

Содержание

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка

- направленность программы;
- актуальность программы;
- отличительные особенности программы;
- адресат программы. Педагогическая целесообразность;
- объем программы
- формы обучения (очная, очно-заочная, заочная);
- методы обучения
- тип занятия:
- формы проведения занятий:
- режим занятий –
- продолжительность занятия –

1.2. Цель и задачи программы

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебно-тематический план

1.3.2 Содержание

1.4. Планируемые результаты

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Формы аттестации и оценочные материалы

2.2 Учебно-тематический план модуля для обучения в дистанционной форме

2.3 Условия реализации программы

2.4 Календарный учебный график (КУГ)

2.5 Методическое обеспечение

2.6 Система стимулирующего поощрения за достигнутые результаты

Список литературы

Приложения

1. Средства контроля (оценочные материалы)

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной обще развивающей программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная обще развивающая программа «Первый шаг» разработана в соответствии со следующими нормативно - правовыми документами:

- Федеральным законом (от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09. 2014 г. № 1726-р);
- приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (зарегистрирован 29.11.2018, № 52831);
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20);
- Письмом Минобрнауки РФ от 18.11.2015г. №09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных обще развивающих программ (включая разноуровневые программы");
- Письмом Минобрнауки России от 29.03.2016 г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с методическими рекомендациями 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»;
- Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом МО РФ от 23.08.2017 №816 (зарегистрирован Министерством юстиции РФ от 18.09.17г., регистрационный №48226);
- Приказом Минпросвещения России от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной

деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196»;

- Приказ Минобрнауки России №882, Минпросвещения России №391 от 05.08.2020 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»);
- Уставом муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Юность» города Белгород;

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первый шаг» по обучению основам бального танца предполагает освоение материала на вводном (ознакомительном) *уровне* детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первый шаг» имеет **художественную направленность**, является модифицированной и реализуется в сфере дополнительного образования, ориентирована на формирование эстетической культуры учащегося, развитие его художественно-творческого потенциала, артистических способностей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня средствами хореографического искусства.

Актуальность

Актуальность программы обусловлена социальным заказом на гуманистическую направленность образования и необходимостью художественного воспитания личности ребёнка, формирования общей культуры, возможностью последующей самореализации в жизни. Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его духовного и физического развития, формирование ключевых жизненных компетенций. Возможность проявить себя в творчестве стимулирует развитие способностей и возможностей человека в целом. Искусство танца - синтез музыки и движения создаёт благоприятный эмоциональный фон, который влияет на личностное развитие ребенка, способствуя его социализации в обществе.

Новизна программы

Данная программа даёт возможность сочетать разделы программы по основам европейского и латиноамериканского бального танца со сценическим танцем. Занятия включают в себя: латиноамериканский бальный танец; европейский бальный танец; тренаж современной пластики; композицию и постановку хореографических номеров.

Отличительные особенности программы отражены в применении разнообразного арсенала конкретных методов и приёмов - наряду с общеизвестными методами использование методов-приёмов собственной разработки; методов активного обучения на основе игровых технологий в постановке и решении практических задач на каждом занятии (новые движения-связки, движения-переходы, вариации-упражнения). На каждом занятии сочетаются ритмические упражнения, изучение элементов танцев и исполняются задания на импровизацию в игровой форме. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Реализация программы на вводном уровне направлена на формирование у обучающихся навыков танцевальной техники (физические данные: сила, выносливость, ловкость, гибкость, осанка, рост, выворотность стопы, выразительность телодвижений и поз; музыкальная память: чувство ритма, координация движений, музыкальный слух; темперамент и моторика: правильное выполнение движений, энергичность, подвижность, жизнерадостность; сценические способности, артистизм, желание успешно выступать на сцене), а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, дальнейшей социализации.

Помимо основной программы разработан **модуль** по организации обучения в период школьных летних каникул в разновозрастных учебных группах с переменным составом возможно в *дистанционной форме*, в целях сохранения физической и хореографической формы.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: терпению, активности, самостоятельности, трудолюбию. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных

движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Адресат программы

Программа предназначена для обучения детей от 5 до 9 лет на *вводном уровне*.

Возрастные особенности обучающихся.

Обучение детей по данной программе осуществляется с учетом возрастных особенностей:

Физический рост и развитие	Особенности поведения	Рекомендации педагогу
Для среднего школьного возраста (5—9 лет)		
• руки и ноги растут быстрее тела, мышцы не развиты, большая весовая нагрузка	• высокий уровень активности; • не умеют долго слушать музыку, неточно воспринимают движения	• быстрая смена деятельности - организация подвижных упражнений при ограничении прыжков и бега, прыжки лёгкие (зайцы, лягушка – приземление в партер)
• общее управление телом - хорошее, координация глаз и рук улучшается к 7 годам	• стремление к общению	• полезно заниматься с детьми в партере
• слабость дыхательных мышц, недостаточно развитая сердечнососудистая система	• стремление научиться различать, что такое хорошо и что такое плохо - ребенок может быть как целеустремленным, так и самоуверенным, агрессивным	• обеспечение конкретности поручений и творческой свободы детей при их выполнении
• недостаточное развитие анализаторного аппарата: зрительная, слуховая, мышечная и вестибулярная чувствительность	• плохо ориентируется в пространстве и времени	• осторожное увеличение физической нагрузки • чередование быстрых темпов с умеренными и медленными. • растяжка без боли, тянутся сами

При зачислении в детское объединение обращается внимание на состояние здоровья учащихся и отсутствие медицинских противопоказаний к занятиям хореографией. Таким образом, содействие психологическому, личному и индивидуальному развитию учащихся по программе, обеспечивает психологическую готовность к обучению, социальной адаптации, психологической безопасности участников образовательного процесса, предупреждение возникновения проблем развития ребенка, воспитания и социализации.

Объём и срок освоения программы

Программа рассчитана на 2 года обучения, 144 учебных часа по каждому году обучения – 288 часов.

Формы обучения и виды занятий по программе

Формы организации учебного процесса: очная, заочная, очно-заочная (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий).

Основная форма обучения – групповое занятие, практическое занятие (репетиция), творческое занятие, сводная постановка, выступление. Учащиеся обязательно участвуют в следующих направлениях деятельности:

- в постановке и показе концертных номеров;
- в системе конкурсного движения в контексте непрерывного образования (конкурсы, фестивали и т п);
- в процессе репетиционной и постановочной работы к конкретному мероприятию.

Методы обучения

Словесные	Наглядные	Практические
устное изложение; лекция; беседа; система вопрос – ответ; объяснение; указание; команды; название упражнения, элемента, движения; анализ музыкального произведения и др.	показ видеоматериалов, иллюстраций, фотографий, открыток; показ педагогом приёмов исполнения.	тренировочные упражнения, танцевальные движения; музыкально-ритмические игры, творческие задания.

- тип занятия: теоретический, практический, контрольный, репетиционный, тренировочный и др.;
- формы проведения занятий: беседа, мастер-класс, встреча с интересными людьми, наблюдение, открытое занятие, творческий отчет, тренинг, занятие-игра, праздник, представление, игра-путешествие, класс-концерт, конкурс, репетиция, концерт.

Условия формирования групп – разновозрастные - от 5 до 9 лет Количество человек в каждой группе - не менее 12 человек.

Режим занятий - 2 академических часа с 10 минутным перерывом;

Продолжительность одного занятия – 30 минут для детей 5-7 лет, 45 минут для детей 8-9 лет.

Форма занятий – групповая; занятия проводятся 2– раза в неделю по 2 часа, 4 часа в неделю.

1. 2 Цель и задачи программы

Цель – создание условий для формирования мотивации к творческому развитию в процессе обучения хореографии на основе применения развивающих игровых технологий

Задачи:

Образовательные:

- формировать и закреплять музыкально-ритмические навыки, начальные навыки актерского мастерства;
- формировать систему знаний, умений, навыков по основам хореографии, основам гимнастики;
- формировать понимание средств музыкального «языка» (метроритм, динамика, темп);
- формировать способность полноценно воспринимать художественные произведения танцевального искусства.

Развивающие:

- развивать артистические, эмоциональные качества у детей средствами танцевальных занятий;
- развивать координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость;
- развивать внимательность и наблюдательность, творческое воображение и фантазию через этюды, игры, упражнения;
- развивать чувство ритма, музыкальный слух, память, совершенствовать музыкально – эстетические чувства;
- развивать хореографические возможности учащихся.

Воспитательные:

- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества, толерантность и т.д.);
- воспитывать культуру поведения на занятии, на выступлении;
- приобщать детей к здоровому образу жизни;
- воспитывать и развивать художественный вкус и уважение к культурному наследию.

1.3. Содержание программы

1.3.1 Учебно-тематический план 1 года обучения

<u>№</u>	Название темы занятия.	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Средства контроля/аттестации
1.1	I.Вводное занятие. Правила поведения в хореографическом зале. Техника безопасности.	2	1	1	Вводная диагностика
II.Раздел Музыкально-ритмическая деятельность (42час)					
2.1	Ритмика и гимнастика	8	2	6	
2.2	Элементы музыкальной грамоты. Знакомство с музыкальными размерами 2/4, 3/4, 4/4	6	2	4	
2.3	Упражнения на развитие ориентации в пространстве и координации	6	-	6	
2.4	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей (воображение, фантазия)	6	-	6	
2.5	Танцы-игры	10	2	8	конкурс
2.6	Ритмические этюды	4		4	
2.7	Выполнение творческих заданий	2	-	2	Музыкальная игра-конкурс
III Раздел Экзерсис (32 час)					
3.1	Постановка корпуса? головы, рук и ног.	6	2	4	
3.2	Экзерсис у палки: deme plie-изучение.	4	-	4	
3.3	Экзерсис у палки:battements tendus-изучение	4	-	4	
4.4	Экзерсис у палки: ronde de jambe par terre-изучение.	4	-	4	
4.5	Экзерсис у палки:ronde de jambe parter.-отработка.	4	-	4	
4.6	Экзерсис у палки: grand battements tendus-изучение.	4	-	4	
4.7	Экзерсис у палки: постановка корпуса при выполнении движений.	4	-	4	
	Итоговое занятие.	2	-	2	Промежуточная аттестация
IV.Раздел Основы бального танца (40час)					
4.1	Историко – бытовой танец	6	2	4	
4.2	Бальный этикет	6	-	6	
4.3	Элементы историко-бытового	14	2	12	

	танца Полонез				
4.4	Фигурный вальс	14	2	12	Исполнение танцев в парах
V.Раздел». «Творческая деятельность» (28час)					
5.1	Репетиционная деятельность	12	-	12	
5.2	Танцевальные комбинации в бальных танцах	8	2	6	
5.3	Импровизация в музыкальных играх	6	-	6	
5.4	Итоговое занятие.	2	-	2	Аттестация
	Всего	144	17	127	

1.3.1 Учебно-тематический план 2 года обучения

<u>№</u>	Название темы занятия.	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Средства контроля/аттестации
1.1	I.Вводное занятие. Правила поведения в хореографическом зале. Техника безопасности.	2	1	1	Вводная диагностика
II.Раздел Музыкально-ритмическая деятельность (40час)					
2.1	Ритмика и гимнастика	8	2	6	
2.2	Элементы музыкальной грамоты. Знакомство с музыкальными размерами 2/4, 3/4, 4/4	4	2	2	
2.3	Упражнения на развитие ориентации в пространстве и координации	6	-	6	
2.4	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей (воображение, фантазия)	6	-	6	
2.5	Танцы-игры	10	2	8	конкурс
2.6	Ритмические этюды	4		4	
2.7	Выполнение творческих заданий	2	-	2	Музыкальная игра-конкурс
III Раздел Экзерсис (32 час)					
3.1	Постановка корпуса? головы, рук и ног.	6	2	4	
3.2	Экзерсис у палки: deme plie- изучение.	4	-	4	
3.3	Экзерсис у палки: battements	4	-	4	

	tendus-изучение				
4.4	Экзерсис у палки: ronde de jambe par terre-изучение.	4	-	4	
4.5	Экзерсис у палки: ronde de jambe parter.-отработка.	4	-	4	
4.6	Экзерсис у палки: grand battements tendus-изучение.	4	-	4	
4.7	Экзерсис у палки: постановка корпуса при выполнении движений.	4	-	4	
	Итоговое занятие.	2	-	2	Промежуточная аттестация
IV.Раздел Основы бального танца (42час)					
4.1	Историко – бытовой танец	6	2	4	
4.2	Бальный этикет	8	-	8	
4.3	Элементы историко-бытового танца Полонез	14	2	12	
4.4	Фигурный вальс	14	2	12	Исполнение танцев в парах
V.Раздел». «Творческая деятельность» (28час)					
5.1	Репетиционная деятельность	12	-	12	
5.2	Танцевальные комбинации в бальных танцах	8	2	6	
5.3	Импровизация в музыкальных играх	6	-	6	
5.4	Итоговое занятие.	2	-	2	Аттестация
	Всего	144	17	127	

1.3.2 Содержание программы 1 и 2 годов обучения

Раздел 1. Вводное занятие Знакомство с содержанием программы. Правила поведения на занятии, ТБ. Особенности внешнего вида учащегося. Видеоролик «Школа танца».

Раздел 2. Музыкально-ритмическая деятельность

Теория: Элементы музыкальной грамоты. Знакомство с музыкальными размерами 2/4, 3/4, 4/4. Музыкальный размер, темп, динамика.

Практика: Ритмика и гимнастика Упражнения на развитие ориентации в пространстве и координации. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на развитие художественно-творческих способностей (воображение, фантазия). Танцы-игры. Ритмические этюды.

Теория: Ритмический рисунок. Темп.

Практика: Передача в движении ритмического рисунка. Выполнение движений в различных темпах (подскоки, галоп, разные виды бега). Умение сохранять заданный темп после временного прекращения музыки

Практика: Ритмические упражнения с музыкальным заданием (простой ход, бег на полупальцах). Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей.

Партерная гимнастика

Теория: Виды и классификация гимнастических растяжек. Меры предосторожности при выполнении растяжек. Правила выполнения растяжек.

Практика: Освоение простейших элементов на полу (партерная гимнастика, растяжка, работа над осанкой). Тренировочный комплекс для развития подъема стопы (в положениях «выворотно» и «невыворотно»); тренировочный комплекс для развития выворотности стопы на основе 1 и 2 позиций, а также на полупальцах; упражнение «Воздушные пяточки» (напряжение и расслабление мышц ноги одновременно с поднятием и опусканием стопы); «Лягушка» (развитие выворотности бедра); шпагат (подготовительное упражнение); упражнение для укрепления мышц спины «Самолетики» (подъем туловища в положении лежа с вытянутыми руками); развитие гибкости спины: «Рыбка», «Колечко» (прогиб выполняется в положении стоя на коленях), «Мостик» (из положения лежа)

Упражнения на середине зала

Теория: Инструктаж о выполнении упражнений. Силовые упражнения на развитие мышц рук. Силовые упражнения на развитие мышц ног. Упражнения на развитие осанки. Стрейтчинг.

Практика: комплекс силовых упражнений на развитие мышц рук. Комплекс силовых упражнений на развитие мышц ног. Силовые и пластические упражнения; упражнения для гибкости и выносливости. Выполнение упражнений стрейтчинга.

Раздел 3 Экзерсис.

Партерный экзерсис: - батманы, релеве лян, ронды в исполнении сидя и лежа на полу.

Экзерсис у станка: Постановка корпуса. Позиции ног – I, II, III. Позиции рук Demi-plié по I, II, III позициям. Battement tendu; в сторону, затем вперед и назад из I позиции. Трамплинные прыжки по I, II выворотным позициям и по I прямой позиции.

Экзерсис на середине зала: Постановка корпуса. Позиции ног – I, II, III. Позиции рук. Положение корпуса ан фас, профиль. Понятие эфассе и круазе. Изучение поворотов и наклонов головы. Поклон (révérance).

Адажио: II и III port de bras. *Аллегро:* Марш – один шаг на такт, два шага на такт. Повороты на месте по точкам класса в шаге, прыжке, подскоке. Бег с

носка по кругу, по диагоналям. Трамплинные прыжки по I, II выворотным позициям и по I прямой позиции.

Постановочная работа и концертная деятельность. Разучивание танцевальных движений, комбинаций к постановкам. Отработка концертных номеров. Работа над синхронным исполнением. Выступления разного уровня. Раздел 7 Итоговое занятие.

Раздел 4. Основы бального танца

Теория: Разъяснение основных понятий хореографии (линия, колонна, диагональ, круг, линия танца, 8 точек направлений, середина зала, партер, «центр»). Понятия «опорной» и «работающей» ноги. Понятие «диагональ» Правила постановки корпуса, рук, ног и головы. Изучение фигур детского бального танца. Правильная осанка, стойка и линия тела, собранный внешний вид, элегантность, грациозное движение. Фазы движения. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.

Практика: Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – круг, змейка, квадрат, колонна, полукруг, две колонны). Разминка «Раз, два, три, четыре» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по 17 очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, прыжки, упражнение «лыжник» в разных ритмических рисунках). Поклон, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие прыжки на месте, хлопки в разных ритмических рисунках.

Раздел 5. «Творческая деятельность»

Репетиционная деятельность.

Теория: Словесное описание идеи и образа танца педагогом. Обсуждение деталей номера, отдельных сценических элементов. Обсуждение рисунка танца. Обсуждение сценического образа и костюмов. Общение и взаимодействие в номере.

Практика: Отработка элементов танцевальных композиций номера по частям. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа над музыкальностью. Синхронность в исполнении. Работа над техникой танца. Работа над манерой исполнения танца. Выразительность и эмоциональность исполнения. Овладение сценическим пространством.

Работа по квадратам сцены. Работа в костюмах. Технические репетиции (прогоны). Итоговое занятие.

Танцевальные комбинации в бальных танцах.

Теория: Обсуждения идей и сюжетов хореографического номера с учащимися. Выбор музыки для хореографической композиции. Значение музыки в хореографическом произведении. Обсуждение танцевальных комбинаций номера. Обсуждение основной танцевальной лексики. Обсуждение рисунка танца. Обсуждение характера персонажей. Определение партий (конкретного места) каждой паре илициальному танцору в ансамбле.

Практика: Подготовительные упражнения к изучению танцев латиноамериканской и европейской программ («Качели», «Домики»). Закрепление практического курса изученных движений, фигур, вариаций и танцев. Движения в разминке, растяжка, позиции корпуса, движения и фигуры изученных танцев, исполнение хореографического номера. Разучивание основных элементов хореографической постановки. Соединение движений в танцевальные комбинации и вариации. Разучивание номера по частям из изученных танцевальных комбинаций и вариаций. Разводка танцевальных комбинаций и вариаций в рисунках, переходах, образах.

Итоговое занятие. Аттестация.

Планируемые результаты

В результате обучения по программе обучающиеся:		
- будет знать...	- будет уметь...	- получит навыки...
<ul style="list-style-type: none">- правила постановки корпуса, рук, ног и головы технику элементов классического и современного танцев;- понятия «опорной» и «работающей» ноги;- понятие «диагональ»;- понятие «анфас» и профиль;- правила выполнения упражнений у станка;- элементы музыкальной грамоты (муз. размер, темп, динамика)	<ul style="list-style-type: none">- выполнять движения классического и народного экзерсиса лицом к станку, держась двумя руками за станок;- выполнять элементы аллегро (марш, бег, прыжки) по диагонали;- выполнять элементы полонеза и фигурного вальса;- эмоционально передавать характер и темп музыки;- выполнять движения точно и чисто;- координировать движения рук, ног и головы выполнять движения устойчиво;- выполнять движения	<ul style="list-style-type: none">- устойчивости в классическом экзерсисе;- иметь навыки выполнения движений в темпе;- ориентироваться в пространстве;- работать в паре, в группе эмоционального;- выполнения движений в танце;- делать упражнения в соответствии с заданной ритмикой.

	<p>выворотно;</p> <p>-увеличивать нагрузку в упражнениях;</p> <p>- выполнять движения экзерсиса выразительно и чисто;</p> <p>- выполнять движения с ускорением темпа и разнообразием ритмического рисунка</p>	
--	---	--

По окончании обучения по программе у учащихся будут сформированы **компетенции**

1. Личностные	Умение удовлетворять потребности в выражении своих чувств, мыслей и настроений через эмоционально-выстроенную танцевально-исполнительскую деятельность.
2. Регулятивные	Умение контролировать свои эмоции, направлять их в творческое русло, стремиться к поставленной цели и добиваться определённых результатов.
3.Познавательные	Умение исполнять танцевальные композиции. Умение владеть предметами в танце. Умение импровизировать под музыку.
4. Коммуникативные	Умение общаться, гармонично выстраивать отношения с окружающими людьми.

Критерии оценки сформированности ЗУН

<i>Критерии</i>	<i>Показатель</i>	<i>Уровень</i>
1. Выполнять в быстром и медленном темпе, классические элементы у станка и на середине зала.	Выполнить в быстром и медленном темпе, классические элементы у станка и на середине зала.	Высокий уровень подготовки.
	Выполнить в быстром и медленном темпе, классические элементы у станка и на середине зала допустив несколько ошибок.	Средний уровень подготовки.

	Выполнить в быстром и медленном темпе, классические элементы у станка и на середине зала допустив половину ошибок.	Низкий уровень подготовки.
2.Название новых восточных движений и их исполнение.	Назвать новые движения и исполнить их.	Высокий уровень подготовки
	Назвать новые движения и исполнить их допустив несколько ошибок.	Средний уровень подготовки.
	Назвать новые движения и исполнить их допустив половину ошибок.	Низкий уровень подготовки.
3.Владеть предметом в танце, исполнить сюжетный танец с предметом.	Исполнить элементы танца .	Высокий уровень подготовки.
	Исполнить элементы танца , допустив несколько ошибок.	Средний уровень подготовки.
	Исполнить элементы танца, допустив 50% ошибок.	Низкий уровень подготовки.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий:

2.1. Календарный учебный график

Год обучения 2021-22	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	1сентября	До 31 мая	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год обучения	1сентября	До 31 мая	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

2.2. Условия реализации программы – зал, гимнастические ковры, музыкальный центр, информационные ресурсы.

2.3. Формы аттестации

Контроль за освоением программы проводится в соответствии с Положением о функционировании системы внутреннего мониторинга качества образования в МБУДО «Юность» г. Белгорода, Положением об

аттестации учащихся МБУДО «Юность», мониторингом качества обучения по образовательным программам и включает в себя следующие формы:

- вводная диагностика с 15 по 30 сентября;
- промежуточная аттестация уровня обученности по программе за полугодие - с 15 по 25 декабря;
- аттестация уровня обученности по программе за учебный год - с 10 по 20 мая;

-вводная диагностика уровня сформированности компетенций (личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных с 15 по 30 сентября;

- промежуточный контроль уровня сформированности компетенций – с 15 по 25 декабря;

- рубежный контроль уровня сформированности компетенций – с 10 по 20 мая

Формы: выполнение упражнений, музыкальные игры на импровизацию; выполнение элементов танца, исполнение танца, отчетный концерт.

2.4 Учебно-тематический план модуля по организации обучения в период школьных летних каникул в разновозрастных учебных группах с переменным составом в том числе в дистанционной форме

Цель: создание условий для развития хореографических способностей обучающихся посредством совершенствования физических данных и укрепления мышечного и опорно – двигательного аппарата.

Задачи:

- закрепление базовых знаний и навыков владения дыханием и грамотным выполнением физических упражнений;
- развитие природных физических данных,
- укрепление здоровья учащихся;
- укрепление суставно – двигательного и связочного аппарата;

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Раздел 1 Вводное занятие.	2	2	-	
1.1	Техника безопасности на занятиях.	2	2	-	Устный опрос
	Раздел 2	34	8	26	

	Развитие физических данных				
2.1	Укрепление опорно – двигательного аппарата	8	2	6	Выполнение практических заданий.
2.2	Развитие гибкости, эластичности мышц.	6	2	4	Выполнение практических заданий.
2.3	Растяжка мышечного аппарата.	8	2	6	Педагогическое наблюдение за преодолением трудностей по формуле «я могу»
2.4	Тренировка внимания и двигательной памяти.	8	2	6	Выполнение практических заданий с установкой «я могу».
2.5	Итоговое занятие	2	-	2	Анализ
Итого:		36	10	26	

Содержание модуля

Раздел 1 Вводное занятие.

Тема 1. 1. Техника безопасности во время занятий.

Теория: Цели и задачи занятий в летний период. Роль занятий в учебном процессе и в повседневной жизни. Техника безопасности на занятиях.

Профилактика травматизма. Целевые установки, организационные вопросы.

Раздел 2.Развитие физических данных.

Тема 2.1 Укрепление опорно - двигательного аппарата.

Теория: Роль опорно-двигательного аппарата в хореографии.

Практика: Упражнения для укрепления опорного положения в танцах, развитие чувства начала и конца движения. Двигательные упражнения для развития танцевального исполнения: беговые, шаговые, прыжковые.

Тема 4. Развитие гибкости и эластичности мышц.

Теория: роль развития гибкости и эластичности мышц в хореографии.

Практика: упражнения партерной гимнастики (наклоны, прогибы, стопы), развитие эластичности и гибкости мышц.

Тема 5.Растяжка мышечного аппарата.

Теория: роль растяжки мышечного аппарата в хореографии.

Практика: упражнения разогревающие, укрепляющие мышечный аппарат.

Упражнения для растяжки паховых, подколенных, икровых мышц.

Педагогическое наблюдение за преодолением трудностей по формуле «я могу»

Тема 6. Тренировка внимания и двигательной памяти.

Теория: роль внимания и двигательной памяти в хореографии.

Практика:

Упражнения для развития внимания, понимания, анализа и обработки полученной информации; двигательные упражнения для развития понимания, запоминания и применения полученной информации.

Выполнение практических заданий с установкой «я могу».

Планируемые результаты

В результате обучения по программе обучающийся:

- будет знать...	- будет уметь...	- получит навыки...
Правила ТБ	Правильно выполнять упражнения, избегать травм	Контроль за выполнением упражнений
Работа с опорно-двигательным аппаратом	Выполнять комплекс упражнений для развития опорно-двигательного аппарата	В укреплении опорно-двигательного аппарата
Правила развития гибкости и эластичности мышц	Выполнять комплекс упражнений для развития гибкости и эластичности мышц	В развитии гибкости и эластичности мышц
Правила развития растяжки мышечного аппарата	Выполнять комплекс упражнений для развития мышечного аппарата	В развитии растяжки мышц
Основы развития внимания с установкой «я могу»	Выполнять комплекс упражнений для развития внимания	Развития внимания, уверенного выполнения всех задач с установкой «я могу»

2.5 Методические материалы

Описание используемых методик и технологий:

Работа над выразительностью, артистичностью, технически правильному исполнению требует творческого и скрупулезного отношения к возникающим проблемам. Для первичного исполнения из группы выделяется лидер, быстрее и лучше других увидевший и понявший упражнение, элемент или действие. Его действия отслеживают дети, сравнивают с собственным исполнением, определяют и высказывают замечания и ошибки

Формы:

1. Создание предварительного представления о разучиваемом движении.
2. Углубленное разучивание.
3. Совершенствование.

Приемы:

- 1.Использование терминологии – точного наименования упражнения и действия.
- 2.Наглядный показ.
- 3.Объяснение.
4. Исполнение.

Основные методы:

Используются методы стандартно – повторного упражнения, затем, постепенно изменяются условия (зрители, другая площадка).

-результатирующая отработка предполагает совершенствование деталей техники;

- метод сенсорного восприятия - просмотры видеофильмов о балетных школах, прослушивание аудиозаписей.

- словесный метод - рассказ нового материала; беседа о коллективе, выпускниках и. т. д.;

- наглядный метод - личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения, а так же видеопросмотр выступлений профессиональных коллективов;

- практический метод - самый важный, это работа у станка, тренировка упражнений на середине зала, репетиции;

- метод стимулирования деятельности и поведения - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

- АМО – активные методы обучения (начало занятия, самодиагностика);

- метод здоровьесбережения.

Все упражнения выполняются ритмично, без рывков и чрезмерных усилий.

Нагрузка регулируется количеством повторения упражнений, амплитудой движения. Во время тренировочного, репетиционного процессов проводятся вальеологические паузы для снятия мышечного напряжения. Игровой метод – игровой стрейчинг, логоритмика.

Дидактический материал: Картотека: «Игровой стрейчинг», «Азбука хореографии», «Игро-танец», Пазлы «Позиции ног и рук»;

Dvd – диски: «Видео уроки» (русский танец, джазовый танец, хип-хоп, брейк данс, модерн), «Танцы для детей от 3 до 14 лет.», «Современный бальный танец», «Звезды русского балета» №1,2,5,6. «Лебединое озеро», «Конёк – горбунок», «Золушка», Ансамбль «Гжель»;

Аудиодиски различных музыкальных жанров.

Ход занятия:

I. Поклон.

II. Разминка - партерная гимнастика.

- движения для стопы;
- «иголка» для силы ног;
- движения для выворотности ног;
- медленный подъем ноги в сторону и вперед;
- махи ногой лежа на боку, на спине - назад;
- движения для выворотности ног;
- шпагат;

- «самолет» движения для разогрева спины.

III. Методика выполнения:

Стойка на лопатках.

Техника выполнения. Из положения сидя, сгибая ноги сделать перекат назад на спину. Коснувшись лопатками пола руками, поддерживая поясницу, выпрямить ноги. Руки не расставлять широко.

Ошибки. Сгибание в тазобедренном суставе.

Тело отклонено от вертикальной плоскости.

Широко расставлены локти.

Страховка. Стоя сбоку от воспитанника захватив руками голень, предотвращать наклон ног за голову. Поддерживать сзади за бедро, добиваться более точного вертикального положения тела и вытянутой стопы.

Мост.

Техника выполнения. Лежа на спине, широко расставить согнутые ноги. Упереться согнутыми руками с развернутыми к голове пальцами. Выпрямляя одновременно руки и ноги, прогнуться и наклонить голову назад.

Ошибки. Ноги согнуты, ступни на носках.

Ноги согнуты в коленях, плечи смещены от точек упора кистями.

Страховка. Стоя сбоку поддерживать, под спину у лопаток, другой под поясницу.

Стойка на руках.

Техника выполнения.

Подготовительные упражнения:

1. Из положения, лежа на спине, поднять ноги (2 - 3 см. от пола), руки и плечи, напрягая мышцы в области поясницы, на 10 сек. Почувствуйте, так будет работать передняя часть туловища. Так будет и при стойке на руках.
2. Из положения, лежа на животе, поднять ноги (2 - 3 см. от пола), руки и плечи, напрягая мышцы в области поясницы, на 10 сек. Почувствуйте, так будет работать задняя часть туловища. Так будет и при стойке на руках.
3. Упор лежа. Носок на стопе, руки строго прямые (под углом 90* к полу). Пальцы рук растопырены и чуть повернуты друг другу, удерживать 10 сек., корпус строго прямой. При этом воспитанники должны превратить корпус в жесткую прямую. Если не удается удержать стойку, развиваем мышцы рук с помощью отжимания.
4. Возле стены, стоя на руках, выполнить мах ногой, оттолкнувшись от пола и коснуться стены опорной ногой, другую ногу подтянуть к опорной, но не соединять, избегая прогиба корпуса.
5. Возле стены, стремиться соединить ноги, касаясь пятками стены.
6. Увеличить расстояние от стены и попробовать удержать, равновесие.

Страховка: стоя сбоку поддерживать ноги воспитанника.

Список литературы

Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.

Бекина С. И. Музыка и движение. -М., Просвещение, 1998.

Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. I,II. – Челябинск: ЧГИК, 1993.

Раздобаркина Л.Л. Танцуйте на здоровье. -Ростов-на-Дону, "Феникс", 2007.

Смит.Л. Танцы. Начальный курс. – М., 2001.

6.Гваттерини М. Учимся танцевать. Азбука балета. Москва, 2001.

Приложение

Контрольно – измерительные материалы

- *вводная диагностика*
 1. Выполнить заданное движение партерной гимнастики и указать на возможные ошибки в исполнении движений
 2. Выполнить заданное движение современного танца и указать на возможные ошибки в исполнении движений
 3. Протестировать результат физических данных (по таблице)
- *промежуточная аттестация* уровня обученности
 - 1.показать грамотность в выполнении заданных движений на гибкость, растяжку; указать на возможные ошибки в исполнении движений;
 - 2.продемонстрировать результат улучшения физической выносливости и техники исполнения заданных упражнений и движений;
 - 3.продемонстрировать понимание музыкального материала через отображения в движении характера и темпа исполнения, динамики мышечного напряжения; воспроизведения ритма;
 - 4.выполнить задание на усложненную ориентировку в пространстве;
 - 5.выполнить задание на усложненную координацию движений;
 - 6.продемонстрировать улучшения исполнения данного движения партерной гимнастики;

Тестовый опрос промежуточного контроля теоретической части

Проверяем:

1. усвоение материала по хореографической терминологии и основам хореографических дисциплин;

2. умение использовать практические знания в теоретическом опросе.

Форма оценки результатов: используется 25 -балльная система оценки результатов каждого обучающегося.

20-25 баллов – высокий уровень,

10- 19 баллов – средний уровень,

1- 9 балла – низкий уровень.

Задание №1

Установить соответствие по номерам, поставив соответствие А,Б,В,Г.

Каким понятиям соответствуют данные требования:

- 1. подтянутость А- суставов
- 2. натянутость Б- корпуса
- 3. выворотность В- ног
- 4. сокращенность

Задание №2

Выбрать единственный правильный ответ:

Вопрос: Какой композитор написал балеты «Лебединое озеро»,«Спящая красавица», «Щелкунчик»?

- 1. Глазунов
- 2. Чайковский
- 3. Прокофьев

Задание №3

Вместо многоточия дополните пропущенную фразу:

Понятие «танцевальность» включает в себя...

Задание №4

Установите соответствие по номерам, поставив соответствие –А,Б,В,Г,Д,Е.

Вопрос: Каким движениям соответствуют данные термины?

Движения

- 1. подъем ноги на воздух
- 2.. половина приседания
- 3. проведение ноги вперед и назад через первую позицию
- 4. полное приседание
- 5. внутрь и наружу.
- 6. подъем на полупальцы.

Термины:

- А – деми плие
- Б – гран плие
- В – пассе пар терр
- Г – батман релевелянт
- Д – релеве
- Е – ан деор и ан дэдан

Задание №5

Дать правильное название движениям.

Вопрос: Каким упражнениям русского танца соответствуют бытовые движения?

Бытовые движения:

- 1 – мотать ногой;
- 2 – ударять ногой;
- 3 – скакать
- 5 – смена ног при хольбе

6 – ходить «павой»

7 – усталый шаг.

Упражнения:

А – ковырялочка;

Б – моталочка;

В – притоп;

Г – подскоки

Д – шаркающий шаг

Е – переменный шаг

Ж – сценический шаг;

- ***итоговая аттестация*** уровня обученности

1. продемонстрировать результат улучшения развития своих данных (подъем – увеличение до 0.5 см – низкий уровень, от 0.5 – 1 см – средний уровень, больше 1 см – высокий уровень; выворотность – увеличение до 0.5 см – низкий уровень, от 0.5 – 1 см – средний уровень, больше 1 см – высокий уровень;

шаг – увеличение до 0.1 градуса – низкий уровень, от 1 до 2 градусов – средний уровень, больше 2 градусов – высокий уровень;

гибкость – увеличение до 0.5 градусов – низкий уровень, от 0.5 до 10 градусов – средний уровень, больше 10 градусов – высокий уровень;

прыжок – увеличение до 0.5 см – низкий уровень, от 0.5 – 1 см – средний уровень, больше 1 см – высокий уровень)

показать грамотность в выполнении заданного движения;

2. показать грамотность в выполнении предложенного педагогом движения бального танца, указать на возможные ошибки в исполнении движений;

3. продемонстрировать грамотное исполнение, актерское мастерство в исполнении бальных танцев.

4. продемонстрировать в исполнении хореографического номера грамотность выполнения движений и комбинаций, чистоту переходов, рисунков, техничность и актерское мастерство.

5. проявить способность к художественным ассоциациям;