

Областное государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Школа-интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья № 16»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
Протокол №1 от 29.08.2023

Утверждаю:
Директор ОГКОУ «Школа-интернат №16»
В. В. Фадеева
Приказ № 15 от 29.08.2023



**АДАптированная дополнительная
общеразвивающая программа.
Хореографическая студия «Калейдоскоп»**

Направленность: художественно-эстетическая
Возраст обучающихся: 12-16 лет
Срок реализации программы: 2 года
Уровень программы: базовый

Автор-разработчик:
Филатова Варвара Геннадьевна –
учитель ритмики

Ульяновск
2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Направленность программы - художественно-эстетическое.

Уровень освоения программы – базовый.

Образовательная область программы

Адаптированная (для детей с ОВЗ, ЗПР) дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа хореографической студии «Калейдоскоп» (далее – программа) разработана в соответствии с Рекомендациями Министерства культуры РФ по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств в детских школах искусств (2013 г.). Адаптированная (для детей с ОВЗ, ЗПР) дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области хореографического искусства (Хореографическая студия «Калейдоскоп») создана для способствования эстетическому воспитанию граждан, привлечения наибольшего количества детей к художественному образованию.

Хореографическое искусство всегда привлекало к себе внимание и приобрело широкое распространение в школьных учреждениях. Танец воспитывает выразительность движений, формирует осанку, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Одной из главных задач воспитания является всестороннее гармоничное развитие личности ребенка, для воспитанников с ОВЗ хореография корректирует недостатки в эмоционально-волевой сфере, а также способствует преодолению физических отклонений. Танец дополняет потребности ребенка с ОВЗ в творчестве, умении творить по законам красоты, которая связана с формированием мировоззрения и с воспитанием его нравственных норм. Хореографическое искусство способно выполнить эти функции, благодаря которым дети приобретают эстетическую и танцевальную культуру.

Актуальность и новизна программы

Актуальность программы состоит в том, что обучение танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

Новизна программы состоит в том, что она направлена на разучивание хореографических композиций, а также интеграцию танцевального и театрального искусства, для чего в программу включены занятия по выработыванию пластики тела, основам обучения дыханию, знакомству с основами актёрского мастерства, развитию способности к импровизации.

Адресат программы

Дополнительная общеразвивающая программа хореографической студии «Калейдоскоп» составлена для детей с задержкой психического развития 12-16 лет.

При составлении данной программы были учтены следующие факторы:

- охрана и укрепление здоровья ребенка с ограниченными возможностями, помощь родителям в его дальнейшей реабилитации;
- заболевание и возраст ребенка;
- сопутствующее отставание в развитии;
- большое желание ребенка заниматься хореографией;
- любознательность, общительность;
- дефицит общения со сверстниками;
- коллективное сотрудничество педагога, обучающегося и его родителей в ходе реализации программы.

Психологические особенности детей с ЗПР.

Быстрая утомляемость, колебания работоспособности, неустойчивость эмоционально-волевой сферы у учащихся с ЗПР обычно сопровождаются сниженными показателями физического развития и физической подготовленности. Они с трудом приспосабливаются к детскому коллективу, им свойственны колебания настроения и повышенная утомляемость. Одной из характерных особенностей детей с задержкой в развитии является отставание в развитии у них пространственных представлений, недостаточная ориентировка в частях собственного тела. Характерной особенностью детей с задержкой психического развития является выраженное нарушение у большинства из них функции активного внимания. Рассеянность внимания, усиливающаяся по мере выполнения задания, свидетельствует о повышенной психической истощаемости ребенка.

Кроме того, для многих детей характерен ограниченный объем внимания, его фрагментарность, когда ребенок в определенный момент времени воспринимает лишь отдельные части предъявляемой ему информации.

Нарушения внимания особенно выражены при двигательной расторможенности, повышенной аффективной возбудимости. У детей с ЗПР наблюдаются относительно низкие показатели силовых и скоростно-силовых способностей. Это обусловлено тем, что ловкость зависит от деятельности центральной нервной системы, процессов координации и экстраполяции, функционального совершенства анализаторных систем.

Набор детей в группы проводится без предварительного отбора. Программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей и направлена на подготовку к более сложным хореографическим движениям, и связкам, этюдам, укреплению всех мышц, которые способствуют координации движений.

Количество обучающихся в группе 12 человек.

Объём и срок реализации программы

Срок реализации программы – 2 года. Общее количество учебных часов, запланированных на один год обучения: **68 часов (I, II группы) час).**

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, воспроизведение танцевальных этюдов и композиций (танцев), участие в фестивале, конкурсах.

Форма обучения

Основные формы организации:

традиционное занятие; комбинированное занятие; практическое занятие; игра, праздник, конкурс, фестиваль; репетиция; концерт, открытый урок.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:
фронтальная; в парах; групповая; ансамблевая.

Приемы и методы организации образовательного процесса: словесный (устное изложение, беседа и т. д.); наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом); практический (упражнения).

Приемы: игра; беседа; показ видеоматериалов; показ педагогом; наблюдение.

Теоретические занятия проводятся в форме бесед, демонстрации наглядных пособий, просмотров хореографических этюдов и изучения видеозаписей.

Практические занятия включают в себя выполнение следующих заданий: музыкально - ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;

- пляски: парные, народно-тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Структура занятия состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности — 5-7 минут.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 3–4 минуты.

Занятия проводятся в игровой форме. При закреплении в обучении элементам экзерсиса целесообразно вводить дидактические музыкально-танцевальные игры.

Состав группы, режим занятий

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы 12-16 лет. Прием детей осуществляется на основании письменного заявления родителей и медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка.

Допускается возможность перевода обучающихся из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала, так же усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся, так же возможны смещение некоторых тем на другие этапы обучения.

Наполняемость группы: 12 человек

Занятия проводятся 2 раза в неделю (2 группы по 2 разу) продолжительностью 1 час.

Цель и задачи программы

Цель Программы: гармоничное развитие детей с ОВЗ посредством танцевального искусства, через приобретение базовых знаний по хореографии, творческих качеств и навыков танцовщиков.

Задачи Программы:

Обучающие:

- обучить основам партерной гимнастики;
- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца;
- обучить основам историко-бытовых танцев;
- обучить основам современной пластики.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Коррекционные

- развитие слухового и тактильно-вибрационного восприятия;
- выработка внутреннего ритма танцевальных движений;
- развитие восприятия различной акустической информации, речевых, неречевых звуков, музыки.

Отличительной особенностью образовательной программы современной хореографии является её направленность на формирование у обучающихся с ОВЗ широкого спектра умений и навыков в области танцевального искусства, а также коррекция физических недостатков и эмоционального состояния. В основе формирования исполнительских способностей лежат два главных вида деятельности обучающихся: изучение теории и творческая практика. Ценность необходимых для творчества знаний определяется, прежде всего, их системностью, ведущим, структурообразующим элементом, который является классическая хореографическая подготовка. Другими значимыми элементами являются пластика тела и чувство ритма.

Планируемые результаты

1 года обучения – Начальная ступень.

- предполагает освоение азов ритмики, изучение простейших элементов партерной гимнастики, изучение танцевальных элементов, применяя игровые технологии, исполнение простых танцевальных композиций и танцев.

- закрепление азов ритмики и партерной гимнастики, постановочная деятельность на основе изученных танцевальных движений.

2-года обучения - Основная ступень

- изучение основных упражнений народно-сценического танца, этюдов из историко-бытовых танцев, освоение современных стилей, таких как модерн и хип-хоп, работа над актерским мастерством.

Требования к уровню подготовки после 1 года обучения

Предметные:

- знание основ музыкальной грамоты (темп, ритм, размеры);
- умение ориентироваться в пространстве;
- знание основных движений, вытягивание ноги и стопы;
- умение держать правильную осанку;
- умение воспринимать музыкальные образы и способность выразить их в

движении.

Метапредметные:

- овладеть базовыми предметными и межпредметными понятиями.

Личностные:

- уметь работать в группе;
- потребность здорового образа жизни.

Требования к уровню подготовки после 2-го года обучения

Предметные:

- умение передавать в движении характер и темп музыки;
- умение перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);
- знание основных движений украинского и итальянского танцев;
- правильная осанка;
- умение правильно выполнять основные упражнения классического танца у палки, умение определять структуру музыкального произведения;
- умение ориентироваться в пространстве, перестраиваться в любые рисунки;
- владение методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- знание и умение исполнять движения венгерского и польского танца «Мазурка», имея представление о характере и манере исполнения данных танцев;
- знание основы овладения техникой джаз-танца;
- владение культурой движения рук;
- владение представлениями о выразительных средствах хореографии;
- знание происхождения изучаемых танцев.

Метапредметные:

- умение понимать причины успеха. Неуспеха учебной деятельности
- умение конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;
- оценивание красоты телосложения и осанку, сравнение их с эталонными

- образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранение сдержанность и рассудительность.

Личностные:

- взаимодействие со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- потребность к здоровому образу жизни;
- стремление к работе на результат, к творческому труду.
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общие интересы.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный (тематический) план 1 года обучения

№ п/п	Наименование темы	Всего	Практика	Теория	Формы контроля
1.	Введение. Правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарии и гигиены.	2	-	2	Тестирование
2.	Партерно-ритмическая гимнастика	35	33	2	Составление этюдов
3.	Основы народно-сценического танца	10	10	-	Участие в школьных концертах
4.	Музыкально-ритмические игры	10	10	-	Музыкальные игры
5.	Постановочная работа	10	10	-	Участие в концертах и конкурсах
6.	Открытый урок	1	1	-	Участие в фестивале

	Итого	68	64	4	
--	--------------	----	-----------	----------	--

Содержание 1 года обучения

Тема 1. Введение - 2 часа

Теория - 2 часа

Изучаются правила охраны труда, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения. Организация групп, знакомство с детьми. Вводное занятие по хореографии.

Тема 2. Партерно - ритмическая гимнастика - 35 часа

Теория - 2 часов

Музыкальные размеры 4/4; 2/4. Характер музыки. Сильные и слабые доли. Длительности, ритмический рисунок

Практика - 33

Экзерсис на середине:

- танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги);
 - бег мелкий, с захлестом назад, с подниманием колена вверх;
 - прыжки на одной ноге, меняя ноги, прыгать на 2-х ногах, в разные направления.
 - упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти);
 - упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);
 - упражнения на координацию движений;
 - упражнения на ориентацию в пространстве;
 - построение в рисунки: колонна, линия, круг, диагональ.
- Хороводный шаг с вытягиванием носка, приставной шаг, приставной шаг с приседанием.

Партерная гимнастика:

- «карандашик и утюжок» (упражнения для голеностопа);
- «бабочка» (упражнения для силы ног);
- «угольки» (упражнения для стоп);
- «черепашка» (упражнение для осанки);
- «собираем ягоды» (упражнения на растяжение мышц ног);
- «корзиночка» (упражнения для позвоночника);

- «колечко» (упражнения для позвоночника);
- «самолетики» (упражнения для мышц спины);
- «кошечка и собачка» (упражнение для спины);
- «березка» (стойка на лопатках);
- «ножницы» (упражнение для силы ног);
- «мостик» (упражнение для гибкости спины);
- «морская звезда» (упражнение для мышц спины);
- «махи поочередно ногами» (упражнение для силы и натяжения ног);
- «relevelant» вперед, назад и в сторону (упражнение для натяжения и силы ног);
- «devolure» из прямого положения (упражнение для натяжения ног);
- «выгляни в окошко» (упражнение для растяжения мышц спины).

Подготовка к шпагатам (поперечный и продольный).

Тема 3. Основы народно-сценического танца

Практика – 10 час

Экзерсис на середине:

- постановка корпуса, апломб;
- изучение позиций ног: 1,2;
- изучение позиций рук: постановка рук (надуваем шары), 1,2,3;
- приседания (по 1 и 2 позиции ног);

Элементы русского танца:

- позиции ног;
- положения рук;
- притопы (одинарные, двойные);
- «гармошка на прямых ногах и с приседанием;
- бег на месте, с продвижением, в разные направления (колени наверх «лошадкой»);
- шаг с носка, с каблука;
- «ковырялочка»;
- прыжки на двух ногах, прыжки меняя ноги поочередно.

Изучение основных движений белорусского танца «Бульба» - основной ход с продвижением вперед, на месте, назад.

Изучение базовых элементов «Австрийской польки» основной ход, перестроения, позиции рук.

Тема 4. Музыкально-ритмические игры

Практика – 10 часов

Игра на смену движений с высоким подъемом ног «лошадки резвятся».

Игра на смену темпа движения «самолеты».
Игра элементами творчества «узоры».
Подвижные игры «догони свою пару»
Игра на внимание «Вершки и корешки» «Гуси- лебеди»
Игра на воображение «Совушка» «Мыши и кот»
Игра фантазия «Море волнуется»
Игры на развитие координации «Гусеница» «Нитка иголка» «Ручеек»

Тема 5. Постановочная работа

Практика - 10 часов

Изучение танца «полька», учить держать круг, работать в парах.
Постановка танцев «Хорошие девочки», «Дружба народов»
Постановка комбинации на основе изученных материалов.

Тема 6. Открытый урок - 1 час

Практика - 1 час

Открытый урок по пройденному материалу.

Выступление на школьных концертах

**Календарный учебный график программы хореографической студии
«Калейдоскоп»**

на 2022-2023 учебный год

Год обучения: 1

Количество учебных недель: 34

№	Дата по плану	Дата по факту	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
Тема 1. Введение – 2 ч.							
1,2			2	Правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарии и гигиены	Теория	Тест	
Тема 2. Партерно - ритмическая гимнастика - 35 ч.							
3			1	Музыкальные размеры 4/4; 2/4. Характер музыки. Сильные и слабые доли.	Теория	Тест	
4			1	Длительности, ритмический рисунок	Теория		
5,6			2	Танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
7			1	Бег мелкий, с захлестом назад, с поднимание колена наверх;	Практические занятия	Выполнение упражнений	
8			1	Прыжки на одной ноге, меняя ноги, прыгать на 2-х ногах, в разные направления.	Практические занятия	Выполнение упражнений	
9			1	Упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
10			1	Упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);	Практические занятия	Выполнение упражнений	
11,12			2	Упражнения на координацию движений	Практические занятия	Выполнение упражнений	
13			1	Упражнения на ориентацию в пространстве	Практические занятия	Выполнение упражнений	
14			1	Построение в рисунки: колонна, линия, круг, диагональ.	Практические занятия	Выполнение упражнений	
15,16			2	Хороводный шаг с вытягиванием носка, приставной шаг, приставной	Практические	Составление этюдов	

				шаг с приседанием.	занятия		
Партерная гимнастика:							
17			1	«Карандашик и утюжок» (упражнения для голеностопа);	Практические занятия	Выполнение упражнений	
18			1	«Бабочка» (упражнения для силы ног);	Практические занятия	Выполнение упражнений	
19			1	«Угольки» (упражнения для стоп)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
20			1	«Черепашка» (упражнение для осанки)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
21,22			2	«Собираем ягоды» (упражнения на растяжение мышц ног)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
23			1	«Корзиночка» (упражнения для позвоночника)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
24			1	«Колечко» (упражнения для позвоночника)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
25			1	«Самолетики» (упражнения для мышц спины)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
26			1	«Кошечка и собачка» (упражнение для спины)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
27			1	«Березка» (стойка на лопатках)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
28			1	«Ножницы» (упражнение для силы ног);	Практические занятия	Выполнение упражнений	
29			1	«Мостик» (упражнение для гибкости спины)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
30			1	«Морская звезда» (упражнение для мышц спины)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
31			1	«Махи поочередно ногами» (упражнение для силы и натяжения ног)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
32,33			2	«revelant» вперед, назад и в сторону (упражнение для натяжения и силы ног);	Практические занятия	Выполнение упражнений	
34			1	«devolure» из прямого положения (упражнение для натяжения ног);	Практические занятия	Выполнение упражнений	
35			1	«Выгляни в окошко» (упражнение для растяжения мышц спины).	Практические занятия	Выполнение упражнений	
36,37			2	Подготовка к шпагатам (поперечный и продольный).	Практические занятия	Выполнение упражнений	
Тема 3. Основы народно-сценического танца -10 ч.							
Экзерсис на середине:							
38			1	постановка корпуса, апломб; изучение позиций ног: 1,2.	Тренировочные занятия	Выполнение упражнений	
39			1	Изучение позиций рук: постановка	Трениро	Выполнение	

				рук (надуваем шары), 1,2,3. Приседания (по 1 и 2 позиции ног)	вочные занятия	упражнений	
Элементы русского танца:							
40			1	Позиции ног;положения рук	Тренин. занятия	Выполнение упражнений	
41			1	Притопы (одинарные, двойные)	Трениро вочные занятия	Выполнение упражнений	
42			1	«гармошка на прямых ногах и с приседанием	Трениро вочные занятия	Выполнение упражнений	
43			1	Бег на месте, с продвижением, в разные направления (колени наверх «лошадкой»	Трениро вочные занятия	Выполнение упражнений	
44			1	Шаг с носка, с каблука, «ковырялочка»	Трениро вочные занятия	Выполнение упражнений	
45			1	Прыжки на двух ногах, прыжки меняя ноги поочередно.	Трениро вочные занятия	Выполнение упражнений	
46			1	Изучение основных движений белорусского танца «Бульба» - основной ход с продвижением вперед, на месте, назад.	Трениро вочные занятия	Выполнение упражнений	
47			1	Изучение базовых элементов «Австрийской польки» основной ход, перестроения, позиции рук.	Трениро вочные занятия	Выполнение упражнений	
Тема 4. Музыкально-ритмические игры – 10 ч.							
48			1	Игра на смену движений с высоким подъемом ног «лошадки резвятся».	Практи ческое занятие	Выполнение игр	
49			1	Игра на смену темпа движения «самолеты».	Практи ческое занятие	Выполнение игр	
50			1	Игра элементами творчества «узоры».	Практи ческое занятие	Выполнение игр	
51			1	Подвижные игры «догони свою пару»	Практи ческое занятие	Выполнение игр	
52			1	Игра на внимание «Вершки и корешки» «Гуси- лебеди»	Практи ческое занятие	Выполнение игр	
53			1	Игра на воображение «Совушка» «Мыши и кот»	Практи ческое занятие	Выполнение игр	
54			1	Игра фантазия «Море волнуется»	Практи ческое занятие	Выполнение игр	
55			1	Игры на развитие координации «Гусеница»	Практи ческое занятие	Выполнение игр	
56			1	Игры на развитие координации «Нитка иголка»	Практи ческое занятие	Выполнение игр	
57			1	Игры на развитие координации «Ручеек»	Практи ческое занятие	Контрольные игры	
Тема 5. Постановочная работа – 10 ч.							
58			1	Изучение танца «полька», учить держать круг, работать в парах.	Практич.з занятие	Постановка комбинации на основе изученных материалов.	

59,60,61, 62,63			5	Изучение эстрадного танца «Хорошие девочки»	Тренир. занятие	Постановка комбинации на основе изученных материалов.	
64,65,66, 67			4	Постановка танца «Дружба народов»	Тренир. занятие	Постановка комбинации на основе изученных материалов.	
Тема 6. Открытый урок - 1 ч.							
68			1	Участие в фестивале		Выступление	

Учебно-тематический план 2 года обучения

	Наименование темы	Всего	Практика	Теория	Формы контроля
1	Введение. Правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарии и гигиены.	2	-	2	Тестирование
2	Партерная гимнастика и ритмика	16	15	1	Составление этюдов
3	Народный танец	12	10	2	Составление этюдов
4	Импровизация и актерское мастерство	6	6	-	Составление этюдов
5.	История хореографического искусства	2	-	2	Тестирование
6.	Репетиции и постановка танцев	26	26	-	Участие в концертах и конкурсах
7.	Открытые уроки	4	4	-	Участие в фестивале
	Итого	68	61	7	

Содержание 2 года обучения

Тема 1. Введение - 2 часа

Теория - 2 часа.

Изучаются правила охраны труда, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения. Задачи 2-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников.

Тема 2. Партерная гимнастика и ритмика - 16 часов.

Теория - 1 часа

Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4.

Практика - 15

Ритмика.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.

Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц: разведение рук в стороны с напряжением; напряжение и расслабление мышц шеи; напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

Партерная гимнастика.

Разминка, повторение и закрепление упражнений 1-го года обучения.

Усложнение выученного (ускорение темпа исполнения упражнений, добавление более сложных элементов.). Большое количество упражнений развивающих гибкость.

3. Народно-сценический танец - 12 часов

Теория - 2 часа

Русский танец. Значение и изучение русского танца. Хороводы. Пляски. Переплясы. Разнообразие исполнения русских танцев.

Украинский танец. Танцевальная культура Украины Характер исполнения. Разнообразие украинских танцев. Показ видео государственный ансамбль украинского танца Вирского.

Итальянский академический танец Тарантелла. Характер и особенности исполнения.

Практика - 10 часов

Русский танец:

положение ног - все прямые и свободные позиции, открытые и смешанные позиции;

положения рук - в одиночном исполнении. характерные положения для мужского и женского танца;

притопы - одинарные, двойные, тройные, с подскоком, в сочетании с движением рук;

«гармошка»;

«припадание» - по 3-ей позиции, на месте, вокруг себя, с продвижением в сторону;

ходы: с каблука с переступанием, переменный;

переборы-перескоки: с ноги на ногу, с поочередными ударами подушечками, сокращенных стоп, ударами ребром каблука;

бег: на месте, с продвижением в разные направления, колени вверх «лошадкой», ноги от колена назад, вперед с носка;

«веревочка» простая;

ковырялочка с притопами - двойным, тройным, с перескоком;

дробь: горохом;

изучение хлопушек.

Танцевальный этюд из выученных движений.

Разучивание танцев «девичий перепляс» «калинка» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

Украинский танец. Элементы украинского танца:

позиции и положения ног и рук, положения рук в парном массовом танце;

простой, тройной притоп;

простой танцевальный шаг, переменный шаг вперед и назад;

дорожка (припадание);

дорожка (плетеная);

простой бег вперед и назад;

бигунец вперед и назад;

украинское pas de bourrre из стороны в сторону;
веревочка;
ковырялочка;
pas de basque маленький, вокруг себя;
голубец маленький, кабриоль.

Разучив основные движения, комбинируем их и составляем танцевальный этюд, либо готовый сценический номер «Веснянки».

Итальянский танец «Тарантелла»: изучение итальянского сценического танца строится на движениях «Тарантеллы», которая обрела определённую форму, и в то же время довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует высокой техники, яркой выразительности корпуса, чёткой координации движений. Элементы и движения танца «Тарантелла»:

положения ног;
положения рук;
движения рук с тамбурином (мелкие непрерывные кистью, с ударами пальцами, переводы рук в различные положения);
battement tendu jette вперед (с шага и ударом носком по полу (пике) с подскоком на месте, с продвижением назад, поочередные удары носком и ребром каблука по полу с подскоком на месте);
соскок на 2 открытую позицию;
подскоки на demi-plie(на полупальцах по 5 свободной позиции, на одною ногн с ударами ребром каблука и носком по 5свободной позиции).

Разучив движения, комбинируем их и составляем этюд или танцевальный номер.

Тема 4. Импровизация и актёрское мастерство - 6 часов

Практика –6 часов

Разучивание игры «Стартин», развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочённо. Продолжаем играть в игру «Крокодил», развивающую воображение ребят. Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку: «Ну, погоди!», «Кошка и мышка», «Весенние цветы».

Тема 5. История хореографического искусства –2 часа

Теория - 2 часов

Первые балеты и их назначение. Ведущие хореографы. Единство в балетном спектакле сценарной, музыкальной, сценографической и хореографической драматургии. Термин – либретто. Изучение либретто известных балетов «Лебединое озеро», «Щелкунчик», «Золушка». Видеопросмотр балета «Щелкунчик», «Золушка», «Лебединое озеро», сравнение лексики балета с либретто, дискуссия после просмотра.

Тема 6. Репетиции и постановка танцев - 26 часов

Практика - 26 часов

Пополнение репертуара новыми постановками: «Хорошие девочки», «Дружба народов»

Композиция современного эстрадного танца «Дружба», «Над нами солнце светит», «Перемена», «Хулиган». Изучение элементов, используемые фактически каждый день в диско-клубах, модифицированные для соревнований. Танец может быть составлен из джазовых элементов (контракшн, волны, джазовые шаги и пробежки, кики, классические пируэты и прыжки). При исполнении этих движений используется вся площадь сцены. Наиболее известные тенденции диско: активная работа всего тела с волнами от бедра, включение джаза и некоторых классических элементов, часто изменяемые основные шаги и использование большого количества элементов работы рук, небольшие движения тела с динамическими движениями ног в гармонии с движениями рук, часто используемые движения различных социальных, главным образом латино-американских танцев, а так же восточных.

Тема 7. Открытые уроки – 4 часа

Практика – 4 часа

Показ умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.

**Календарный учебный график программы хореографической студии
«Калейдоскоп»**

на 2023-2024 учебный год

Год обучения: 2

Количество учебных недель: 34

№	Дата по плану	Дата по факту	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
Тема 1. Введение – 2 ч.							
1,2			2	Введение. Правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарии и гигиены.	Теория	Тест	
Тема 2. Партерная гимнастика и ритмика - 16 ч.							
3			1	Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4.	Теория	Тест	
Ритмика.							
4			1	Упражнения на развитие ориентации в пространстве.			
5			1	Положения в парах.	Практические занятия	Выполнение упражнений	
6			1	Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну.	Практические занятия	Выполнение упражнений	
7			1	Построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.	Практические занятия	Выполнение упражнений	
Партерная гимнастика:							
8			1	«Карандашик и утюжок» (упражнения для голеностопа); «Бабочка» (упражнения для силы ног)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
9			1	«Угольки» (упражнения для стоп) «Черепашка» (упражнение для осанки)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
10			1	«Собираем ягоды» (упражнения на растяжение мышц ног) «Корзиночка» (упражнения для позвоночника)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
11			1	«Колечко» (упражнения для позвоночника) «Самолетики» (упражнения для мышц спины)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
12			1	«Кошечка и собачка» (упражнение для спины) «Березка» (стойка на	Практические занятия	Выполнение упражнений	

				лопатках)			
13			1	«Ножницы» (упражнение для силы ног);«Мостик» (упражнение для гибкости спины)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
14			1	«Морская звезда» (упражнение для мышц спины)«Махи поочередно ногами» (упражнение для силы и натяжения ног)	Практические занятия	Выполнение упражнений	
15			1	«televelant» вперед, назад и в сторону (упражнение для натяжения и силы ног);	Практические занятия	Выполнение упражнений	
16			1	«devolure» из прямого положения (упражнение для натяжения ног);	Практические занятия	Выполнение упражнений	
17			1	«Выгляни в окошко» (упражнение для растяжения мышц спины).	Практические занятия	Выполнение упражнений	
18			1	Подготовка к шпагатам (поперечный и продольный).	Практические занятия	Выполнение упражнений	

Тема 3. Основы народно-сценического танца -12 ч.

19			1	Значение и изучение русского танца. Хороводы. Пляски. Переплясы	Теория	Тестирование	
20			1	Украинский танец.Итальянский академический танец Тарантелла	Теория		
21			1	Позиции ног; положения рук. Притопы.	Тренировочные занятия	Выполнение упражнений	
22			1	«Веровочка» простая, ковырялочка с притопами - двойным, тройным, с перескоком	Тренировочные занятия	Выполнение упражнений	
23			1	Дроби: горохом;изучение хлопушекТанцевальный этюд из выученных движений	Тренировочные занятия	Танцевальный этюд	
24			1	Украинский танец. Позиции и положения ног и рук	Тренировочные занятия	Выполнение упражнений	
25			1	Простой танцевальный шаг, переменный шаг вперед и назад;дорожка (припадание, плетеная);	Тренировочные занятия	Выполнение упражнений	
26			1	Голубец маленький, кабриоль.	Тренировочные занятия	Танцевальный этюд	
27			1	Итальянский танец «Тарантелла»положения ног;положения рук;движения рук с тамбурином	Тренировочные занятия	Выполнение упражнений	
28			1	battement tendu jette вперед с подскоком на месте, с продвижением назад, поочередные удары носком и ребром каблука по полу с подскоком на месте	Тренировочные занятия	Разучив движения, комбинируем их и составляем этюд или танцевальный номер	
29			1	Соскок на 2 открытую позицию.	Тренировочные занятия	Составление этюда	
30			1	Подскоки на demi-plie(на полупальцах по 5 свободной позиции, на одноц ногн с ударами	Тренировочные занятия	Составление этюда	

Тема 4. Импровизация и актёрское мастерство - 6 ч.

31				Игра на импровизацию «Стартин»,	Практи	Выполнение игр	
----	--	--	--	---------------------------------	--------	----------------	--

			1		ческое занятие		
32			2	Игра в группе «Крокодил» на воображение	Практическое занятие	Выполнение игр	
33			1	Пантомимические этюды под музыку: «Ну, погоди!»	Практическое занятие	Выполнение игр	
34			1	Пантомимические этюды под музыку: «Кошка и мышка»,	Практическое занятие	Выполнение игр	
35			1	Пантомимические этюды под музыку: «Весенние цветы».	Практическое занятие	Выполнение игр	
36			1	Пантомимические этюды под музыку: «Зимний лес»	Практическое занятие	Выполнение игр	
Тема 5. История хореографического искусства –2 ч.							
37			1	Первые балеты и их назначение.	Теория	Тест	
38			1	Видеопросмотр балета «Щелкунчик», «Золушка», «Лебединое озеро»,	Теория		
6. Репетиции и постановка танцев - 26 ч.							
39,40			2	Изучение танца современного танца	Практическое занятие	Постановка комбинации на основе изученных материалов.	
41,42			2	Композиция современного эстрадного танца «Дружба»,			
43,44			2	Композиция современного эстрадного танца «Над нами солнце светит»,			
45,46			2	Композиция современного эстрадного танца «Перемена			
47,48			2	Композиция современного эстрадного танца «Хулиган».			
49, 50 51, 52 53, 54 55, 56			8	Изучение эстрадного танца «Хорошие девочки»	Тренировочное занятие	Постановка комбинации на основе изученных материалов.	
57, 58 59, 60 61, 62 63, 64			8	Постановка танца «Дружба народов»	Тренировочное занятие	Постановка комбинации на основе изученных материалов.	
Тема 6. Открытый урок - 4 часа							
65, 66 67, 68			1	Открытый урок по пройденному материалу. Участие в конкурсах, фестивале		Выступление	

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Педагогическая целесообразность образовательной программы направлена на создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения и творческой самореализации.

Содержание программы расширяет представления обучающихся о танцевальных стилях и направлениях, формирует чувство гармонии, способствует укреплению физического и эмоционального состояния.

Применение дополнительной общеразвивающей программы программа хореографической студии «Калейдоскоп» оказывает существенное положительное корректирующее воздействие на физическое развитие, координационные способности, физических качеств и психические функции занимающихся.

Методическое обеспечение и условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимо:

- просторный специализированный зал соответствующий санитарно-гигиеническим нормам (температурный режим, световой режим и т.д.);
- костюмы;
- наличие учебного, научно-методического, диагностического, дидактического материала.

Технические средства обучения:

- магнитофон;
- видеомагнитофон;
- телевизор.

Тренировочная форма:

Девочки – гимнастический купальник, трико, хитон, балетные туфли, народные туфли.

Мальчики – черные брюки народного характера, белая футболка, балетные туфли, народные сапоги.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий:

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов.

Список литературы

Для педагога:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Л.: Искусство, 2010.
2. Ваганова А. Основы классического танца.- Л.: Искусство, 2009.
3. Базарова Н.П. «Классический танец» - СПб: «Лань», «Планета музыки», 2009г.
4. Звездочкин В.А. «Классический танец» - СПб: «Планета музыки», 2011г.
5. Калугина О.Г. Методика преподавания хореографических дисциплин: учебно-методическое пособие / О.Г. Калугина. – Киров: КИПК и ПРО, 2010. – 123 с.
6. Классический танец первого года обучения: учебно-методическое пособие / сост. Э.И. Герасимова; КОГАОУ СПО «Вятский колледж культуры». – Киров, 2011. – 76 с.
7. Кобелева О. Единство хореографии и психологии. Журнал «Детский Дом», №31, стр.35.
8. Котельникова Е. Биомеханика хореографических упражнений /Е. Котельникова. - М.: ВЦХТ, 2008. - 128 с.: ил.
9. Методика работы с хореографическим коллективом: учебно-методическое пособие / Сост. Э.И. Герасимова, КОКК.-Киров, 2010-36 с.
10. Наказненко С.П. Хореография плюс Психология. Источник: www.b17.ru/blog/horeografij_psihologij / Опубликовано: 4 июля 2013г.
11. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – Москва, 2006
12. Соотношение притязаний ребенка и его хореографически способностей. Источник: www.allbest.ru , 23.06.2011г.
13. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа» - СПб: «Лань», 2009г.
14. Хореографическая педагогика: вопросы муз. воспитания, актерского искусства и режиссуры; худож. оформление танца; хореогр. работа с детьми / Гум. ун-т профсоюзов СПб. - Киров: Диамант, 2007. - 116 с.
15. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно- творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.

Для родителей:

1. Богуславская А.Г. «Народно-сценический танец». - Москва, 2011.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- Л.: Искусство, 2000.

3. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать», 2011.

Для детей:

4. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей 3-7 лет». - Москва, 2011.

5. Слыханова В.И. «Методика народно сценического танца». - Москва 2012.

6. Устинова Т.А. «Лексика русского танца» Москва, 2010.

Электронные ресурсы: <http://www.wiki.iteach.ru>

Мониторинг хореографических навыков воспитанников хореографической студии «Калейдоскоп»

Обследование детей прослеживается на занятиях по хореографии. Во время занятий наблюдается выполнение танцевальных элементов, музыкально-ритмических упражнений, манера и характер исполнения движений, эмоциональное восприятие музыкального сопровождения и определяется уровень способности каждого ребенка.

Рекомендуемая методика предполагает общую систему оценки хореографических способностей по 3-балльной шкале:

3 балла – ребенок выполняет самостоятельно предложенные задания;

2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания;

1 балл – ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает.

Высоким результатом хореографических способностей детей можно считать средний балл от 2,3 до 3. Средний уровень от 1,5 до 2,2 балла. Низкий уровень 1,4 балла и ниже.

По результатам диагностики определяются дети, кому необходимы индивидуальные занятия по хореографии.

Мониторинг распределялся по оценочным таблицам. Результаты (высокий, средний, низкий) оценивались по показателям качества освоения ребенком музыкально-ритмической деятельности:

- Интерес и потребность к восприятию музыки и движений

- Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений

- Наличие творчества в исполнении выразительности фиксированных движений игр и плясок.

