

**Департамент образования администрации г. Иркутска  
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного  
образования города Иркутска «Дворец детского и юношеского творчества»**

РЕКОМЕНДОВАНА  
решением методического  
совета МАОУ ДО  
г. Иркутска  
«Дворец творчества»  
« 07 » 09 20 21  
протокол № 1

СОГЛАСОВАНО

и.о. Директор ИВОВА

Название ОО

Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования города Иркутска «Дворец детского и юношеского творчества»

ФИО, подпись

Сайкина Е.А. Чер  
2021



УТВЕРЖДЕНА

приказом по МАОУ ДО

г. Иркутска

«Дворец творчества»

« 07 » 09 20 21 № 111-ОД



**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Современный танец. Ансамбль «Самоцветы».  
(ознакомительный уровень)**

**Адресат программы:** дети 7-16 лет  
**Срок реализации:** 1 год  
**Направленность:** художественная  
**Разработчик программы:**  
Семенова Светлана Владимировна,  
педагог дополнительного образования

Иркутск, 2021

## Содержание

1. Пояснительная записка .....	3
1.1 Информационные материалы о программе .....	3
1.2. Направленность программы .....	3
1.3. Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы .....	3
1.4. Отличительные особенности программы .....	4
1.5. Цель и задачи программы .....	5
1.6. Адресат программы .....	5
1.7. Срок освоения программы .....	6
1.8. Режим занятий .....	6
1.9. Формы обучения .....	6
1.10. Особенности организации образовательной деятельности .....	6
2. Комплекс основных характеристик образования .....	6
2.1. Объем программы .....	6
2.2. Содержание программы .....	7
2.3. Планируемые результаты освоения программы .....	8
3. Комплекс организационно-педагогических условий .....	8
3.1. Учебный план .....	8
3.2. Календарный учебный график .....	9
3.3. Аттестация учащихся. Оценочные материалы .....	10
3.4. Методические материалы .....	11
3.5. Иные компоненты .....	17
3.5.1. Условия реализации программы .....	17
3.5.2. Список литературы .....	18
3.5.3. Приложения (на электронном носителе) .....	18
3.5.4. Календарно-тематический план (на электронном носителе) .....	18

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1 Информационные материалы о программе**

Дополнительная общеразвивающая программа «Введение в хореографию. Ансамбль «Самоцветы» (далее – программа) составлена на основе методических рекомендаций по обучению детей хореографии, опыта коллег, материалов Интернет-ресурсов. Настоящая программа разработана в соответствии с нормативными документами в сфере образования:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ с изменениями;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», зарегистрированное в Министерстве юстиции Российской Федерации 18.12.2020 № 61573.

### **1.2. Направленность программы**

Художественная.

### **1.3. Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы**

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы «Современный танец. Ансамбль танца «Самоцветы» определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественной направленности.

Организация хореографического творчества является сегодня одним из основных направлений деятельности организаций дополнительного образования.

Всем нам известно, какую огромную роль играет в жизни человека ритм. Ритму подчинена вся наша жизнь: ритм дыхания и сердечной деятельности, ритм суток и времён года, ритм работы и музыки. Нетрудно представить, как легко ритм, произносимые слова или ритмичное дыхание могут вдохновить на движение. Движение, подчинённое определённому ритму, - это уже прообраз танца. Нигде более так всеобъемлюще не развиваются тело, душа и воля как в танце. Поэтому танец столь важен и необходим для образования и развития детей. Чем меньше мы работаем физически, тем меньше способны воспринимать сигналы нашего тела и реагировать на них.

С годами двигательная активность ребёнка и подростка снижается, так как на её удовлетворение остаётся всё меньше и меньше времени. У детей, поступающих в школу, появляются новые заботы: учебный труд в школе и дома, чтение художественной литературы и т.д. Теряются природная лёгкость, грация и выразительность движений. Стесняясь своей неловкости, растущий человек становится в движении «косноязычным».

Неправильная организация в этот период режима дня и недостаточное внимание к физическому воспитанию обучающегося могут неблагоприятно отразиться на его здоровье и физическом развитии, а двигательная «косноязычность» развивает различные психологические комплексы. Потому перед педагогом дополнительного образования встаёт очень важная задача: предотвратить возможные отрицательные последствия гиподинамии за счёт правильной организации физического воспитания детей и подростков, в котором существенную роль могут сыграть занятия в рамках программы ансамбля танца «Самоцветы».

В занятиях хореографией особое внимание уделяется не только развитию ритмической, но и эмоционально-действенной связи музыки и танца. Музыка - это искусство, в котором идеи, чувства и переживания выражаются ритмически и интонационно организованными звуками. В танце идеи, чувства и переживания

выражаются тоже ритмически и интонационно средствами организованной пластики движения.

Танец решает те же задачи эстетического развития и воспитания детей, что и музыка. В музыке заложены содержание и характер любого танцевального произведения. Не может быть танца без музыки, без ритма. Обучение искусству танца происходит параллельно с музыкальным воспитанием: дети учатся понимать, слушать и слышать музыку, органически сливать в единое целое движение и музыку.

Но кроме развития специфически музыкальных качеств, танец даёт возможность физического развития, что становится особенно важным при существующем положении со здоровьем подрастающего поколения. Занятия хореографии дают возможность движения, снимают напряжение с многочасового неподвижного сидения за партой во время учебы в школе.

Танец содействует физическому развитию детей, подростков вырабатывает у них правильную осанку, уверенную лёгкую походку, ловкость и изящество движений. Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения хореографии, связана с мобилизацией многих физиологических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов.

Все вышеназванное и определяет актуальность настоящей дополнительной общеразвивающей программы.

#### **1.4. Отличительные особенности программы**

**Уровень программы:** ознакомительный.

**Содержание программы:**

- носит ознакомительный характер и расширяет знания учащихся о танцевальных движениях, формирует умения и навыки выполнять их.
- предполагает формирование двигательных навыков: умения выполнять движения одновременно с показом педагога, сохранять при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве.

**Отличительными особенностями программы являются:**

- учёт и адаптация к возможностям детей разных возрастов, основные направления танца, включающие: гимнастику, ритмику, классический, историко-бытовой, народно-сценический и современный танец. В программе учтены особенности различных видов танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры;
- определено минимальное (дающее общее физическое, музыкальное, эстетическое, нравственное развитие и способствующее оздоровлению ребёнка) и оптимальное (позволяющее говорить о начале формирования танцевальной культуры) содержание программы по хореографии, которое могут освоить дети;
- развивающее влияние хореографии на формирование физических и личностных качеств, эмоциональной сферы учащихся; подтверждён оздоровительный эффект занятий танцами;
- диагностический инструментарий, позволяющий определить гармонизирующее влияние хореографии на развитие учащихся.

*Программа предусматривает индивидуальный подход к каждому учащемуся при помощи подбора заданий разного уровня сложности. Подбор заданий осуществляется на основе метода наблюдения педагогом за практической деятельностью учащегося на занятии. Личностно-ориентированное обучение позволяет создать “ситуацию успеха” для каждого учащегося. В настоящей программе определено оптимальное (позволяющее говорить о начале формирования танцевальной культуры) содержание программы по хореографии, которое могут освоить дети, подростки в краткосрочный период.*

Обучение строится по принципу от простого к сложному, усложнение учебного материала для одарённых и высокомотивированных детей. Для повышения эффективности образовательной деятельности используются *различные методы обучения*: словесный, наглядный, практический и *современные образовательные технологии*: личностно – ориентированная, развивающее обучение. Практический метод выступает как основной метод обучения. *Методическое обоснование программы представлено в п.3.4 программы.*

### **1.5. Цель и задачи программы**

**Цель:** формирование и развитие танцевальных умений и навыков.

#### **Задачи**

##### ***Образовательные***

###### *Познакомить:*

- с основами хореографии;
- с положением рук, ног, головы, корпуса во время танца;
- с классическим, народным и современным танцами.

###### *Формировать:*

- танцевальные движения при исполнении песни, танцевальный шаг;
- умение ориентироваться в пространстве;

###### ***Развивающие:***

###### *Развивать:*

- выворотность ног;
- физические качества: двигательные навыки, гибкость и пластичность суставов;
- координацию движений;
- воображение, фантазию, образное мышление;

###### ***Воспитательные:***

###### *Способствовать воспитанию:*

- дисциплинированности, терпения, трудолюбия,
- умение общаться и сотрудничать другими детьми, педагогов во время образовательной и творческой деятельности.

*Планируемые результаты* соответствуют цели и задачам: у учащихся формируются вышеназванные знания, умения и навыки. *Планируемые результаты представлены в п.2.3 программы.*

### **1.6. Адресат программы**

Программа рассчитана для детей и подростков в возрасте 7-17 лет, не имеющих танцевального опыта.

Дети младшего школьного возраста 7-9 лет учатся учиться. Под воздействием новой, учебной деятельности изменяется характер мышления ребенка, его внимание и память. Это влечет за собой перемены в отношениях с другими людьми, в оценивании себя и других. Учение для младшего школьника носит коммуникативный характер. В процессе учебной деятельности они не только усваивают знания, умения и навыки, но и учатся ставить перед собой учебные задачи (цели), находить способы усвоения и применения знаний, контролировать и оценивать свои действия.

С психологической точки зрения средний школьный возраст 10-12 лет является благоприятным периодом для развития творческих способностей. Средний школьный возраст, даёт прекрасные возможности для развития способностей к творчеству. И от того, насколько были использованы эти возможности, во многом будет зависеть творческий потенциал взрослого человека.

В возрасте 13-17 лет происходят интенсивные и кардинальные изменения в организации ребенка на пути к биологической зрелости. Характерными

новообразованиями подросткового возраста являются стремление к самообразованию и самовоспитанию, полная определенность склонностей и профессиональных интересов.

**Состав групп разновозрастной, постоянный.** На занятиях при таком комплектовании можно успешно реализовать принцип взаимообучения: старшие выступают организаторами групповой деятельности, руководят подготовкой групп к занятию, объясняют то, что не усвоено младшими, готовят их к ответу на занятии, осуществляют контроль за работой и оценку достижений группы и каждого ученика.

Набор в группы носит свободный характер, состав групп постоянный, разновозрастной. Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей). Принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

### **1.7. Срок освоения программы**

Программа рассчитана на 1 год обучения: 9 месяцев, 36 недель (360 часов).

### **1.8. Режим занятий**

Режим занятий определяется для групповых занятий и репетиций.

Для групповых занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю, 144 часа в год). Академический час - 45 мин, перерыв между занятиями 10 минут.

Репетиционная работа: 1 раз в неделю по 2 часа (2 часа в неделю, 72 часа в год).

### **1.9. Формы обучения**

Очная.

### **1.10. Особенности организации образовательной деятельности**

Образовательная деятельность организована в традиционной форме. Занятия проводятся в групповой форме с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

Для создания развивающей образовательной среды на учебных занятиях используются *интерактивные методы обучения*: мастер-класс, класс-концерт, а также *современные образовательные технологии*: лично-ориентированная технология, развивающее обучение. *Методическое обоснование программы представлено в п.3.4 программы.*

В ходе реализации программы проводится входной и текущий контроль, *итоговая аттестация*. В начале реализации программы проводится *входной контроль*. Подробно *контроль и аттестация* представлены в п.3.3 программы. *Оценочные материалы* представлены в приложении №1 п.3.5.3. *Формы контроля по разделу, темам* представлены в календарно-тематическом плане в п.3.5.4.

## **2. Комплекс основных характеристик образования**

### **2.1. Объем программы**

Объем программы – 216 часов, из них:

- групповые занятия - 144 часа;
- репетиционная работа - 72 часа.

**2.2. Содержание программы**  
**Групповые занятия**

№ п/п	Содержание	Количество часов			Характеристика деятельности учащихся
		Теория	Практика	Всего	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Развитие физических возможностей (50 ч.)</b>				
1.1	Warm up		<b>28</b>	<b>28</b>	Развивают физические возможности через выполнение специальных упражнений
Выполнять упражнения для укрепления мышц спины: flet back, big body back, Arch, roll up, Roll down, snake, dolphin, contraction.					
1.2	Позиции рук.		<b>20</b>	<b>20</b>	
Основные позиции рук джазового танца.					
1.3	Позиции ног		<b>2</b>	<b>2</b>	
Основные позиции ног джазового танца.					
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Танцевальные комбинации в продвижении (12 ч.)</b>				
2.1	“Cross”	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	Выполняют танцевальные элементы
Теория: Основная терминология. Практика: выполнять движения: «степ бай степ», «кик», «кик бол ченч», «три плет», «слайд», «фэн», «дэ бурэ»					
2.2	“Cross” с прыжками	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	
Теория: Основная терминология. Практика: выполнять прыжковые движения: «джамп», «сотэ» с ногой на пассе, прыжки с «гранд жете», прыжок с «туром», «кач степ»					
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Танцевальные комбинации (32 ч.)</b>				
3.1	Танцевальные комбинации у станка	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	Выполняют танцевальные элементы
Теория: Основная терминология. Практика: выполнять танцевальные комбинации в соответствии с общепринятым экзерсисом у станка.					
3.2	Танцевальные комбинации на середине	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	
Теория: Основная терминология. Практика: выполнять танцевальные комбинации в соответствии с общепринятым экзерсисом на середине.					
3.3	Импровизация	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	
Теория: Основная терминология. Практика: выполнение импровизационных заданий					
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Постановки танцев(46 ч.)</b>				
4.1	Работа над текущим репертуаром		<b>22</b>	<b>22</b>	Выполняют и отрабатывают танцевальные элементы постановочных номеров
«Экспрессия», «Перемена»					
4.2	Постановка новых танцев		<b>24</b>	<b>24</b>	
«Жара» «Глобус»					
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. Подведение итогов (4 ч.)</b>				
5.1	Итоговое занятие		<b>4</b>	<b>4</b>	Выполняют танцевальные элементы; демонстрируют полученные ЗУН
	<b>Итого</b>	<b>6</b>	<b>138</b>	<b>144</b>	

### *Репетиционные занятия*

№ п\п	Содержание	Количество часов			Характеристика деятельности учащихся
		Теория	Практика	Всего	
1.	<b>Раздел 1. Постановки танцев (72 ч.)</b>				
1.1	Текущая работа над репертуаром Теория: Основная терминология. Практика: «Экспрессия» «Перемена»	2	30	32	Выполняют и отрабатывают танцевальные элементы
1.2	Постановка новых номеров Теория: Основная терминология. Практика: «Глобус» «Жара»	2	38	40	
	<b>Итого</b>	<b>4</b>	<b>68</b>	<b>72</b>	

### **2.3. Планируемые результаты освоения программы**

К концу обучения будет внесен существенный вклад в достижение предметных результатов, а именно:

#### ***Знания:***

- партерного экзерсиса;
- темпа, ритма, амплитуды движений,
- терминологии народного танца;
- единых правил поведения в хореографическом зале и требования к внешнему виду на занятиях

#### ***Умения:***

- выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков);
- самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации;
- выполнять определённые танцевальные движения в соответствии с музыкальным сопровождением.
- работать импровизированно;
- ориентироваться в пространстве;
- работать в коллективе, чувствовать друг друга в танце.

#### ***Проявление у учащихся:***

- гибкости суставов
- пластичности мышц связок
- силы мышц;
- выворотности ног, правильной осанки, постановки корпуса, четкой координации движений.

### **3. Комплекс организационно-педагогических условий**

#### **3.1. Учебный план**

##### *Групповые занятия*

№ п\п	Содержание	Количество часов			Форма промежуточной /итоговой аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	<b>Раздел 1. Развитие физических возможностей (50 ч.)</b>				
1.1	Warm up		28	28	
1.2	Позиции рук.		20	20	
1.3	Позиции ног		2	2	
2.	<b>Раздел 2. Танцевальные комбинации в продвижении (12 ч.)</b>				



2.1	“Cross”	1	5	6	
2.2	“Cross” с прыжками	1	5	6	
3.	<b>Раздел 3. Танцевальные комбинации (32 ч.)</b>				
3.1	Танцевальные комбинации у станка	2	8	10	Упражнения, мониторинг
3.2	Танцевальные комбинации на середине	2	8	10	
3.3	Импровизация	2	10	12	
4.	<b>Раздел 4. Постановка танцев (46 ч.)</b>				
4.1	Работа над текущим репертуаром		22	22	
4.2	Постановка новых танцев		24	24	
5.	<b>Раздел 5. Подведение итогов (4 ч.)</b>				
5.1	Итоговое занятие		4	4	Творческий показ, мониторинг
	<b>Итого</b>	<b>6</b>	<b>138</b>	<b>144</b>	

#### *Репетиционные занятия*

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма итоговой аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	<b>Раздел 1. Постановка танцев (72 ч.)</b>				
1.1	Текущая работа над репертуаром	2	30	32	
1.2	Постановка новых номеров	2	38	40	
	<b>Итого</b>	<b>4</b>	<b>68</b>	<b>72</b>	Творческий показ

#### 3.2. Календарный учебный график

Начало учебного года с 10.09.2021, окончание – не позднее 31.05.2022. Начало и окончание учебного года конкретизируется расписанием учебных занятий.

#### *Групповые занятия*

Месяц	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Всего часов (группы № 1, 2)	12	16	18	18	12	16	18	16	18
Промежуточная / итоговая аттестация				Упражнения, мониторинг					Творческий показ, мониторинг
Объем	144 часа на 1 группу, на 2 группы – 288 часа								

### *Репетиционная работа*

Месяц	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Всего часов (сводная группа)	6	10	8	8	6	8	8	10	8
Промежуточная / итоговая аттестация									Творческий показ
Объем	72 часа								

### 3.3. Аттестация учащихся. Оценочные материалы

#### Виды контроля и аттестации

- входной контроль - в начале учебного года;
- текущий контроль – тематический контроль (по темам, разделам);
- промежуточная аттестация - в декабре;
- итоговая аттестация – после завершения изучения содержания всей программы в конце учебного года

#### Формы контроля

**Входной контроль** - просмотр для определения индивидуальных танцевальных способностей детей

**Текущий контроль** – выполнение упражнений, собеседование;

**Промежуточная аттестация:** творческие показы, мониторинг планируемых результатов

**Итоговая аттестация:** творческие показы, отчетный концерт, мониторинг планируемых результатов

**Формой текущего контроля, промежуточной/итоговой аттестации** могут быть результаты конкурсов и фестивалей.

**Текущая и промежуточная аттестации** служат основным средством обеспечения в образовательной деятельности обратной связи между педагогом и учащимися, необходимой для стимулирования работы учащихся и совершенствования методики преподавания.

**Текущий контроль** обеспечивает оценивание хода освоения программы как правило, осуществляется в конце темы или на завершающем этапе освоения раздела.

**Промежуточная/итоговая аттестация учащихся** – оценивание промежуточных и итоговых результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе в конце учебного года.

Текущая и промежуточная аттестации позволяют оценить совокупность знаний и умений, а также степень сформированности предметных, метапредметных, личностных результатов.

Эффективность занятий определяется диагностикой выполнения упражнений (приложение 1 таблицы 1 и 2 п.3.5.3)

*Критерии оценки планируемых результатов в приложении 2 п.3.5.3.*

*Оценочные материалы в приложении 1.*

*Критерии оценки определяются исходя из планируемых результатов*

*Форма фиксации входного контроля, промежуточной и итоговой аттестации: листы диагностики (приложение 3 п.3.5.3).*

*Формы контроля в случае проведения занятий с использованием дистанционных технологий: тестирование.*

*В случае организации образовательной деятельности с использованием дистанционных технологий предусматривается осуществление следующих видов мониторинга усвоенных знаний: тестирование (по итогам прослушанных лекций), а также небольшие практические задания по выполнению хореографических упражнений. Итоговая творческая работа по заданной теме.*

### **3.4. Методические материалы**

#### ***Формы организации образовательной деятельности детей:***

- коллективная, в которой учащиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);
- групповая, в которой обучение проводится с группой учащихся (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;
- парная, предполагающая общение с двумя учащимися при выполнении упражнений.

#### ***Виды занятий:***

- практические занятия.
- творческий показ

#### ***Методы обучения:***

- словесный метод используется при беседе, рассказе, при анализе музыкального произведения;
- наглядный метод используется при показе движений, фотографий, видеоматериалов;
- практический – это упражнения, тренинг, репетиции.

Так как состав детей неоднороден, у них разные природные данные, то особое значение придается дифференцированному подходу в обучении. Для этого используются такие методы и приемы, как:

- синхронное и зеркальное восприятие;
- перевод из одного пространства в другое;
- обращение к индивидуальной культуре исполнения.

Для полноценного и гармоничного развития детей следует освоить хотя бы минимум движений и форм разных жанров хореографии.

Так, основываясь на элементах классического танца, упражнениях для развития тела (*parterre*), можно проводить работу по формированию у детей красивой осанки, свободы и пластики движений. Поэтический язык этого танца, определённости и скульптурности поз приучает к подтянутости и сдержанности.

При реализации программы используются следующие образовательные технологии:

#### ***Современные педагогические технологии:***

***Технология дифференцированного обучения*** - представляет собой совокупность организационных решений, средств и методов дифференцированного обучения, охватывающих определенную часть учебного процесса. Педагогический процесс строится как дифференцированный, основанный на принципе разделения. Основной вид дифференциации - индивидуальное обучение. Целевые ориентации при данной технологии:

- обучение каждого на уровне его возможностей и способностей,
- приспособление (адаптация) обучения к особенностям различных групп учащихся.

***Технология личностно-ориентированного обучения*** является ведущей и предполагает специальное конструирование учебного, дидактического и методического материала. Учащийся принимает учебную задачу, проявляет интерес к занятиям, что помогает сделать обучение хореографией сознательным, продуктивным и более результативным

процессом. Цель личностно - ориентированного обучения в хореографии состоит в том, чтобы заложить в ребенке механизмы самореализации, саморазвития, адаптации, самозащиты, самовоспитания - необходимые условия для становления самобытного интеллектуального личностного образа.

**Технология обучения в сотрудничестве** позволяет обучать детей по программе в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией, включая индивидуально-групповую и командно-игровую работу.

В первом случае учащиеся разбиваются на подгруппы по 2-4 человека (дети в группах обязательно разные по уровню обученности). Подгруппам дается определенное задание, например, самостоятельно повторить разученные танцевальные элементы, что особенно эффективно для усвоения нового материала каждым ребенком.

**Технология игрового обучения.** Для занятий подбираются игровые танцевальные этюды по возрасту и подготовленности детей, которые создают хорошее настроение и отвечает задачам и содержанию занятий.

На занятиях используются различные подвижные игры, такие как: игра «Море волнуется...» (придумывают фигуру, и принимают определенную позу); «Любимые игрушки» (танцевальные позы и движения), другие.

**Технология развивающего обучения.** На занятиях создаются условия для развития ребенка. Преобладает активно-деятельностный способ обучения. Содержание занятий, применяемые методы и приёмы ориентированы на *всестороннее развитие ребенка*. Педагог ориентируется на зону ближайшего развития каждого ребёнка. Смысл понятия «зона ближайшего развития» состоит в том, что на определенном этапе развития ребенок может решать учебные задачи под руководством взрослых и в сотрудничестве с другими учащимися, которые помогут ему найти правильное решение в поставленной перед ним задачи. Учебная задача в технологии развивающего обучения похожа на проблемную ситуацию, но решение ее состоит не в нахождении конкретного выхода, а в отыскании общего способа действия, принципа решения целого класса аналогичных задач. Учебная задача решается путем выполнения определенных действий:

- принятие от педагога или самостоятельная постановка учебной задачи;
- преобразование условий задачи с целью обнаружения всеобщего отношения изучаемого объекта;
- моделирование выделенного отношения в предметной, образной формах;
- построение системы частных задач, решаемых общим способом;
- контроль за выполнением предыдущих действий;
- оценка усвоения общего способа как результат решения данной учебной задачи.

У учащихся развиваются умения формулировать вопросы и ответы, искать аргументацию и источники решений, строить гипотезы и проверять их критическим рассудком, рефлексировать свои действия, а также способствует деловому общению. В диалоге «педагог - учащийся» соблюдается принцип постепенно убывающей помощи и увеличения доли самостоятельной деятельности ребенка. Задача педагога - не вывести всех на некий, заданный уровень знаний, умений, навыков, а вывести личность каждого учащегося в режим развития, пробудить инстинкт познания, самосовершенствования.

*В случае реализации программы в очной форме с использованием дистанционных технологий, возможно, использовать такие формы как:*

- online-занятия;
- online-консультации;
- *Чат - занятия* — учебные занятия, осуществляемые с использованием чат - технологий. Чат - занятия проводятся синхронно, то есть все участники имеют одновременный доступ к чату.

Для проведения онлайн-занятий используется платформа Zoom. Бесплатная учетная запись позволяет проводить видеоконференцию длительностью 40 минут с возможностью онлайн-общения с группой. В платформу встроена интерактивная доска,

можно легко и быстро переключаться с демонстрации экрана на доску. Так же используется платформа Teams, которая позволяет организовать командную работу, общаться в чате, совместно редактировать файлы, писать заметки и назначать встречи. Платформа Google Classroom создана для удобной публикации материалов занятий. Преподаватель может опубликовать разные варианты материала: задание с тестом, тест и материал занятия. Наличие чата, в котором можно писать сообщения, передавать файлы.

При проведении занятий с использованием дистанционных технологий используются *комплексные кейс-технологии*. Данная группа дистанционных образовательных технологий основана на самостоятельном изучении мультимедийных и печатных учебно-методических материалов, представленных в форме кейса и включающих в себя лекции, семинары, тренинги и т.д. Каждый кейс представляет собой завершённый программно-методический комплекс, где все материалы взаимосвязаны между собой и образуют единое целое. Учащимся направляются:

- фрагменты и материалы доступных образовательных интернет - ресурсов;
- инструкции по выполнению практических заданий;
- дидактические материалы/ технологические карты;
- тестовые задания;
- творческие задания; и др. разработанные презентации с текстовым комментарием.

Структура занятия с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения содержит основные компоненты, что и занятие в очной форме.

*Информирование родителей* о результатах обучения их ребёнка через электронную почту, мессенджеры – Вайбер, Ватсап.

*Здоровьесберегающая деятельность*. Программа не содержит учебных перегрузок, все теоретические и практические задания выполняются в учебное время, во время занятий чередуются различные виды деятельности, обязательно перерыв на отдых.

#### ***Структура учебного занятия***

Занятие состоит из 3-х частей:

Вход в танцевальный зал. Поклон.

1-ая часть. Разминка. Задачи этого раздела занятия, является овладение правильной постановкой корпуса головы, рук, ног, развитие координации движений необходимых для исполнения танцев, правильная постановка дыхания. Разминка заставляет учащихся не только «разогреть» мышцы, и психологически подготовиться к занятию

По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

Основой занятия является 2-ая часть. По длительности – 2/3 общего времени занятия

2-ая часть занятия непосредственно разучивание нового танцевального материала, включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений.

3-я часть занятия: повторение и закрепление пройденного ранее материала, постановка и репетиция танца, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты

#### ***Приемы обучения:***

- показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
- выразительное исполнение движения под музыку;
- словесное пояснение выполнения движения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- творческие задания.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т. д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного, бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

### Алгоритм занятия

Длительность занятия 45 минут.

1. Организационный момент
2. Подготовительная часть
3. Основная часть занятия
4. Заключительный этап

### План-конспект постановочного занятия в детском хореографическом объединении

Раздел: «движения русского танца»

Тема: «Крутки»

Учебное занятие рассчитано на детей: младшего школьного возраста

<b>Тема:</b> «Крутки»		<b>Тип:</b> изучение нового материала
<b>Задачи:</b>		
<b>Образовательная:</b> познакомить учащихся с понятием «Крутки» и ее составляющими микроэлементами (точка, вращение)		
<b>Музыкально-ритмическая:</b> научить определять характер музыки.		
<b>Двигательная:</b> разучить вращения на середине по 6 поз,		
<b>Развивающая:</b> способствовать развитию двигательной памяти		
<b>Воспитательная:</b> способствовать формированию уважения к русскому народному танцу.		
<b>Вид занятия.</b> Практическое занятие		
<b>Ресурсы урока:</b> Музыкальный материал		
<b>Ход занятия</b>		
<b>Этапы занятия</b>	<b>Деятельность педагога</b>	<b>Деятельность учащихся</b>

<p><b>Организационный момент</b> <b>(Озвучивание темы)</b></p>	<p>(Вход в зал, построение, поклон.) <i>Педагог организует учащихся на учебное занятие, устанавливает дисциплину, проверяет готовность к уроку: (танцевальная форма-опрятная, прическа, белые носки и т.д.) следит за правильной постановкой корпуса, правильным дыханием.</i> -Здравствуйте ребята, сегодня мы с вами приступим к разучиванию новой темы Крутки.</p>	<p>Учащиеся эмоционально настраиваются на занятие. Самостоятельно проверяют постановку корпуса. Реагирует на замечание педагога. Слушают тему урока.</p>
<p><b>Подготовительная часть</b> <b>(Подготовка тела к физ. нагрузкам)</b></p>	<p>- Но для того, чтобы приступить к изучению, нам нужно разогреться. Разминка на середине зала. Препрасьен на 4 счета -бег -6-3 -моталочка -моталочка поочередно меняя ноги -молоточки -молоточки с корпусом <i>Педагог делает комментарии и курирует порядок движений по ходу выполнения</i> -Хорошо, молодцы.</p>	<p>Выполняют движения под музыку</p>
<p><b>Основная часть:</b> <b>(повторение изученного материала)</b></p> <p><b>Изучение нового материала.</b></p>	<p>- На прошлом занятии мы изучили ходы в кругу, давайте их повторим. Расскажите, пожалуйста, последовательность выполнения этих ходов. Какой первый шаг? Сколько счетов выполняем? Продемонстрируйте под счет? (то же самое с последующими шагами) А теперь исполните под музыку. <i>Педагог комментирует выполнение движений, делает замечания, помогает исправить ошибки</i> - Отлично перейдем к новой теме. И ответьте мне на вопросы: Вы знаете, что такое крутки? Из каких микроэлементов они состоят? <i>Педагог рассказывает о крутках их видах и основных составляющих</i> - Первое что мы с вами сделаем, освоим термин точка на практике. <i>Педагог показывает объясняет технику выполнения</i> - А теперь повторите за мной (под музыку)</p>	<p>Отвечают на вопросы учителя, демонстрируют шаг, считают в слух.</p> <p>Исполняют под музыку</p> <p>Слушают, отвечают на вопросы</p> <p>Выполняют под музыку</p>

<p><b>Развитие двигательной памяти</b></p> <p><b>Развитие двигательной памяти</b></p> <p><b><u>Учебная задача</u></b></p>	<p>Мы разобрали главные составляющие крутки, а теперь послушайте музыку и определите характер</p> <p>- Переходим к движениям на середине (плие рэлеве 3 раза, 1 вращение. Исполните под музыку. <i>Педагог объясняет, показывает, комментирует исполнение, осуществляет контроль и оценку.</i></p> <p>- Крутка на середине на одной ноге по 6 поз андэор, андедан. Исполните под счет под музыку. <i>Педагог объясняет, показывает, комментирует исполнение, осуществляет контроль и оценку</i></p>	<p>Слушают музыку определяют характер</p> <p>Выполняют под музыку Выполняют под счет, под музыку</p>
<p><b>Заключительный этап (подведение итогов, оценка)</b></p>	<p>- И так встали на свои места, как вначале занятия. Скажите, пожалуйста, какое новое понятие мы сегодня изучили? Из каких элементов состоит крутка? Отлично, вы сегодня хорошо поработали, всем спасибо, поклон.</p>	<p>Отвечают на вопросы.</p>

### ***Методические рекомендации***

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, упражнения тренировочного характера, разучивание повторение танцев) и по методам работы. Эффективны такие методы, как беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание и разбор музыки, показ педагогом движений, постоянное повторение пройденного, музыкальные игры и импровизации. Весь процесс обучения строится на сознательном усвоении навыков. Это пробуждает у детей интерес к занятиям. Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и то же движение.

Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные задания, упражнения, игровое творчество. Учащиеся дошкольного возраста быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, забывают пройденное. Поэтому, проводя цикл упражнений, выпрямляющих спинки маленьких танцоров и растягивающих им нужные мышцы, программа предусматривает находить время и для игры, и для улыбки. Мышцы учащихся развиты слабо, они быстро устают от физических нагрузок. Ребенок не может долго удерживать корпус в подтянутом состоянии из-за слабости мышц спины. Педагог должен учитывать особенности развития ребенка и, во-первых, увеличивать физическую нагрузку очень осторожно, а во-вторых - укреплять и развивать мышцы, формировать устойчивые навыки правильной осанки и совершенствовать основные танцевальные движения постепенно. Не следует долго отрабатывать одно и то же движение; повторяя его из урока в урок, ребенок постепенно научится выполнять это движение правильно и красиво. Давление на детей нужно свести к минимуму. Ребенок дошкольного возраста еще не обладает достаточно развитой волей, упорством и самоорганизацией, и вряд ли он оценит по достоинству слишком жесткую дисциплину на занятиях. Для него будут привлекательными занятия по танцу, построенные на простом материале, занятия с элементами игры и соревнования.

Танец способствует развитию координации, моторной памяти, выработке здоровой осанки. Систематические занятия соразмерно развивают фигуру, могут помочь в устранении некоторых физических недостатков.



На уроке следует закреплять все навыки, выработанные раньше, повторять пройденные движения и фигуры, уточнять освоенное не до конца.

Разучивание танцев проводится в такой последовательности:

- вводное слово педагога (перед разучиванием танца педагог сообщает сведения об истории его возникновения), знакомит с темпом, характером, ритмическим рисунком танца.

- разучивание элементов танца, танцевальных движений, рисунка танца (педагог объясняет и сам показывает движения, затем ученики повторяют).

Дети повторяют движения вместе с педагогом, а затем самостоятельно; при этом педагог обращает внимание детей на ошибки и поправляет их, движения разучиваются под музыку или под счет. Разучивая танец, мы работаем над движениями рук, ног, корпуса, головы, следя за соблюдением гармонии движения.

Когда основные движения, позы, рисунок разучены, приступаем к соединению их в танцевальную композицию; комбинации разучиваем и отрабатываем. Затем комбинации собираем в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и танец целиком многократно повторяются учащимися в целях запоминания и достижения грамотного и выразительного исполнения.

Важно сформировать у детей представление о танцевальном образе. Первое представление о танцевальном образе и, соответственно, о стиле исполнения мы получаем, прослушивая музыку.

Основная работа над танцевальным образом начинается с разучивания движений танца, отработки поз и положений рук. Показ педагога поможет ученикам увидеть типичные черты образ

#### ***Перечень используемых дидактических методик и методических материалов***

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии [Текст] / Т. К. Барышникова. – М.: Айрис Пресс, 2000. – 266 с.
2. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Киев: Муз. Україна, 1985. – 222 с.
3. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. – С.-Пб.: Лань, 2001. – 192 с.
4. Воронина И. Историко-бытовой танец: учебное пособие [Текст] / И. Воронина. – Москва: Искусство, 1980. - 128 с.
5. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца: упражнения у станка: Учебное пособие для студентов хореографического факультетов, вузов культуры [Текст] / Г. П. Гусев. – М.: Владос, 2002. - 205 с.
6. Климов А. Основы русского народного танца: учебник для студентов хореографических отделений институтов культуры, балетмейстерских факультетов театральных институтов и учащихся хореографических училищ [Текст] / А. Климов. — М.: Искусство, 1981. — 270 с.

### **3.5. Иные компоненты**

#### **3.5.1. Условия реализации программы**

##### ***Материально-техническое обеспечение учебного процесса***

Для успешной реализации поставленных задач занятия проходят в кабинете, отвечающем санитарно-гигиеническим требованиям с хорошим освещением, сухим с естественным доступом воздуха и хорошей вентиляцией.

Материально-техническое обеспечение включает:

- хореографический класс;
- сценические костюмы;
- аудио- и видеоматериалы;
- фортепиано; аудиоаппаратуру;
- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

## **Информационное обеспечение**

### **1. Интернет-ресурсы:**

Статья «Традиционные танцы Руси. Танцуют все» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.culture.ru/materials/104023/tancuyut-vse> (дата обращения 02.09.2021).

### **2. Методическая (п. 3.4.), специальная литература (п.3.5.2).**

Учебные занятия могут проводиться с использованием *дистанционных образовательных технологий* – реализация отдельных разделов, тем учебного плана с применением информационно-коммуникационных сетей при опосредованном взаимодействии с учащимися. Данные технологии применяются в случае болезни учащегося или для учащихся при консультировании по отдельным вопросам в соответствии с содержанием программы, а также при неблагоприятной социальной обстановкой в городе, стране по распоряжению вышестоящих органов управления образования. *Дистанционные технологии представлены в п.3.4 программы.*

#### **Кадровое обеспечение**

Программу может реализовывать педагог, имеющий специальное образование по направлению «Хореография». В настоящее время программу реализовывает Семенова Светлана Владимировна, педагог дополнительного образования, имеющая высшее образование по направлению «Хореография».

### **3.5.2. Список литературы**

#### **Для педагога:**

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии [Текст] / Т. К. Барышникова. – М.: Айрис Пресс, 2000. – 266 с.
2. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Киев: Муз. Україна, 1985. – 222 с.
3. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. – С.-Пб.: Лань, 2001. – 192 с.

#### **Для детей:**

1. Богаткова Л.Н. И мы танцуем / Богаткова Л.Н. – М.: Детская литература, 2015
2. Дункан, А. Моя жизнь: Мемуары-танец будущего / Дункан А. – М.: Контракт, 2014
3. Корнева, Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение для детей дошкольного возраста / Корнева Т.Ф. – М.: Владос, 2013
4. Лиориц, И.В. Ритмика / Лиориц И.В. – М.: Академия, 2015
5. Лукьянова, Е.П. Дыхание хореографа / Лукьянова Е.П. – М.: Искусство, 2015
6. Федорова, Г.П. Танцы для детей / авт. сост. Федорова Г.П. – СПб.: Детство-пресс, 2013

### **3.5.3. Приложения (на электронном носителе)**

Приложение 1. Оценочные материалы.

Приложение 2. Критерии оценки планируемых результатов.

Приложение 3. Листы диагностики.

### **3.5.4. Календарно-тематический план (на электронном носителе)**