

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ №144**

КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

ГБОУ лицей №144

Протокол № 151

от 30 августа 2018г.

УТВЕРЖДАЮ

Приказ от 31августа 2018 г. №272-о/д

Директор лицея №144



(Л. А. Федорова)

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«СТРЕКОЗА. ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

Возраст детей 6-10 лет
Срок реализации 2 года

Разработчик:

Криловецкая Ирина Георговна,
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 общекультурной и рассчитана на два 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 вышперечисленное позволяет говорить о хорошей социализации, наши учащиеся легче адаптируются в повседневной жизни, они социально активны, востребованы как творческие личности, чаще выступают в качестве лидеров.

Адресат программы

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. Изучение специальной терминологии.
4. 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 толерантности.
3. 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 год обучения:

- Отсутствие ярко выраженных физических дефектов (например, косолапие, сутулость).
- Знания, умения и навыки, определяемые результатом обучения на Программа рассчитана на 2 года обучения.

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.

Наполняемость в группах предполагает следующий состав учащихся:

1 год – не менее 15 человек;

2 год – не менее 12 человек.

В процессе своего обучения учащиеся получают начальную хореографическую подготовку по классическому танцу, осваивают базовые упражнения и комбинации, изучают детский танцевальный репертуар (детские и народные танцы). На всем протяжении обучению по программе ведут активную концертную деятельность, участвуют в работе ансамбля. Часть работы коллектив проводит 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	<ul style="list-style-type: none"> • Основы классического танца • Работа над репертуаром 	144	84 36 14	Объяснение, репетиция, концерт; аттестационное занятие; посещение театра;

		<ul style="list-style-type: none"> • выезды на каникулы в ДОЛ. 			выезды на каникулы в ДОЛ.
2-ой год	2 раза по 2 академических часа	<ul style="list-style-type: none"> • Основы классического танца • Работа над репертуаром • выезды на каникулы в ДОЛ. 	144	84 36 14	Объяснение, репетиция, концерт; конкурс, фестиваль, аттестационное занятие; посещение театра; выезды на каникулы в ДОЛ.

Занятия по программе ведёт педагог дополнительного образования в области хореографии. Желательно отдельный педагог по каждому танцевальному направлению.

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

№ п/п	Оборудование	Примечания
1.	Зал для занятий хореографией	1
2.	Магнитофон (музыкальный центр)	1
3.	Удлинитель	2
4.	Коврики гимнастические	16
5.	Утяжелители	32
6.	Ленты эластичные для растяжки	10
7.	Скакалки	16
8.	Шпаги	12
9.	Подсолнухи (цветы искусственные)	24
10.	Костюмы	

На занятиях по классическому танцу необходимо:

1. Оборудование зала:

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

2. 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.

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, результаты 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	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Наблюдение, входная диагностика (приложение 2)
2.	PAR TERRE – гимнастика	20	5	15	Наблюдение, диагностика (приложение 3)
3.	Классический EXERSICE	40	10	30	Наблюдение, открытые занятия(3 раза в год), контрольные занятия (2 раза в год)
4.	ALLEGRO	14	4	10	Наблюдение
5.	Музыкально-ритмическое развитие	18	6	12	Наблюдение, диагностика (приложение 2)
6.	Постановочно-репетиционная работа	38	10	28	Наблюдение
7.	Концертная деятельность	8	-	8	Участие в концертной деятельности, концертно-репертуарная карта (приложение 1)
8.	Аттестационное занятие	2	-	2	Промежуточная диагностика (приложение 2)
9.	Итоговое занятие	2	1	1	Итоговая диагностика (приложение 2)
	Итого:	144	46	98	

Календарный учебный график
реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Стрекоза. Основы хореографического творчества»
на 2018-2019 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество во учебных часов	Режим занятий
1 год	10.09.2018	25.05.2019	36	36	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	01.09.2018	25.05.2019	36	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

Оценочные и методические материалы к программе «Стрекоза. Основы хореографического творчества»

1. Педагогические методики и технологии, используемые на занятиях.

1. Игровые технологии.

Игровые технологии обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта. Понятие «игровые педагогические технологии» включает достаточно обширную группу методов и приемов организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр. В отличие от игр вообще педагогическая игра обладает существенным признаком – четко поставленной целью обучения и соответствующим ей педагогическим результатом, которые могут быть обоснованы, выделены в явном виде и характеризуются учебно-познавательной направленностью.

2. Технология обучения в сотрудничестве.

Данная технология позволяет организовать обучение воспитанников в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу. В первом случае занимающиеся разбиваются на группы в несколько человек. Группам дается определенное задание, например, самостоятельно составить танцевальный этюд. Это эффективная работа для усвоения нового материала каждым ребенком. Разновидностью индивидуально-групповой работы может служить, например, индивидуальная работа в команде. Каждая команда придумывает свой этюд, и показывают друг другу. Члены команды просматривают этюды, ведется обсуждение, указывают на недочеты. Основные принципы педагогики сотрудничества:

- учение без принуждения;
- право на свою точку зрения
- право на ошибку; -успешность;
- сочетание индивидуального и коллективного воспитания.

Для того чтобы ребенок ощущал эмоциональное благополучие, чтобы ему было комфортно на занятии, должна быть создана нужная атмосфера, важными составляющими которой являются взаимное уважение, искренность и юмор. При такой атмосфере дети смогут вести себя свободно и реализовывать свои собственные интересы, то есть постепенно начнет создаваться атмосфера сотрудничества.

3. Информационные технологии.

Данные технологии используются для обеспечения материально-технического оснащения. Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и проведение концертных выступлений воспитанников. Для качественного звучания танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям используются компьютерные технологии.

Применение компьютера позволяет педагогу:

- накапливать и хранить музыкальные файлы;
- менять темп, звуковысотность музыкального произведения;
- производить монтаж, компеляцию музыкального произведения;
- хранить фото- и видеоматериалы коллектива;
- готовить и проводить занятия с использованием ИКТ;
- поддерживать контакты с коллегами;
- осуществлять деловое общение с родителями.

ИКТ даёт возможность воспитанникам:

- эффективно осуществлять поиск и переработку информации;

- пользоваться почтовыми услугами Интернета;

При условии систематического использования информационных технологий в учебном процессе в сочетании с традиционными методами обучения можно значительно повысить эффективность обучения хореографии.

4. Технология здоровье сберегающего обучения.

«Здоровье формирующие образовательные технологии» по определению Н.К. Смирнова – это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Для занятий хореографией мною принимаются дети с различными физическими данными, поэтому возникает необходимость на уроках заниматься как общим физическим развитием ребенка, так и исправлением (коррекцией) физических недостатков. Формирование правильной техники исполнения движений создает и более совершенную форму тела. В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Воспитанники учатся использовать полученные знания в повседневной жизни. И это способствует общему оздоровлению ребенка. В своей работе я использую здоровьесберегающие образовательные технологии. Они подразделяются на подгруппы:

- организационно-педагогические;
- психолого-педагогические технологии;
- учебно-воспитательные технологии;
- лечебно-оздоровительные технологии;
- физкультурно-оздоровительные технологии.

5. Технология проблемного обучения.

В целях повышения эффективности воспитательной работы важно использовать проблемную методику. Особенностью данного подхода является реализация идеи «обучение через открытие»: ребенок должен сам открыть явление, закон, закономерность, свойства, способ решения задачи, найти ответ на неизвестный ему вопрос. При этом он в своей деятельности может опираться на инструменты познания, строить гипотезы, проверять их и находить путь к верному решению. Принципы проблемного обучения:

- самостоятельность обучающихся;
- развивающий характер обучения;
- интеграция и вариативность в применении различных областей знаний;
- использование дидактических алгоритмизированных задач.

В отличие от традиционной, когда детям сообщается «готовая» информация обучения, проблемная методика предлагает более активную умственную и эмоциональную деятельность. В процессе занятий возможно предложить детям дополнить танцевальную комбинацию или сочинить ее полностью, исполнить то или иное движение, которое не касается их программы обучения. Дети сначала робко, а потом и смело, при поддержке преподавателя, активно включаются в творческую работу. Важно, чтобы ребенок смог применить свои знания, желания в осуществлении задуманного. Необходимо поощрять творческую инициативу учащихся, так как многие из них впоследствии, становясь старше, помогают своим педагогам в работе с младшими детьми. Разумный педагог доверяет своему ученику, направляет его в учебной и постановочной работе. Таким образом, дети, столь активно включившись в творческую хореографическую атмосферу, выбирают профессию хореографа. Увлекаясь хореографией, они начинают интересоваться тем, что связано с миром танца, беседовать и обсуждать между собой темы, связанные с искусством танца, просматривать специальные видеозаписи и т.д. Здесь уместно привлечь детей к

аналитической работе, организуя различные беседы, диспуты, чтобы учащиеся правильно понимали содержательную сторону хореографического искусства.

II. Дидактические материалы

№ п/п	Методическое сопровождение программы	Вид материала
1.	Игра «Своя игра. Танцы»	Игра с использованием ИКТ (презентация)
2.	Игра «Ассоциации. Танец»	Игра с использованием ИКТ (презентация)
3.	«Правила исполнения движений»	Раздаточный материал
4.	Терминология	Раздаточный материал

Разработки для организации контроля и определения результативности обучения

- концертно-репертуарная карта;
- диагностика освоения программы, проводимая 3 раза в год по семи критериям диагностика сформированности коллектива (Г. Н. Сибирцевой), по трём уровням;
- диагностика сформированности эстетической воспитанности;
- методика измерения художественно-эстетической потребности (по В.С.Аванесову);
- информационная карта результативности участия детей в конкурсах и фестивалях различного уровня;
- диагностика творческого мышления по тестам Вильямса (проводится на 2-ом году обучения);
- диагностика сформированности коллектива (Г. Н. Сибирцевой);
- диагностика психологической атмосферы в коллективе (по Л. Г. Жедуновой);
- выявление уровня самооценки (по Р. В. Овчаровой).

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ №144
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ГБОУ лицей №144
Протокол № 151
от 30 августа 2018г.

УТВЕРЖДАЮ
Приказ от 31 августа 2018 г. №272-о/д
Директор лицея №144




(Л. А. Федорова)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе
«СТРЕКОЗА. ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

1-ый год обучения
Возраст 6-8 лет

Разработчик:
Криловецкая Ирина Георговна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2018

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ первого года обучения

1. Вводное занятие

Теория: правила поведения на занятии и в лицее. Инструктаж по технике безопасности. Рассказ о танцевальном искусстве, хореографической студии «Стрекоза».

Практика: Игра «хоровод-знакомство», входная диагностика.

2. Музыкально-ритмическое развитие

Теория: Знакомство со средствами музыкальной выразительности. Темп. Рисунок. Эмоциональная окраска. Характер и динамика движений; форте, пиано, легато, стаккато. Форма и фразировка: а) часть; б) предложение; в) фраза. Работа над движениями в пространстве, метр, затакт.

Практика: Танцевальная игра «Танец пяти движений». Ритмические упражнения. Игра «Танец морских волн». Отражение в движении характера музыки; отражение в движении динамических оттенков. Этюды. Движение, отмечающее начало такта; затактовое построение. Движение из-за такта

3. Par terre – гимнастика

Теория: развитие эластичности и крепости голеностопа, разработка выворотности, подвижности в тазобедренном суставе, выработка осанки и гибкости. Разработка эластичности мышц и связок задней поверхности бедра.

Практика: упражнения на развитие подъёма и подвижности стопы. упражнения «Бабочка», «Лягушка». Упражнения на растяжку, «шпагат», «разворот», упражнения «мостик», «лодочка», «кошечка», «рыбка», «самолетик», перегибы в разных положениях. Различные виды «шпагатов» — продольный, поперечный, с провисом. Проработка движений классического exersice лежа на животе.

4. Allegro

Теория: правила исполнения прыжков.

Практика: Temps leve по VI позиции. Temps levé sauté по I позиции на 2/4. Temps leve saute по I, II, V позициям. Pas echappé на 4/4. Changement de pieds у станка.

5. Классический exersice

Теория: Точки класса (зала) — по методике А. Я. Вагановой. Положение en face. Понятия рабочая и опорная нога. Правила исполнения Demi-plié. Постановка корпуса в I позиции. Правила исполнения Relevé. Понятие направлений en dehors et en dedans.

Практика: постановка корпуса. Позиции ног I, II (при относительной выворотности ног). Demi-plié в I позиции. III позиция ног. Battement tendu в I позиции в сторону. Relevé на полупальцы (в невыворотных и выворотных позициях). Passé par terre. Перегиб корпуса вперед. Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Battement tendu jeté в сторону из I позиции. Положение sur le cou-de-pied основное и условное. Battement frappé в сторону, носком в пол. Battement fondu в сторону, вперед, назад носком в пол. Battement relevé lent. Grand plié по I позиции. Grand battement jeté из I позиции в сторону. I и III port de bras. Temps lié par terre. Battement frappé. Rond de jambe par terre en dehor et en dedan.

6. Постановочно-репетиционная работа

Теория: прослушивание музыки, определение образов, сюжет. Логика построения по рисункам. Логика перехода от одного движения к другому. Просмотр видеоматериалов с выступления.

Практика: разучивание комбинаций, отработка передвижений и переходов, отработка эмоционального исполнения. Разводка танца по рисунку. Работа над исполнительским мастерством. Работа над правильностью и четкостью исполнения.

7. Концертная деятельность

Теория: правила поведения на сцене.

Практика: выступление на концертах, конкурсах, фестивалях.

8. Итоговое занятие

Теория: подведение итогов, награждение.

Практика: игра с использованием ИКТ «Ассоциации. Танец». Итоговая диагностика.

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ №144
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБОУ лицей №144
Протокол № 151
от 30 августа 2018г.

УТВЕРЖДАЮ

Приказ от 31 августа 2018 г. №272-о/д
Директор лицея №144



(Л. А. Федорова)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
«СТРЕКОЗА. ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

2-ой год обучения
Возраст 8-10 лет

Разработчик:

Криловецкая Ирина Георговна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2018

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ второго года обучения

1. Вводное занятие

Теория: правила поведения на занятии и в лицее. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Игра «Ассоциации. Танец». Входная диагностика.

2. PAR TERRE – гимнастика 1

Теория: повторение правил исполнения движений и упражнений.

Практика: комплекс упражнений 1-го года обучения.

3. Классический exersice 1

Теория: повторение и закрепление выученного за 2-й год обучения.

Практика: повторение движений у станка, упражнения на координацию рук, ног, головы в движении.

4. Музыкально-ритмическое развитие 1

Теория: упражнения на развитие творческих способностей и коммуникативные навыки.

Практика: упражнение «перекинь мяч», упражнение «стоп-кадр», упражнение «музыка-парный образ», «музыка-групповой образ».

5. Постановочно-репетиционная работа

Теория: повторение пройденного материала.

Практика: работы над постановками первого года обучения.

6. Классический exersice 2

Теория: правила исполнения Grand plié.

Практика: Grand plié по 1 позиции, лицом к станку.

7. PAR TERRE – гимнастика 2

Теория: упражнения, развивающие танцевальный шаг.

Практика: махи, круговые махи, растяжка по станку, различного вида «шпагаты».

8. Классический exersice 3

Теория: правила исполнения V позиции.

Практика: battement tendu с plié по V позиции.

9. Музыкально-ритмическое развитие 2

Теория: упражнения на развитие ориентации в пространстве.

Практика: перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг.

10. Постановочно-репетиционная работа

Теория: музыкальное сопровождение номера.

Практика: прослушивание музыки к новому номеру. Работа над образом.

11. Классический exersice 4

Теория: правила исполнения piqué.

Практика: battement tendu jeté piqué.

12. Allegro 1

Теория: правила исполнения скользящего прыжка.

Практика: прыжок glissade в сторону.

13. Постановочно-репетиционная работа

Теория: лексика танца

Практика: проработка основных лексических движений.

14. PAR TERRE – гимнастика 3

Теория: выработка гибкости.

Практика: упражнение на развитие гибкости.

15. Классический exersice 5

Теория: правила исполнения balancoi.

Практика: battement tendu jeté с balancoi.

16. Музыкально-ритмическое развитие 3

Теория: сложные перестроения.

Практика: «Шен» в кругу.

17. Постановочно-репетиционная работа

Теория: лексика танца.

Практика: основные связки и комбинации.

18. Постановочно-репетиционная работа

Теория: лексика танца.

Практика: основные связки и комбинации.

19. Классический exersice 6

Теория: правила исполнения pour le pied

Практика: Battement tendu pour le pied или Double battement tendu.

20. Allegro 2

Теория: правила исполнения скользящего прыжка.

Практика: прыжок glissade вперед.

21. Музыкально-ритмическое развитие 4

Теория: рисунок танца.

Практика: разводка танца по рисунку.

22. PAR TERRE – гимнастика 4

Теория: развитие силы и выносливости.

Практика: упражнение на развитие силы и выносливости мышечного аппарата.

23. Классический exersice 7

Теория: правила исполнения préparation для rond de jambe par terre.

Практика: Temps relevé par terre en dehors.

24. Постановочно-репетиционная работа

Теория: работа над номером.

Практика: работа над правильностью и точностью исполнения номера.

25. Музыкально-ритмическое развитие 5

Теория: сложные ритмические перестроения.

Практика: перестроения из круга в круг прочесом

26. Постановочно-репетиционная работа

Теория: эмоции в танце.

Практика: работа над эмоциональным исполнением номера.

27. Классический exersice 8

Теория: правила исполнения *préparation* для *rond de jambe par terre*.

Практика: *Temps relevé par terre en dedan*.

28. Allegro 3

Теория: правила исполнения скользящего прыжка.

Практика: прыжок *glissade* назад.

29. PAR TERRE – гимнастика 5

Теория: подвижность стоп.

Практика: упражнения на развитие подвижности стоп и выработку подъёма.

30. Классический exersice 9

Теория: правила исполнения *Battement double frappé*.

Практика: *Battement double frappé* в сторону.

31. Постановочно-репетиционная работа

Теория: работа над постановками.

Практика: репетиции номеров.

32. Постановочно-репетиционная работа

Теория: подготовка к выступлению.

Практика: репетиции номеров.

33. Концертная деятельность

Теория: поведение на сцене.

Практика: выступление на новогоднем концерте ОДОД.

34. Концертная деятельность

Теория: поведение на мероприятиях.

Практика: выступление на концерте студии.

35. Музыкально-ритмическое развитие 6

Теория: простые дроби.

Практика: «Ключи»

36. PAR TERRE – гимнастика 6

Теория: развитие выворотности тазобедренного сустава.

Практика: упражнения на развитие выворотности тазобедренного сустава.

37. Классический exersice 10

Теория: правила исполнения *Battement double frappé*.

Практика: *Battement double frappé* вперед.

38. Allegro 4

Теория: правила исполнения Temps levé sauté.

Практика: Temps levé sauté с приземлением на одну ногу.

39. Классический exersice 11

Теория: правила исполнения Rond de jambe par terre на plie.

Практика: Rond de jambe par terre на plie.

40. Музыкально-ритмическое развитие 7

Теория: ритмические шаги.

Практика: переменный шаг, шаг с ударом, шаг с двойным ударом.

41. Классический exersice 12

Теория: правила исполнения Battement double frappé.

Практика: Battement double frappé назад.

42. Allegro 5

Теория: правила исполнения Pas assemblé.

Практика: Pas assemblé вперед.

43. PAR TERRE – гимнастика 7

Теория: развитие танцевального шага.

Практика: броски назад «хвост скорпиона».

44. Классический exersice 13

Теория: правила исполнения tours.

Практика: подготовительное упражнение к tours из пятой позиции у палки.

45. Постановочно-репетиционная работа

Теория: разбор музыки для постановки номера.

Практика: слушание музыки, разбор по частям. Импровизация под музыку.

46. Музыкально-ритмическое развитие 8

Теория: ритмические комбинации.

Практика: разбор ритмических комбинаций.

47. Постановочно-репетиционная работа

Теория: лексический материал.

Практика: изучение основных движений.

48. Классический exersice 14

Теория: правила исполнения tours.

Практика: tours из пятой позиции у палки.

49. Allegro 6

Теория: правила исполнения Pas assemblé.

Практика: Pas assemblé назад.

50. Постановочно-репетиционная работа

Теория: лексический материал.

Практика: изучение основных движений.

51. Постановочно-репетиционная работа

Теория: лексический материал.

Практика: изучение основных движений и комбинаций.

52. PAR TERRE – гимнастика 8

Теория: работа над выворотностью.

Практика: проработка выворотности в положении «лежа на животе»

53. Классический exersice 15

Теория: правила исполнения tours.

Практика: tours из пятой позиции на середине.

54. Постановочно-репетиционная работа

Теория: лексический материал.

Практика: работа над основными движениями и комбинациями.

55. Музыкально-ритмическое развитие 9

Теория: ритмические комбинации.

Практика: импровизация в ритмических комбинациях.

56. Постановочно-репетиционная работа

Теория: рисунок танца.

Практика: разводка танца по рисунку.

57. Классический exersice 16

Теория: правила исполнения Petit battement.

Практика: Petit battement.

58. Allegro 7

Теория: правила исполнения Sissonne simple.

Практика: Sissonne simple.

59. Постановочно-репетиционная работа

Теория: эмоциональное исполнение.

Практика: работа над эмоциональным исполнением номера.

60. PAR TERRE – гимнастика 9

Теория: развитие данных.

Практика: упражнения на развитие «натянутости» коленей.

61. Классический exersice 17

Теория: правила исполнения Rond de jambe en l'air.

Практика: Rond de jambe en l'air.

62. Постановочно-репетиционная работа

Теория: эмоциональное исполнение.

Практика: работа над эмоциональным исполнением номера.

63. Классический exersice 18

Теория: правила исполнения Battement relevé lent.

Практика: Battement relevé lent на 90°.

64. Постановочно-репетиционная работа

Теория: эмоциональное исполнение.

Практика: работа над эмоциональным исполнением номера.

65. PAR TERRE – гимнастика 10

Теория: развитие данных.

Практика: упражнения на развитие выворотности тазобедренного сустава.

66. Классический exersice 19

Теория: правила исполнения Battement développé.

Практика: Battement développé.

67. Постановочно-репетиционная работа

Теория: подготовка к концерту.

Практика: репетиция на сцене.

68. Классический exersice 20

Теория: правила исполнения Grand battement jeté.

Практика: Grand battement jeté.

69. Концертная деятельность

Теория: правила поведения на мероприятии.

Практика: выступление на отчетном концерте студии.

70. Концертная деятельность

Теория: правила поведения на сцене.

Практика: выступление на отчетном концерте ОДОД.

71. Аттестационное занятие

Практика: показ занятия по классическому танцу.

72. Итоговое занятие

Теория: итоговая диагностика.

Практика: игровая программа.