы

Модуль 1. Элементы классического экзерсиса

Содержание модуля обучения

Теория. Движения у станка одной рукой. Особенности техники исполнения.

Практика.

Классический экзерсис у станка: комбинации движений demi, grand plie (в I, II, V п.н.), battement tendu (из V п.н.), battement tendu jete, rond de jambe par terre, releve lent, port de bras; grands battements jetes.

Прыжки у станка: pas echange (на II п.н.), pas assemblees.

Экзерсис на середине зала: комбинации движений demi, grand plie (в I, II, V п.н.), battement tendu (из V п.н.), battement tendu jete, rond de jambe par terre, grands battements jetes, прыжки - temp leve sauté (в I, II, V п.н.). Позиции рук (I, II, III). Позы классического танца: croise, efface, en face.

Теория. Разновидности прыжков. Техника исполнения прыжка. Техника безопасности при исполнении прыжка.

Практика.

Классический экзерсис у станка: комбинации движений demi, grand plie (в I, II, IV, V п.н.), battement tendu (из V п.н.), battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement frappe, battement fondu, port de bras; releve lent, battements developpes, grands battements jetes.

Экзерсис на середине: demi, grand plie (в I, II, IV, V п.н.), battement tendu (из V п.н.), battement tendu jete, rond de jambe par terre, port de bras; grands battements jetes. Позы классического танца: croise, эффасе. Позиции рук (I, II, III).

Allegro: temps leve sauté (в I, II, V п.н.), pas echappe (на II п.н.), pas assembles, pas jetes.

Модуль 2. Современная хореография (Раздел: Поэтапный разбор выполнения трюковых элементов современной хореографии с соблюдением техники безопасности)

Содержание модуля обучения

Теория. Техника владения телом. Техника исполнения движений в жанре «современный танец».

Практика. Изучение движений современного танца. Соединение в комбинации движений, изученных ранее. Сочетания различных ритмов во время движения, например один центр исполняет движение медленно и плавно, другой - акцентировано и резко; изгиб позвоночника (вперед, назад, в стороны). Выполнение упражнений стрэтч-характера в положениях: «стоя», «сидя», «лёжа»; комбинации шагов в различных направлениях с координацией рук; вращения. Упражнения на развитие координации (усложненные, контрастные по темпу и ритму исполнения, асинхронные).

Теория. Правила исполнения поддержек и трюков. Техника безопасности трюковых движений.

Практика. Комбинации движений с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней различных способов вращения, поворотов на двух ногах и на одной ноге, исполнение прыжков. Разучивание трюковых элементов и поддержек.

Примерный репертуарный план

Выполнение комбинаций из трюковых элементов современной хореографии с соблюдением техники безопасности.

3.3. Оценочные материалы

Оценочные материалы программы - комплекс согласованных между собой оценочных средств (заданий), их спецификаций, а также организационно-методических и инструктивно-справочных документов, обеспечивающих оценку компетенций учащихся по предмету.

Содержание аттестации по классическому танцу учащихся

Теоретическая часть:

- Направления танцевального искусства
- Знание хореографической терминологии
- Знание правил исполнения основных движений классического танца

Практическая часть:

- Исполнение комплекса упражнений на координацию движений
- Исполнение основных движений классического танца
- Исполнение танцевальных комбинаций.

Содержание аттестации по современной хореографии учащихся

Теоретическая часть:

- Терминология основных движений современного танца
- Знание правил исполнения основных движений современного танца.

Практическая часть:

- Исполнение танцевальных движений, комбинаций различных стилей современной хореографии
- Самостоятельное составление танцевальных композиций.

Примерный тест для аттестации

1. Отметьте жанровую форму хореографии, часто используемую в театрализованном представлении:

- а) массовый танец
- б) народный танец
- в) танцевальная сюита
- г) хореографическая картинка

2. Отметьте танец, который не относится к жанровым формам хореографии:

- а) пластический танец
- б) дуэтный танец
- в) современный танец
- г) джаз-модерн танец

3. Что является целью хореографического искусства?

- а) развитие сюжетного содержания
- б) создание танцевальных композиций
- в) сохранение и развитие танцевального фольклора
- г) развитие современных направлений танца
- д) создание музыкально-пластического образа

4. Какое выразительное средство является приоритетным для хореографического искусства?

- а) образ
- б) пластика
- в) музыка
- г) костюм

5. К традиционным формам хореографии относится:

- а) перепляс

- б) антре
- в) коленце
- г) шоу
- д) парный танец

6. Отметьте наиболее близкий к хореографии вид искусства:

- а) музыка
- б) опера
- в) цирк
- г) пантомима

7. К классическим формам хореографии относится:

- а) сюита
- б) дивертисмент
- в) па-де-де
- г) антре
- г) вальс

IV. Методическое обеспечение программы

4.1 Методические рекомендации

Основная форма организации образовательной деятельности - учебное занятие. При реализации программы используются следующие формы занятий:

- по дидактической цели - вводные занятия, практические занятия, занятия по контролю знаний, умений и навыков.
- по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей - открытое занятие.

При организации образовательной деятельности используются следующие методы обучения:

- ✓ объяснительно-иллюстративный (личный пример педагога);
- ✓ словесный метод (беседа, рассказ, обсуждение);
- ✓ практический (разучивание по элементам, по частям, целиком).

В организации учебного процесса используются следующие современные методы обучения:

1. Электронные презентации, фильмы;
2. Групповые дискуссии, метод обсуждения.

Во время занятий необходимо научить детей правильно воспринимать музыку и уметь передавать ее содержание в танце.

В процессе обучения хореографии преподаватель должен добиваться от учащегося выразительного исполнения движений на всех этапах занятия.

Основные качества физической подготовки

Выворотность ног - способность развернуть ноги (бедро, голени, стопы) в положение en dehors (наружу), когда при правильно поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу. Выворотное положение ног во время танца обеспечивает артисту возможность свободного выполнения движений и создает условия, которые отвечают законам красоты и эстетики.

Гибкость – одно из главных профессиональных качеств. Это максимальная подвижность в суставах, определяющая амплитуду движений. Вводя в тренировочный арсенал упражнения для развития гибкости, следует учить детей проявлять осторожность, последовательность и быть предельно внимательными к сигналам своего тела.

Музыкально-ритмическая координация – это умение согласовывать движение корпуса рук и ног во времени и пространстве под музыку. Необходимо, чтобы музыкальное сопровождение занятий хореографией было разнообразным: быстрым, медленным, ритмичным энергичным или плавным, спокойным.

Все эти качества нарабатываются на систематических занятиях хореографией при соблюдении основных дидактических принципов обучения.

Методика проведения занятия

Занятия строятся по принципу от простого к сложному и являются очередным последовательно усложняющимся звеном в цепи всего курса обучения. Каждое занятие состоит из следующих частей:

1 часть - разминка, включающая в себя упражнения на координацию движений, развитие и укрепление мышц, связок, выработки правильной осанки, походки и т.д.

2 часть – партерная гимнастика, состоящая из упражнений, направленных на развитие гибкости тела, растяжки мышц, разогрев стоп;

3 часть – экзерсис у станка – работа над постановкой корпуса, рук, ног, головы. В эту часть занятия входит и allegro - освоение различных прыжков. Далее выполнение комбинированных заданий и этюдов.

4 часть – выполнение комбинированных заданий и этюдов.

5 часть – постановка и отработка хореографических миниатюр, композиций.

4.2. Методика контроля образовательной деятельности

Основные формы контроля - педагогическое наблюдение, оценка участия, педагогический анализ результатов, открытое занятие.

Форма аттестации – зачетное занятие.

Педагогическое наблюдение как основная форма контроля используется систематически в целях выявления уровня освоения материала на учебном занятии. При этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки. Формы контроля – педагогическое наблюдение, анализ выполненного задания.

Открытое занятие позволяет проверить степень освоения разделов программы в определенный период (по окончании 1 полугодия). Контролю подвергаются техника исполнения упражнений, комбинаций, степень активности участия, степень усвояемости уровня физической нагрузки, освоение теоретических знаний.

Аттестация проходит по окончании курса Программы, представляет собой форму оценки освоения обучающимися содержания данной программы.

Зачетное занятие как форма аттестации позволяет выявить степень освоения Программы, определить уровень развития исполнительского мастерства учащихся и степень развития их творческих способностей. Содержание зачетного занятия: выполнение упражнений классического экзерсиса, современной пластики.

4.3 Методика оценки результатов обучения

Процедура оценки эффективности образования по программе «Формула движения» предполагает соотнесение параметров и критериев с уровнями хореографической подготовки.

Оценке и контролю результатов обучения подлежат:

Хореографические данные

- Осанка. При нормальной осанке изгибы позвоночника выражены умеренно, причем правая и левая части симметричны: углы лопаток на одной высоте и на одном расстоянии от позвоночника, ось тела, проходя через общий центр тяжести, проецируется на середину площади опоры, что обеспечивает устойчивое равновесие.
- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Зависит от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам. К этому времени носки стоп у ребенка оказываются повернутым либо наружу, либо внутрь (косолапость).
- Подъем стопы. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.
- Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.
- Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.
- Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).

Показатели успеваемости по программе в целом складываются из результатов оценки параметров и анализа творческих достижений учащегося, продемонстрированных на отчетном мероприятии. Уровень результативности освоения этапа программы оценивается по 5-балльной системе.

Оценка «5» (отлично) выставляется при исчерпывающем выполнении поставленной задачи, за безупречное исполнение задания, в том случае, если задание исполнено ярко и выразительно, убедительно и законченно по форме. Проявлено индивидуальное отношение к материалу для достижения наиболее убедительного воплощения художественного замысла. Выявлено свободное владение материалом, объём знаний соответствует программным требованиям. Технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.

Оценка «4» (хорошо) выставляется при достаточно полном выполнении поставленной задачи (в целом), за хорошее исполнение задания, том случае, когда учащийся демонстрирует достаточное понимание материала, проявлено индивидуальное отношение, однако допущены небольшие технические и стилистические неточности. Допускаются небольшие погрешности, не разрушающие целостность выполненного задания. Учащийся в целом обнаружил понимание материала.

Отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочётами (как в техническом плане, так и в художественном)

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется при демонстрации достаточного минимума в исполнении поставленной задачи, когда учащийся демонстрирует ограниченность своих возможностей, неярко, необразное исполнение элементов задания. Требования выполнены с большими неточностями и ошибками, слабо проявляется осмысленное и индивидуальное отношение, учащийся показывает недостаточное владение техническими приемами. Выявлен неполный объём знаний, пробелы в усвоении отдельных тем.

Исполнение с большим количеством недочётов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы в хореографических постановках и т. д.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется при отсутствии выполнения минимального объема поставленной задачи. Выставляется за грубые технические ошибки и плохое владение материалом. Выявлены значительные пробелы в усвоении темы.

Комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать, может стать предпосылкой повторного прохождения этапа образования или рекомендации педагогического совета учреждения о переходе на другую образовательную программу.

4.4. Методические материалы

1. Планы-конспекты учебных занятий
2. Планы-конспекты открытых занятий

Дидактические материалы

- видеозаписи мастер-классов по современной хореографии

- видеозаписи танцевальных спектаклей
- видеозаписи балетных спектаклей российских и зарубежных балетмейстеров
- видеозаписи отчетных концертов коллектива
- фонотека для концертных программ и тренировочного цикла
- учебно-методическая литература по различным направлениям хореографии

4.5. Методическая литература

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – М.: Искусство, 1964.
2. Ваганова А. Основы классического танца. /Учебное пособие. – М.: Искусство, 1963
2. Захаров Р. Записки балетмейстера. – М.: Искусство, 1976.
3. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998.
4. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2001.
5. Ощепков А., Панфилов О. Определение координации движений в хореографии. - Пермь, 2000.
6. Шляпникова М., Методическая разработка для учащихся и преподавателей хореографической специализации.- М., 1987

V. Информационное сопровождение программы

5.1 Литература для педагогов

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – М.: Искусство, 1964.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – С.-Пб: Респект, 1996
3. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. - М., 1986.
4. Власенко Г.Я. Сочинение танцевальных комбинаций.- М.,1998.
5. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. /Упражнения у станка.- М.: Владос, 2002.
6. Захаров Р. Записки балетмейстера. – М.: Искусство, 1976.
6. Настюков Г. Народный танец на самодеятельной сцене - М.: Профиздат, 1976.
7. Ощепков А., Панфилов О. Определение координации движений в хореографии. - Пермь, 2000.
8. Пин Ю. Перспективные направления и формы обучения танцам. – С-Пб., 2006
9. Раевская Е., Соболева Г. Ушакова З. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. - Учпедгиз, 1961.
- 10.Фонарева М.И. Развитие движений ребенка. – М.: Просвещение, 2006
11. Шляпникова М. Методическая разработка для учащихся и преподавателей хореографической специализации.- М., 1987.
12. Ярмолович Л. Классический танец.- М.: Музыка, 1986.

5.2 Литература для учащихся

1. Дешкова И. Загадки Терпсихоры.- М.: Детская литература, 1989.
2. Жданов Л. Вступление в балет. – М.: Планета, 1986.
3. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М.: Просвещение, 1985.

