

УПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЕМ ОТРАСЛЕЙ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА ЧЕХОВ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧЕХОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом

Протокол № 1

От « 31 » августа 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ

г.о. Чехов, 2020 г.

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- *Актуальность и педагогическая целесообразность программы;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*
- *Цель, задачи и приёмы учебного предмета;*
- *Методы и приёмы программы;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.*

II. Содержание учебного предмета

- *Годовые требования по годам обучения;*

III. Требования к уровню подготовки учащихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- *Критерии оценки.*

V. Методическое обеспечение учебного процесса

- *Методические рекомендации педагогическим работникам.*

VI. Список рекомендуемой учебно-методической литературы

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Учебный предмет «Основы хореографии» – исполнительский вид музыкальной деятельности, где содержание музыки ее характер, образы передаются в движении.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа «Основы хореографии», основанная на движениях под музыку, развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Танец способствует правильному физическому развитию детей, имеет оздоровительное значение, способствует более глубокому эмоционально-осознанному восприятию музыки, большей тонкости слышания и различения отдельных музыкально-выразительных средств, пониманию музыкальных стилей и жанров.

Танец исполняется чаще всего всем коллективом и требует четкого взаимодействия всех участников, повышает дисциплину, чувства ответственности и товарищества.

Учащиеся, какого бы возраста они ни были, должны всегда понимать, что ритмика – это умение слушать и «пропевать» музыку в движении. Необходима установка на глубокое восприятие музыки, умение ее переживать и прочувствовать, передавая свои ощущения в движении так, как если бы она (музыка) была создана самими учениками. При глубоком восприятии музыкального искусства через движение, а программа «Основы хореографии», дает эту возможность, волшебный мир музыки полностью раскрывает свою высочайшую художественно-эстетическую ценность. Программное содержание предмета «Основы хореографии», подводит детей к ощущению гармоничной слитности своих движений с музыкой, что способствует развитию их творческого воображения. Специфика предмета состоит в том, что художественные образы воплощаются только с помощью выразительных движений. Именно благодаря тесной взаимосвязи слуховых ощущений с мышечными значительно ярче и эмоциональнее воспринимается музыка.

Невозможно переоценить значение занятий программы «Основы хореографии», для формирования культуры тела, красивой осанки, свободы и естественности движения. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придают движениям эмоциональную окраску, влияя на пластику и выразительность жестов.

Срок реализации учебного предмета

Срок реализации учебного предмета, изложенный в программе курс ориентирован на учащихся 7-8 лет, рассчитан на 1 год обучения.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета

Таблица 1

Содержание	1 класс
Максимальная нагрузка (в часах), в том числе:	102 (99)
количество часов на аудиторные занятия	68 (66)
количество часов на внеаудиторные (самостоятельные) занятия	34 (33)
Недельная аудиторная нагрузка	2
Недельная самостоятельная работа	1

Форма проведения учебных аудиторных занятий

Групповая, занятия рекомендуется начинать в 1 классе школы искусств, с детьми семилетнего возраста и проводить их по 2 часа в неделю с продолжительностью учебного часа, равного 45 минутам. При проведении уроков в начальных классах, необходимо руководствоваться следующими моментами:

- Постепенное увеличение физической нагрузки;
- Чередование темпа нагрузки;
- Равномерность нагрузки на обе ноги;
- Свободное дыхание и самочувствие учащихся.

При подготовке к уроку необходимо учитывать такие факторы, как:

- объём материала;
- степень его сложности;
- особенности класса, как исполнительского коллектива.

Цели и задачи учебного предмета

Цели программы:

- Социальная адаптация детей;
- Эстетическое развитие;
- Формирование духовно-нравственных ценностей;
- Воспитание трудолюбия;
- Укрепление здоровья.

Задачи программы:

- Развитие общей музыкальности;
- Развитие и активизация творческих способностей детей;
- Формирование выразительных движенческих навыков, умения легко и координированно танцевать, ориентируясь в ограниченном сценическом пространстве;
- Формирование конструктивного межличностного общения; коммуникативной культуры;
- Формирование личностных качеств: силы, выносливости, смелости, воли, ловкости, трудолюбия, упорства и целеустремленности;
- Приобщение к хореографическому искусству, воспитание сознательного и уважительного отношения к танцу.

Методы и приёмы программы

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения).

Предложенные методы работы по программе «Основы хореографии», в рамках образовательной программы являются наиболее продуктивными при решении дидактических задач и основаны на проверенных методиках и многолетнем опыте.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Занятия проходят в светлом, хорошо проветриваемом помещении при температуре не ниже 18 градусов.

Учебные аудитории для групповых занятий по учебному предмету «Основы хореографии», оборудованы балетными станками, зеркалами, деревянными полами (возможно специализированное покрытие), аудио и видео аппаратурой, предусматривается наличие фонотеки и видеотеки. Для проведения занятий необходим музыкальный инструмент.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Годовые требования

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании в детских школах искусств.

1. Подготовительные упражнения: различные виды шагов и бега, простейшие танцевальные элементы:
 - танцевальные шаги с носка;
 - шаги с пятки;
 - шаги на полупальцах;
 - приставной шаг;
 - шаги в полуприседании;
 - маршевый шаг;
 - галоп;
 - подскок;
 - легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;
 - бег «лошадки» ;
 - па польки;
 - ковырялочка;
 - гармошка;
 - комбинированные движения;
 - танцевальные па и этюды.
2. Образно- эмоциональная составляющая исполнительского мастерства:
 - Освоение танцевальных образов (по заданию педагога);
 - Эмоции в танце (по заданию педагога);
 - этюды – импровизации на самостоятельное создание различных образов, развивающие творческую активность учащихся.
3. Музыка и танец:
 - Музыкальная лесенка: «ступеньки» - сильные и слабые доли в танце;

- Основы музыкально-ритмического движения;
 - Музыка - первооснова в художественно-творческом развитии ребенка.
4. «Пространство и мы»:
- освоение композиционного пространства;
 - навыки коллективного исполнительства;
 - знакомство с основными правилами в парном танце.
5. Движения классического экзерсиса:
- Постановка корпуса.
 - Позиция ног (I, II, III, VI).
 - Demi plie по I, II позициям. Музыкальный размер: на 2 такта по 4/4 каждое движение.
 - Battment tendu из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер на 4/4 каждое движение.
 - Releves на полупальцы в VI позиции с вытянутых ног и с demi plie. Музыкальный размер: на 4/4 каждое движение.
 - Поклон.
6. Позиции рук:
- Положение рук на поясе, подготовительное положение, I, II, III позиции.
- Allegro
- Трамплинные по VI позиции;
 - Прыжок-разножка;
 - Прыжок-«лягушка»;
 - Прыжки у станка с затяжкой наверху.

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Основы хореографии», и предполагает формирование комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- умение исполнять простые танцевальные «па», этюды и танцы;
- умение выполнять движения музыкально и с должной координацией;
- умение определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей;
- умение самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ, использовать сюжетные и драматургические элементы в инсценировках;

- умение распределять движения во времени и в пространстве;
- владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;
- навыки использования самостоятельности, силы воли, развивать их, осознавать значение результатов своего творческого поиска;
- навыки освоения пространства репетиционного и сценического зала, линейное, круговое построение, основные фигуры-рисунки танца, положения в парах и в массовых коллективных номерах;
- снятие закомплексованности, неуверенности в собственных силах.

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества освоения учебного предмета «Основы хореографии», включает в себя текущий контроль успеваемости и аттестацию обучающегося в конце учебного года.

В качестве средств текущего контроля успеваемости используются – просмотры. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Аттестация проводится в форме контрольного урока. Контрольный урок проводится в конце учебного года в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Критерии оценки

Критерии оценки по предмету «Основы хореографии»:

Таблица 2

Оценка	Критерии оценки выступлений
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	оценка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном).
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание и использование ме-

	тодики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также плохой посещаемости аудиторных занятий.

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Методические рекомендации педагогическим работникам

Урок является основной формой учебного процесса. Урок характеризуется единством дидактической цели, объединяющей содержание деятельности преподавателя и учащихся, определённой структурой, диктуемой каждый раз конкретными условиями и закономерностями усвоения учебного материала.

Как часть учебного процесса урок может содержать: организационный момент, восприятие, осознание и закрепление в памяти информации; овладение навыками (на основе усвоенной информации) и опытом творческой деятельности; усвоение системы норм и опыта эмоционального отношения к миру и деятельности в нём; контроль и самоконтроль преподавателя и учащихся.

При организации и проведении занятий по предмету «Основы хореографии», необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца;
- заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;
- принципа доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;

- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

Первые уроки рекомендуется начинать с музыкально-ритмического воспитания, цель которого – развитие музыкального слуха и памяти, пластической выразительности посредством упражнений, построенных на связи музыки и движений. Само название, “музыкально-ритмическое воспитание”, предопределяет важную роль музыки в процессе проведения занятий, на которых учащиеся усваивают элементарные знания основ музыкальной грамоты: знакомятся со строением музыкального произведения или его части, учатся отличать образный характер музыкального примера, его методические и метроритмические особенности, усваивают смысл и значения таких понятий, как музыкальный размер произведения, ритм, такт, затакт.

Важнейшее значение имеет правильный подбор музыкального материала. Он должен быть направлен на воспитание и развитие художественного вкуса. Сохраняя высокую требовательность к художественному содержанию музыкальных произведений, необходимо учитывать их возрастную доступность.

Начинают музыкально-ритмические занятия с простейших шагов под музыку, используя музыкальные примеры размером в $2/4$ и $4/4$, как более сложные $3/4$.

На музыкально-ритмических занятиях следует обращать внимание учащихся на эмоциональное восприятие, постоянно вырабатывая умение сознательно передавать характер музыки в пластике заданного движения.

Параллельно с музыкально-ритмическим воспитанием, педагог приступает к разучиванию элементарных упражнений по материалу программы. Работа над постановкой корпуса, изучение позиций ног и рук, развитие элементарных навыков координации движений составляют содержание начального этапа обучения и являются той первоосновой, без которой невозможно профессиональное развитие учащегося.

Поскольку костно-мышечный аппарат детей не обладает достаточной силой и устойчивостью, в 1 классе не следует требовать от детей абсолютной выворотности, чтобы избежать завала на большой палец, отставленного таза.

При постановке рук, особенно кисти, необходимо добиваться точного соблюдения положения рук в позициях и грамотного их перевода.

Правильная постановка головы, ее переводы и наклоны способствуют развитию танцевальности, помогают избежать психологической и мышечной зажатости.

VI. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бахрах И.И., Дорохов Р.Н. Физическое развитие школьников в 8-17 лет в связи с индивидуальными темпами роста и формирования организма. - В кн.: Медицина, подросток и спорт. Смоленск, 1975.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., «Рольф», 2001
3. Л.Д. Ивлева, А.В. Куклин «Анатомо-физиологические основы обучения хореографии» учебно-методическое пособие Челябинская государственная академия культуры и искусств, 2008г.
4. Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев, 1972.
5. Дю Беке Антон. Учимся танцу за месяц. – М., 2008
6. 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.: «Один из лучших», 2008
7. Идом Х., Кетрек Н. Хочу танцевать. - М., «Махаон», 2003
8. Кох И. Основы сценического движения. – Л., 1970
9. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб: ЛОИРО, 2000
10. В. Костровицкая, А. Писарев. «Основы классического танца». Л., 1968.
11. Основы подготовки специалистов-хореографов: учебное пособие/ Ю. Громов. – СПб: Типография Наука, 2006
12. Раздрокина Л. Танцуйте на здоровье. Танцевально-игровые тренировки. – Ростов-на-Дону, «Феникс», 2007
13. Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Танцор. Пара. - М., 2007
14. Т.Ф. Корнева Музыкально-ритмические движения - М.: Владос 2001.
15. Г. Любимова Учить не только мыслить, но и чувствовать. Чебоксары, 1994.
16. Плетнев Л. С реверансом. М., Маренго Интернэйшнл Принт, 2001
17. С. Гинус Гимнастика чувств. - М., 1967.