

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА «СИНТЕЗ» ПГТ. ШАХТЁРСК
УГЛЕГОРСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ**

ПРИНЯТО
На заседании Педагогического
совета
Протокол № 4 от 20.05.2024



УТВЕРЖДАЮ
МАОУ СОШ «Синтез»
А.С. Денисенко
Приказ № 01-18-106 от 06.06.2024

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
«Лаборатория танца «Сириус»**

Направленность программы: художественная
Уровень программы: стартовый
Адресат программы: 7-18 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:
Мацулевич Ольга Сергеевна,
педагог дополнительного образования

пгт Шахтерск, 2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лаборатория танца «Сириус» имеет художественную направленность и является модифицированной, так как разработана на основе программы дополнительного образования «Хореограф как автор танца» Заболотской М.А. **Актуальность программы** обусловлена образовательными потребностями учащихся.

Хореография - это одно из любимейших видов занятий для детей, они настолько переполнены жизненной энергией, что абсолютно не могут усидеть на месте и обязательно всем видам деятельности предпочитают тот вид деятельности, где нужно двигаться. Тематика программы полностью способствует эмоциональному, художественному и физическому развитию, дети обучаются базовым движениям классического танца. Такое соединение позволяет также педагогу раскрыть свой выразительный язык движений, а детям выплеснуть свои эмоции, развить творческие способности, приобрести и расширить исполнительские навыки и умения.

Самовыражение ребенка через танец возможно на любом этапе его обучения, так как уровень сложности заданий зависит от его возрастных особенностей, от его способностей, его приобретенных ранее умений и навыков. Таким образом, для ребенка создается «ситуация успеха», что дает желание заниматься танцем более серьезно. Хореография имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Тематика занятий хореографией школьного возраста разнообразна.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия хореографией: укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние детей; развивают силу, гибкость, ловкость, быстроту и координацию движений; способствуют формированию интереса к занятиям хореографией; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку. Программа позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, привить трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручку, общение друг с другом. Это ведущие моменты в процессе обучения.

Педагог стремится раскрыть способности детей, учит воспринимать искусство танца, раскрывает и повышает их мастерство, прививает вкус и любовь к прекрасному.

В программу включены упражнения и движения классического танца, обеспечивающие формирование осанки воспитанников, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Цель программы: развитие личности ребенка, способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии.

Задачи программы

Образовательные:

- овладеть знаниями, умениями и навыками танцевального искусства;
- познакомить с разными жанрами хореографического искусства.

Развивающие:

- распознать в ребёнке потенциальные возможности и помочь ему в их развитии;
- развивать музыкальные способности детей;
- развивать творческие, индивидуальные способности духовного мира ребёнка.

Воспитательные:

- воспитать культурно – образованную, гармонически развитую личность.
- сформировать толерантность, доброту, трудолюбие, терпение.
- сформировать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, приобщение к его истории и традициям;
- сформировать культуру общения, терпимость и уважительное отношение к другим детям.

Программа рассчитана на детей в возрасте 7 - 8 лет, желающих заниматься хореографией.

Продолжительность (срок) реализации программы: 1 год (306 часов).

Режим: занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 учебных часа.

Формы организации процесса обучения: занятия организуются в учебных группах.

Методы обучения:

- метод показа;
- словесный метод;
- прослушивание музыки (научить детей слышать и понимать музыку, её содержимое, о чём она говорит, какое настроение передает);

- игровой метод (играя, дети легче воспринимают материал);
- концентрический метод (по мере усвоения возвращается к пройденному, но уже может предложить усложненный вариант);
- метод контроля за процессом обучения (проверка усвоенного материала, самопроверки, урок – смотр знаний в конце года);
- метод стимулирования и мотивирования учебной деятельности (разного рода поощрения проделанной работы)

Ожидаемый результат

В конце первого года обучения учащиеся должны:

- иметь представление о правильности постановки корпуса, ног , рук , головы в процессе усвоения основных движений классического танца;
- знать элементарные навыки координации движений;
- уметь различать музыкальный размер – 2/4, 3/4, 4/4;
- получить навыки и знания специфики танцевального шага и бега;
- расширить представления об артистической этике и культуре;
- научиться индивидуально и коллективно работать;
- знать правила поведения и уметь общаться в коллективе.

Содержание программы.

Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Учебно-тренировочная работа:	173			
	Азбука музыкального движения	25	1	5	
	Общая физическая подготовка	38		13	
	Основы акробатики	45	1	7	
	Основы классического танца	35		10	Промежуточный
	Детский танец	30		8	Текущий
2.	Специальная танцевально-художественная работа	133			
	Постановочная работа	90		12	
	Репетиционная работа	35		10	Промежуточный
	Выступление	8		1	Текущий/ Итоговый
	ИТОГО:	306	2	66	

Содержание учебного (тематического) плана.

1 год обучения

Азбука музыкального движения (25 часов)

Теория: Упражнения на развитие чувства ритма

Практика: Различная маршировка и ходьба с перестроением: «как солдаты» с прямыми коленями, «как лошадки» с высоким коленом. Хлопки в ладоши, удары ногой под музыку с выделением сильной доли.

Общая физическая подготовка (38 часов) Начало тренировки суставно-мышечного аппарата учащегося. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Элементы классического танца (35 часов)

Теория: Знания и навыки. Ориентирование в пространстве. Позиции и положения ног и рук.

Практика: Постановка корпуса (в выворотной позиции, руки на поясе в течение года). Позиции ног 1,2,5. Постановка рук – подготовительная, 1,2,3 позиции (на середине). Элементы классического экзерсиса.

Основы акробатики (45 часов)

Практика: Упражнения на полу (партер). Сидя на полу – круговые движения стопой, лежа на полу – батман тандю в сторону, маленькие ронды с правой и левой ноги вперед и назад, лежа на животе – упражнение «рыбка», стоя на коленях – перегибы корпуса назад.

Детский танец (30 часов)

Упражнения на развитие координации. Движения, комбинации на развитие танцевальных навыков.

Постановочная работа (90 часов)

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, в переходах, в образах.

Репетиционная работа (35 часов)

- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой танца;
- отработка четкости и чистоты в рисунках, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

Выступления (8 часов)

Концертная деятельность: участие в мероприятиях по плану.

Формы аттестации

Текущий контроль: выступление на концерте: День учителя, Новый год, 8 марта.

Итоговый контроль: открытое занятие.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения	Внесение корректив
РАЗДЕЛ 1. Учебно-тренировочная работа		173		
1	Правила техники безопасности на занятиях хореографии. Искусство хореографии: его красота и многообразие.	2		
2-4	Ориентирование в пространстве зала 1. проучивание планов класса 2. точки класса, диагонали 3. понятие «ан фас», повороты направо, налево	3		
5-6	Упражнения на развитие чувства ритма: Хлопки, удары с выделением сильной доли	2		
7-10	Различная маршировка: с вытянутым коленом, с высоким подниманием колена, на полупальцах. Маршировка с перестроениями	4		
11-14	Разучивание разминки: Повороты, наклоны головы, корпуса, работа плечами. Марш с подниманием ног вперед, назад, на полупальцах, бег, прыжки	4		
15-19	Партерный блок: упр. для стоп, упр. на развитие гибкости, растяжка всех групп мышц	5		
20	Безопасность при работе над элементами акробатики.	1		
21-22	Отработка перестроений. Партер: перегибы корпуса назад, «мост».	2		
23-27	Выработка осанки: сидя на полу. Тренировка суставно-мышечного аппарата. Упражнения для выворотности, эластичности суставов.	5		
28	Позиции рук: подготовительная, 1-я, 3-я на середине	1		
29	Позиции ног: 1-я, 2-я, 3-я, 6-я. Закрепление позиций рук, ног	1		
30-31	Деми плие, по 1,2,3 п.	2		
32	Выступление на концерте «Новый год» Текущий контроль	1		
33	Баттман тандю в сторону, вперед, назад.	1		
34-35	Деми ронд де жамб пар тер андеор.	2		
36-37	Деми ронд де жамб пар тер андедан.	2		
38	Урок-смотр знаний. Промежуточный контроль	1		
39-40	Упражнения на развитие координации.	2		

41-45	Движения, комбинации на развитие танцевальных навыков.	5		
Раздел 2. Специальная танцевально-художественная работа		133		
46	Выступление на концерте « 8 марта» Текущий контроль	1		
47-56	Разучивание танцевальных комбинаций. Постановка танца на простых и сложных рисунках.	65		
57	Постановка танца (на простых рисунках) на основе разученных движений Промежуточный контроль	1		
58-67	Репетиционная работа: техника исполнения танцевальной постановки	65		
68	Отчетный концерт. Итоговый контроль	1		

ЛИТЕРАТУРА

1. Хореография в школе. Учебное пособие – Хабаровск, 1993г. – Ларина Л.М.
2. Уроки ритмики. Первый год обучения – Хабаровск, 1995г. – Ларина Л.М.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца, - С.-П.: изд. 6-е, 2000.
4. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования. – М.: Валдос, 2004.
5. Захаров Р. Сочинение танца, - М.: Искусство, 1983.
6. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца, - Л.: Искусство, Ленинградское отделение, 1976.