

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«СТРЕКОЗА»**

Возраст детей 6-12 лет

Срок реализации 5 лет

**Разработчики:**

Криловецкая Ирина Георговна,

педагог дополнительного образования

Лупова Светлана Мараимовна,

педагог дополнительного образования

# 

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Стрекоза» направлена на обучение основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, воспитание эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития учащегося.

В самые древние времена танец был одним из первых языков, которым люди могли выражать свои чувства. Танец содержит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, танец приносит радость, как исполнителю, так и зрителю, раскрывает и растит духовные силы, воспитывает вкус и любовь к прекрасному. Танец – эффективное развивающее средство, способствующее телесно-духовному совершенствованию ребенка. Это один из факторов развития гармоничной и духовно богатой личности. Танец – это совокупность выразительных и организованных движений, подчиненных общему ритму. Он обладает большой силой и интенсивностью эмоционального воздействия, приобщая ребенка к символическому языку жестов и танцевальных движений. Подход к пониманию природы танца осуществляется по принципу «от простого к сложному». Поэтапное развитие моторики ребенка, сенсорных и мышечных рефлексов, чувства ритма, умения подчинять движение тела музыкальной теме танца способствует общему развитию психических функций детского организма, свойств и качеств растущей и развивающейся личности.

Данная программа разработана для хореографической студии и относится к ***художественной направленности,*** ориентирована на развитие общей и эстетической культуры воспитанников, а также художественных способностей и склонностей в хореографическом искусстве.

По уровню освоения программа является 2-х уровневой: общекультурной -2 года и ***базовой*** – 3 года обучения.

***Актуальность данной программы*** заключается в использовании наряду с традиционными методиками обучения хореографии методы совершенствования опорно-двигательного аппарата, коррекции осанки, технологии дыхательной гимнастики. Актуальность программы подтверждается статистическими данными медицинских исследований, констатирующих факт роста количества детей дошкольного и младшего школьного возраста с нарушением осанки, опорно-двигательного аппарата, заболеваний дыхательных путей. В процессе систематических занятий танцами у детей вырабатываются координация, формируется грациозная фигура, правильная осанка. В процессе обучения развивается физическая сила, выносливость, ловкость.

***Основной идеей программы*** является то, что благодаря занятиям в студии у учащихся формируется устойчивый интерес к культурным ценностям вообще, и к искусству танца в частности. В процессе обучения, учащиеся не только изучают различные дисциплины (классический, танец, народный, джаз, модерн и др.), но также участвуют в концертах, фестивалях, выезжают на отдых и продолжение тренировочного процесса в детские оздоровительные лагеря, посещают театры, выставки, мастер-классы. Тем самым под руководством педагогов и родителей впитывают в себя лучшее из культурной и общественной жизни района, города, страны и даже мира.

Занимаясь в хореографической студии, дети получают всестороннее развитие: помимо основных моментов, таких как физическое, эмоциональное и интеллектуальное развитие, развиваются музыкальность, чувство ритма, эстетическая культура, этика поведения. Но, кроме этого, занятия благоприятно воздействуют на развитие качеств личности: учащиеся становятся более собранными и организованными, умеют достигать поставленной цели, активны в повседневной жизни и имеют позитивное отношение ко всему новому, в том числе и к процессу обучения.

***Отличительной особенностью данной программы*** то, что в студии могут заниматься дети 1 и 2 групп здоровья, а также дети, имеющие небольшие ограничения по физической нагрузке. Программа является ***здоровьесберегающей.*** При составлении плана занятия все эти факторы учитываются, ведутся личные дела, благодаря которым отслеживается не только результативность освоения программы, но и результативность образовательной и воспитательной деятельности по отношению к каждому отдельному учащемуся.

Вспомогательные корригирующие упражнения, дыхательная гимнастика выполняются из разных положений: на спине и животе, сидя, стоя на коленях, стоя в полный рост. Упражнения, которые выполняются, лежа на полу, разгружают позвоночник, приучают детей сосредотачивать внимание на суставно-мышечных ощущениях и учат сознательно управлять мышцами своего тела. Учащиеся осваивают также правила полного расслабления тела. В результате выполнения упражнений увеличивается гибкость суставов, эластичность мышц и связок, что позволяет ребенку уверенней чувствовать себя в выполнении танцевальных движений. Дети развиваются физически, совершенствуются двигательные навыки, развивается способность самовыражения посредством танца. Все занятия строятся по принципу общедоступности, без ущерба для качества образовательного процесса. Волнообразное построение занятий позволяет рационально чередовать трудные упражнения с легко выполняемыми, что позволяет каждому ребенку почувствовать себя успешным в данном виде деятельности, естественным образом поддерживать мотивацию трудной, но достижимой цели. Все выполняемые упражнения отбираются по принципу природосообразности. Соответствуют как строению тела, так и природным функциям опорно-двигательной и мышечной систем организма ребенка старшего дошкольного возраста. Сочетание элементов классического танца с системой вспомогательных упражнений, применяемых целенаправленно и индивидуально, особенно важно в начальный период обучения, когда организм еще пластичен, податлив к тренировкам. Это позволяет в ряде случаев проводить занятия с детьми, имеющими некоторые физические ограничения и успешно корректировать неблагоприятные тенденции развития. Занятия расширяют двигательные возможности ребенка, а его сфера личности обогащается положительными эмоциональными переживаниями радости достижения ранее недоступной сферы деятельности, общения с другими детьми, успешных выступлений на показательных мероприятиях.

Все вышеперечисленное позволяет говорить о хорошей социализации, учащиеся студии легче адаптируются в повседневной жизни, они социально активны, востребованы как творческие личности, чаще выступают в качестве лидеров.

**Адресат программы**

В студии занимаются дети 6-15 лет.

По программе «Стрекоза» на первом году обучения могут заниматься дети без предварительного отбора по уровню специальных данных, имеющие справку от врача об отсутствии противопоказаний. Ко второму году обучения складывается творческий ансамбль и дополнительный набор осуществляется по собеседованию, на котором претендент должен

* Знать: правила исполнения движений классического, народного и эстрадного танца на уровне года обучения, соответствующего возрасту.
* Уметь: правильно и эмоционально выполнять движения и комбинации. На достаточном уровне владеть своим телом.
* Иметь навыки: взаимодействовать в коллективе, сценических выступлений.
* Иметь мотивацию к занятиям хореографическим творчеством

**Цель программы**

Формирование общей культуры учащихся посредством обеспечения духовно-нравственного воспитания и развития творческих способностей в хореографическом коллективе.

**Задачи**

*Обучающие*

1. Освоение элементов классического танца.
2. Освоение элементов народно-характерного танца.
3. Освоение элементов джаз-модерн танца.
4. Изучение специальной терминологии.
5. Обучение выразительному исполнению.

*Развивающие*

1. Развитие музыкально – образного мышления.
2. Развитие познавательных интересов.
3. Развитие эмоциональной сферы.
4. Развитие специальных способностей.

*Воспитательные*

1. Воспитание трудолюбия, ответственности и др. личностных качеств.
2. Воспитание патриотизма.
3. Воспитание толерантности.
4. Совершенствование навыков публичного выступления.

**УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

В студию на первый год обучения принимаются дети 6-7 лет, без медицинских противопоказаний к занятиям хореографией.

Возможен прием детей на последующие годы обучения при наличии вакантных мест в коллективе по результатам собеседования (прослушивания). На собеседовании обращается внимание на следующие критерии:

на 2-ой и последующие года обучения:

* Отсутствие ярко выраженных физических дефектов (например, косолапие, сутулость).
* Знания, умения и навыки, определяемые результатом обучения по программе.

Режим занятий составлен в соответствии с нормативами СанПиН **2.4.4.3172-14** и имеет следующий объем часов:

1-ый год – 144 академических часа;

2-ой год – 144 академических часа.

3-ий год – 216 академических часов.

4-ый год – 216 академических часов.

5-ый год – 216 академических часов.

Минимальная наполняемость в группах имеет следующий состав учащихся:

1 год – не менее 15 человек;

2 год – не менее 12 человек.

3-ий и последующие – не менее 10 человек.

В процессе обучения в течение первых двух лет учащиеся получают начальную хореографическую подготовку по классическому танцу, осваивают базовые упражнения и комбинации, изучают детский танцевальный репертуар (детские и народные танцы), начиная с третьего года обучения изучается народно-сценический и джаз-модерн танец, появляются постановки различного стиля и характера. На всем протяжении обучения по программе коллектив ведёт активную концертную деятельность, участвует в конкурсах и фестивалях различного уровня, учащиеся посещают мастер-классы. Часть работы проводится на каникулярных выездах в детские оздоровительно-образовательные учреждения (осенний и весенний период на 10 дней в Ленинградскую область и летний период на 21 день в ДОЛ на Черноморское побережье). На таких выездах кроме работы над репертуаром и работы над развитием данных огромное внимание уделяется воспитательной работе и развитию личностных качеств через участие в мероприятиях лагеря и отряда.

**Формы и методы работы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Года обучения | Недельная нагрузка | Направления деятельности | Кол-во часов | | Формы  и методы |
| всего | В том числе |
| 1-ый год | 2 раза по 2 академических часа | * Основы классического танца * Работа над репертуаром * выезды на каникулы в ДОЛ. | 144 | 84  36  14 | Объяснение,  репетиция, концерт;  аттестационное занятие;  посещение мастер-класса;  посещение театра;  выезды на каникулы в ДОЛ. |
| 2-ой год | 2 раза по 2 академических часа | * Основы классического танца * Работа над репертуаром * выезды на каникулы в ДОЛ. | 144 | 84  36  14 | Объяснение,  репетиция, концерт; конкурс, фестиваль,  аттестационное занятие;  посещение мастер-класса;  посещение театра;  выезды на каникулы в ДОЛ. |
| 3-ий год | 3 раза по 2 академических часа | * Основы классического танца * Джаз-модерн танец * Народно-сценический танец * Работа над репертуаром * выезды на каникулы в ДОЛ. | 216 |  | Объяснение,  репетиция, концерт; конкурс, фестиваль,  аттестационное занятие; посещение мастер-класса;  посещение театра;  выезды на каникулы в ДОЛ. |
| 4-ый год | 3 раза по 2 академических часа | * Основы классического танца * Джаз-модерн танец * Народно-сценический танец * Работа над репертуаром * выезды на каникулы в ДОЛ. | 216 |  | Объяснение,  репетиция, концерт; конкурс, фестиваль,  аттестационное занятие; посещение мастер-класса;  посещение театра;  выезды на каникулы в ДОЛ. |
| 5-ый год | 3 раза по 2 академических часа | * Основы классического танца * Джаз-модерн танец * Народно-сценический танец * Работа над репертуаром * выезды на каникулы в ДОЛ. | 216 |  | Объяснение,  репетиция, концерт; конкурс, фестиваль,  аттестационное занятие; посещение мастер-класса;  посещение театра;  выезды на каникулы в ДОЛ. |

Для реализации программы требуется следующее **материально-техническое обеспечение**:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Оборудование | Примечания |
|  | Зал для занятий хореографией | 1 |
|  | Магнитофон (музыкальный центр) | 1 |
|  | Удлинители | 2 |
|  | Коврики гимнастические | 16 |
|  | Утяжелители | 32 |
|  | Ленты эластичные для растяжки | 10 |
|  | Скакалки | 16 |
|  | Костюмы и аксессуары для постановок. |  |

Необходимое оборудование:

1. Оборудование зала:

- станок

- покрытие пола (паркет, сплошной линолеум или спец. покрытие).

- зеркала

1. Форма одежды:

* девочки: белые колготки, белые купальники, юбочки, балетные туфли мягкие, народные туфли, джазовки;
* мальчики: черные лосины и белые майки, допускаются подтяжки. Мягкая обувь для классического танца. Народные сапоги. Джазовки.

Занятия по программе ведёт педагог дополнительного образования в области хореографии.

**Планируемые результаты**

**Предметные результаты изучения хореографии отражают опыт учащихся в танцевальной деятельности, а именно:**

* развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству и различным видам танцевально-творческой деятельности;
* общее понятие о роли хореографии в жизни учащегося и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;
* представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, религиозной самобытности танцевального искусства разных народов;
* использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно-образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;
* готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов;
* участие в создании танцевально-пластических композиций, хореографических постановок, импровизаций, танцевальных фестивалей, концертов, конкурсов и др.

**Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности, и отражают:**

* формирование знаний о роли хореографии для укрепления здоровья (физического, социального и психического), о положительном влиянии танца на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о хореографии как факторе успешной учебы и социализации;
* формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями основных физических качеств (быстроты, координации, гибкости, выносливости);
* формирование навыка обнаружения ошибок при выполнении учебных заданий;
* формирование навыка взаимодействия со сверстниками;
* формирование умения планирования занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга с использованием средств хореографии;
* осуществление анализа и объективной оценки выступлений своих сверстников, а также результатов собственного труда;
* видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека;

**Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса, а именно:**

* формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, а также уважительного отношения к истории и культуре других народов;
* овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
* проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
* проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
* формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**1-ый год обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | | | **Формы контроля** |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Наблюдение, входная диагностика (приложение 2) |
| 2 | PAR TERRE-гимнастика | 36 | 10 | 26 | Наблюдение, результату замеров 1 раз в месяц (приложение 3) |
| 3 | Классический EXERSICE | 34 | 10 | 24 | Наблюдение, открытые занятия(3 раза в год), контрольное занятие(2 раза в год) |
| 4 | ALLEGRO | 12 | 4 | 8 | Наблюдение |
| 5 | Музыкально-ритмическое развитие | 16 | 6 | 10 | Наблюдение, диагностика (приложение 2) |
| 6 | Постановочно-репетиционная работа | 34 | 14 | 20 | Наблюдение |
| 7 | Концертная деятельность | 8 | - | 8 | Участие в концертной деятельности, концертно-репертуарная карта (приложение 1) |
| 8 | Итоговое занятие | 2 | 2 | - | Итоговая диагностика (приложение 2) |
|  | **Итого:** | **144** | **46** | **98** |  |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**2-ой год обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | | | **Формы контроля** |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
|  | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Наблюдение, входная диагностика (приложение 2) |
|  | PAR TERRE – гимнастика | 20 | 5 | 15 | Наблюдение, диагностика (приложение 3) |
|  | Классический EXERSICE | 40 | 10 | 30 | Наблюдение, открытые занятия(3 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | ALLEGRO | 14 | 4 | 10 | Наблюдение |
|  | Музыкально-ритмическое развитие | 18 | 6 | 12 | Наблюдение, диагностика (приложение 2) |
|  | Постановочно-репетиционная работа | 38 | 10 | 28 | Наблюдение |
|  | Концертная деятельность | 8 | - | 8 | Участие в концертной деятельности, концертно-репертуарная карта (приложение 1) |
|  | Аттестационное занятие | 2 | - | 2 | Промежуточная диагностика  (приложение 2) |
|  | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | Итоговая диагностика (приложение 2) |
|  | **Итого:** | **144** | **46** | **98** |  |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**3-ий год обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | | | **Формы контроля** |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
|  | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Наблюдение, входная диагностика (приложение 2) |
|  | Классический EXERSICE | 40 | 10 | 30 | Наблюдение, открытые занятия(2 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | Джаз-танец | 60 | 20 | 40 | Наблюдение, открытые занятия(2 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | Народно-сценический танец | 40 | 15 | 25 | Наблюдение, открытые занятия(2 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | Постановочно-репетиционная работа | 54 | 10 | 44 | Наблюдение |
|  | Концертная деятельность | 16 | - | 16 | Участие в концертной и конкурсной деятельности;  концертно-репертуарная карта (приложение 1) |
|  | Аттестационное занятие | 2 | - | 2 | Промежуточная диагностика  (приложение 2) |
|  | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | Итоговая диагностика (приложение 2) |
|  | **Итого:** | **216** | **57** | **159** |  |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**4-ый год обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | | | **Формы контроля** |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
|  | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Наблюдение, входная диагностика (приложение 2) |
|  | Классический EXERSICE | 40 | 10 | 30 | Наблюдение, открытые занятия(2 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | Джаз-танец | 60 | 20 | 40 | Наблюдение, открытые занятия(2 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | Народно-сценический танец | 40 | 15 | 25 | Наблюдение, открытые занятия(2 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | Постановочно-репетиционная работа | 50 | 10 | 40 | Наблюдение |
|  | Концертная деятельность | 20 | - | 20 | Участие в концертной и конкурсной деятельности;  концертно-репертуарная карта (приложение 1) |
|  | Аттестационное занятие | 2 | - | 2 | Промежуточная диагностика  (приложение 2) |
|  | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | Итоговая диагностика (приложение 2) |
|  | **Итого:** | **216** | **57** | **159** |  |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**5-ый год обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | | | **Формы контроля** |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
|  | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Наблюдение, входная диагностика (приложение 2) |
|  | Классический EXERSICE | 30 | 10 | 20 | Наблюдение, открытые занятия(2 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | Джаз-танец | 50 | 15 | 35 | Наблюдение, открытые занятия(2 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | Народно-сценический танец | 50 | 15 | 35 | Наблюдение, открытые занятия(2 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год) |
|  | Постановочно-репетиционная работа | 50 | 10 | 40 | Наблюдение |
|  | Концертная деятельность | 30 | - | 30 | Участие в концертной и конкурсной деятельности;  концертно-репертуарная карта (приложение 1) |
|  | Аттестационное занятие | 2 | - | 2 | Промежуточная диагностика  (приложение 2) |
|  | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | Итоговая диагностика (приложение 2) |
|  | **Итого:** | **216** | **52** | **164** |  |