

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия имени Ф.К. Салманова



СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по
УВР
А.М.Товалюк
«21» апреля 2023г.

РАССМОТРЕНО
на заседании ЦДОД
Протокол от 19.04.2023 № 3
Руководитель ЦДОД
Е.В.Куйчогло

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
художественной направленности
«Хореография»
на 2023-2024 учебный год

Возраст обучающихся: 12-17 лет
Срок реализации программы: 1 год
Количество детей в группе: 13-14
Количество учебных часов в год: 204
Педагог, реализующий программу:
Клевко Елена Вениаминовна

г.Сургут
2023

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ

Название программы	Хореография
Направленность программы	художественная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Клевко Елена Вениаминовна
Год разработки	2023
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Приказ МБОУ гимназии имени Ф.К.Салманова ГС-13-345/3 от 21.04.2023г.
Информация о наличии рецензии	О.А.Симонова, кандидат педагогических наук, заместитель декана факультета лингвистики по науке ГОУ ВПО «Сургутский государственный университет ХМАО-Югры» 14.09.2010 г.
Цель:	<p>Образовательная: Совершенствовать полученные знания и умения, учащихся в мире хореографического искусства, расширять их культурный кругозор. Учащиеся продолжают изучение классического, народного и современного направления танцевальной культуры.</p> <p>Развивающая: Продолжать развивать физические и творческие способности учащихся с помощью переплетения танца и акробатики. Развитие эмоциональной сферы и актерского мастерства учащихся в танцевальном коллективе.</p> <p>Воспитательная: Продолжать воспитывать нравственные качества личности через овладение знаниями о духовном и культурном наследии. Воспитание уважения к национальной танцевальной культуре. Сложная драматургия и музыкальный материал выстраивается в более сложную постановочную работу.</p>
Задачи:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организовать двигательный режим учащихся для дальнейшего обеспечения физического развития, активного отдыха и удовлетворении естественной потребности школьников в движении; 2. Дать более углубленные знания о хореографическом искусстве; 3. Расширить практические умения и навыки по заданным направлениям хореографического искусства; 4. Совершенствовать выразительность исполнения, актерское мастерство посредством передачи танцевального образа;

	5. Разнообразить и усложнить постановочную работу по разным хореографическим стилям и направлениям.
Ожидаемые результаты освоения программы:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование системы хореографической подготовки учащихся. 2. Развитие творческой самореализации личности учащихся. 3. Обеспечение преемственности на каждом этапе деятельности. 4. Развитие актерского танцевального образа у воспитанников в постановочных номерах. 5. Расширение гастрольной деятельности ансамбля для укрепления имиджа Образцового коллектива.
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю / год	6\204
Возраст обучающихся	12-17 лет
Формы занятий:	Очная
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.):	Хореографический зал; оборудование: компьютер, проектор, экран для проектора; мультимедийное оборудование; видео и аудио – материалы; костюмерная комната с необходимым набором костюмов и танцевальной обуви.

Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Закон об Образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.

Данная программа разработана для учащихся среднего и старшего школьного возраста, прошедших 5-летнее обучение в Образцовом ансамбле танца «Настроение», и желающих в дальнейшем заниматься хореографией.

Актуальность программы:

Актуальность программы обусловлена положениями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», согласно которому начальное общее образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Кроме того, воспитанники ансамбля за 5 лет обучения достигли высокого уровня в хореографической деятельности, что привело к присвоению ансамблю почетного звания «Образцовый детский коллектив». Это послужило большим стимулом для педагога и обучающихся к продолжению обучения, к совершенствованию знаний, умений и навыков у воспитанников. Достижения в хореографии не могут быть пределом возможностей танцоров, всегда существуют цели, к которым хочется стремиться. Поэтому возникла необходимость в продолжение обучения, в достижении еще более высокого уровня в танцевальном искусстве.

Отличительная особенность: Особенностью программы является то, что программа состоит из **модульной системы обучения**, что создает благоприятные условия для развития учащегося путём обеспечения гибкости

содержания обучения, приспособления к его индивидуальным потребностям и уровню его базовой подготовки.

Программа включает в себя **продвинутый уровень сложности**: Предполагает использование форм реализации материала к сложным (узкоспециализированным) разделам в рамках содержательно-тематического направления программы. Углубленное изучение содержания программы, доступ к профессиональным знаниям в рамках содержательно-тематического направления программы. Акробатика и танец взаимосвязаны между собой, что придает танцевальному номеру еще большую зрелищность и выразительность. В основные разделы программы включены сложные танцевальные комбинации, которые с каждым годом усложняются.

Педагогическая целесообразность: Педагогическая целесообразность состоит в том, что в соответствии с возрастом ребенка и требованиями СанПиН распределяется физическая нагрузка по принципу «не навреди» для того, чтобы после занятий исполнитель чувствовал себя комфортно. Это все вызвано тем, что обучение танцу протекает в непосредственном контакте педагога и ученика и тем, что хореографическое проявление каждого ребенка индивидуально. Преобладает строго индивидуальный подход к учащимся.

Хореография – особая культура развития личности. Это среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для его дальнейшего развития: от изначального пробуждения интереса к искусству танца (стартового уровня) до овладения основами профессионального мастерства (продвинутого уровня освоения программы). При помощи определенной системы и методов обучения и воспитания педагог дает возможность обучающимся реализовать себя в современном обществе и использовать полученные умения и навыки в собственной жизни.

Направленность – художественная.

Программа ориентирована на образовательную и профориентационную деятельность обучающихся в рамках реализации дополнительного образования. По содержанию является художественной; по виду – общеразвивающей; по функциональному предназначению - учебно-познавательной; по времени реализации – годичной.

Адресат программы:

Программа рассчитана на обучающихся 12-17 лет, разработана в соответствии с компетентностным подходом к результатам образования и с учетом возрастных и психологических особенностей детей подросткового возраста.

Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы. Уровень программы – **продвинутый**. Срок реализации программы – 1 год. Продолжительность учебного года – 34 недели.

Форма обучения очная.

Режим занятий: Программа рассчитана для группы № 5 (модуль VIII) и группы № 6 (модуль IX).

Каждая группа занимается 3 раза в неделю по 2 часа, итого 6 часов в неделю. Продолжительность учебных недель в год: 34. Количество часов в год: 204.

Увеличение нагрузки соответствует принципам регулярности и систематичности; при этом более равномерно распределяется сама нагрузка. Кроме того, при занятиях три раза в неделю появляется возможность несколько снизить плотность тренировочного процесса и больше времени уделить объяснению наиболее сложных моментов и индивидуальной работе с воспитанниками, что способствует лучшему усвоению изучаемого материала.

Особенности организации образовательного процесса

Количество обучающихся в группе – 13-14 человек. Виды занятий – обучающие, общеразвивающие. Формы занятий – практическое занятие, конкурс.

Каждое учебное занятие включает:

- разминку;
- экзерсис на середине класса;
- Allegro (прыжки);
- Танцевальные комбинации на середине класса;
- экзерсис у хореографического станка.

Каждое занятие постановочной работы включает:

- Разминку;
- Изучение нового материала;
- Повторение пройденного материала.

В дни отмены занятий (в период карантина, активированных дней, дистанционном обучении и т.п.) реализация дополнительной общеобразовательной программы осуществляется в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» от 23 августа 2017 г. № 816, Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального от 20.03.2020 (письмо Министерства Просвещения РФ «О направлении рекомендаций» от 19.03.2020 №ГД-39/04), Положением об организации деятельности МБОУ гимназии имени Ф.К.Салманова в дни отмены учебных занятий, иными локальными нормативными актами гимназии.

Цель и задачи программы

Цель программы:

Образовательная: Совершенствовать полученные знания и умения, учащихся в мире хореографического искусства, расширить их культурный

кружозор. Учащиеся продолжают изучение классического, народного и современного направления танцевальной культуры.

Развивающая: Продолжать развивать физические и творческие способности учащихся с помощью переплетения танца и акробатики. Развитие эмоциональной сферы и актерского мастерства учащихся в танцевальном коллективе.

Воспитательная: Продолжать воспитывать нравственные качества личности через овладение знаниями о духовном и культурном наследии. Воспитание уважения к национальной танцевальной культуре. Сложная драматургия и музыкальный материал выстраивается в более сложную постановочную работу.

Задачи программы:

1. Организовать двигательный режим обучающихся для дальнейшего обеспечения физического развития, активного отдыха и удовлетворении естественной потребности школьников в движении;
2. Дать более углубленные знания о хореографическом искусстве;
3. Расширить практические умения и навыки по заданным направлениям хореографического искусства;
4. Совершенствовать выразительность исполнения, актерское мастерство посредством передачи танцевального образа;
5. Разнообразить и усложнить постановочную работу по разным хореографическим стилям и направлениям.

Образовательная программа дополнена календарно-тематическим планированием, **состоящим из модулей:**

• **Модуль VIII (группа № 5):**

Одним из приоритетных направлений данного модуля является народный танец. Сложная танцевальная лексика народного танца, хореографические комбинации, фигуры доводятся до четкости исполнения с соответствующим образом танцевальной постановки. Мимика лица, выразительность передаваемого образа дает возможность развитию артистизма, что необходимо сочетать с танцем. Народный танец «оттачивается» во всех мелочах, с более сложной хореографией. Чувство патриотизма в исполнении русских народных номеров укрепляется с большей силой, а значит, приобщает воспитанников быть патриотами своей страны. Усовершенствуются и усложняются все разделы модуля. Конкурсная составляющая в концертной деятельности коллектива выходит на первый план. Конкуренция в фестивалях и конкурсах на уровне города и за его пределами дает приобрести необходимый опыт в соревновательной деятельности как для воспитанников, так и для педагога.

Усложняются парные и групповые акробатические элементы, которые выполняются на основе физической подготовки учащихся. Этюды. Также плясок от этюдов, прологов. Разновидности этюдов (сольные, мелкогрупповые, массовые, этюды для двух исполнителей).

Постановочная работа основывается на народных танцах, состоящих из сложной хореографии. Включает в свою основу весь изученный материал на занятиях. Комбинируясь с акробатикой, трюковыми элементами придают особое значение для развития стимула в достижении более высоких результатов. Огромное значение имеют интересы и творческие способности воспитанников ансамбля. Совместная работа в сотрудничестве с педагогом дают положительные результаты.

Репертуар для группы № 5: «Танцевальное шоу» танец «Россия, моя Россия».

- **Модуль IX (группа № 6):**

Продолжение и усовершенствование работы над народным танцем. Сложная танцевальная лексика народного танца, хореографические комбинации, фигуры доводятся до четкости исполнения с соответствующим образом танцевальной постановки. Мимика лица, выразительность передаваемого образа дает возможность развитию артистизма, что необходимо сочетать с танцем. Народный танец «оттачивается» во всех мелочах, с более сложной хореографией. Чувство патриотизма в исполнении русских народных номеров укрепляется с большей силой, а значит, приобщает воспитанников быть патриотами своей страны. Усовершенствуются и усложняются все разделы модуля. Постановочная работа усложняется количеством сложных танцевальных комбинаций, рисунков танца. В постановках возможно присутствие народной стилизации со сложно акробатикой.

Усложняются парные и групповые акробатические элементы, которые выполняются на основе физической подготовки учащихся.

Постановочная работа берет за основу навыки, полученные учащимися в народных танцах, которые состоят из сложной хореографии, включая весь изученный материал на занятиях. Постановка в номинации «Танцевальное шоу» с комбинацией акробатики, трюковыми элементами, сложными поддержками, в том числе во время вращений. Огромное значение имеют интересы и творческие способности воспитанников ансамбля. Совместная работа в сотрудничестве с педагогом дают положительные результаты.

Репертуар для группы № 6: «Танцевальное шоу» - танец «Зори».

Танцевальные номера «Россия, моя Россия» и «Зори» в исполнении учащихся групп № 5 и № 6 базового уровня по итогу освоения программы в обязательном порядке включены в общий отчетный концерт Образцового ансамбля танца «Настроение».

МОДУЛЬ VIII
Учебно-тематический план

№ п/п	Наименования тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Фронтальный опрос
2.	Элементы классического танца	20	2	18	Зачет
3.	Элементы народного танца	56	10	46	Зачет
4.	Элементы акробатики	56	10	46	Зачет
5.	Постановочная работа (ансамбль)	68	2	66	Зачет
	Итоговое занятие	2	1	1	Зачет
Всего:		34	204	26	178

Содержание программы:
МОДУЛЬ VIII.

В содержании программы отсутствует раздел «Ритмика и партерная гимнастика», который освоен учащимися за первые 5 лет обучения.

Вводное занятие (2 часа). Теория – знакомство с программой обучения на текущий год. Техника безопасности. Обсуждение гимназических, городских, всероссийских конкурсов на текущий год, готовность коллектива к выступлениям, проблемы и пути их решения.

Практика – Практические умения и навыки по технике безопасности, регистрация в журнале.

1. Элементы классического танца (20 часов). Теория – Повторение теоретического курса классического танца за предыдущие года обучения в виде терминологического диктанта устно.

Практика – *Экзерсис у станка:* Plié на пяти позициях. Battments tendus с комбинацией plié на II позиции (нога и рука открыты на II позицию за тактом) (24 такта по 2/4). Большое adagio (4 такта по 4/4), allegro (4 такта по 2/4). Battement tendu simple (с 5 позиции, возвращаясь каждый раз в 1 позицию). Grand battement jete pointe (нога не возвращается в 5 позицию, а опускается вытянутая в колене и подъеме на землю в положение, которое она занимает на крайней точке battement tendu simple). Battments tendus (8 тактов по 4/4). Четыре Battments tendus в сторону по II позиции, шесть Battments tendus jetes в сторону II позиции. Четыре Battments tendus в сторону по V позиции назад, шесть Battments tendus jetes в сторону V позиции назад.

Экзерсис на середине класса: V позиция, demi-plié, developpe вперед правой ногой на efface (за тактом). (16 тактов по 3/4 от точки 6 к точке 2 в классе). В другую сторону исполняется от точки 4 к точке 8. Затем pas исполняется обратно с продвижением назад от точки 2 к точке 6 и от точки 8

к точке 4 (также 16 тактов). V позиция, demi-plie, developpe назад efface левой ногой (за тактом). Эта комбинация движений выполняется плавно, мягко без малейшего подпрыгивания и замедляет первое adagio на середине класса.

Элементы вращений по диагонали и по кругу: tour; tour с preparation degage (движение рук из 2 позиции в подготовительную и обратно). tour по 5 позиции на середине класса.

2. Элементы народного танца (56 часов). Теория – Терминология народных движений каблучные на 45, каблучные на 90, дробные выстукивания, переборы, двойная дробь с продвижением, в повороте, «бегунец» в повороте; поставить, отвести, ударить, поднять, приподнять, бросок ногой, выпад, перескочить и т.д.

Практика – Упражнения у станка – комбинации из различных вариаций движений. Упражнения на середине класса в различных вариантах комбинаций, этюды русских народных танцев на середине класса.

Движения: Круговые движения на полу пяткой: основной вид, с полуприседанием на опорной ноге, «Восьмерка»: основной вид, в сочетании с растяжкой. Движения на прыжковой подмене опорной ноги: «Веревочка» - со скользящим ударом каблука «от себя», с переступанием на каблуках (для мальчиков), «Подбивка» все виды в различных сочетаниях с шагами русских танцев, «отбивка» с шагом, с ударом. «Голубец» - основной вид (низкий голубец), с шагом накрест, с ударом и переступанием, с прыжком (для мальчиков). «низкий» на полуприседании, с прыжком «высокий» для мальчиков; для женских партий «голубец» основного вида в сочетании с шагами и поворотами. «Веревочка» для мужского класса: с переступанием на ребро каблука, с ударом ступней, с «ковырялочкой», с прыжком «веревочка-ножницы», с «разножкой». Для женского класса: двойная веревочка в различных сочетаниях с остальными видами на месте, с продвижением, в повороте, как «русская», так и «украинская». Маятникообразные движения по типу «моталочки»: моталочки поперечные – основной вид, со скользящим ударом полупальцами. *Дробные движения:* удары всей стопой одинарные в различных вариантах, с подскоком, двойные удары. Удары ребром каблука: поочередные, с подскоком, с перескоками. Повтор сочетание ударов каблука и полупальцами в различных ритмических рисунках. *Присядки:* Присядка – разножка (основной вид, с переходом на полупальцы и ребро каблука, с опорой на руку). присядка в повороте все виды. Присядка с выпадом на ногу: основной вид, в повороте. Присядка в повороте: основной вид, с продвижением, с опусканием на колено. Присядка-подсечка с опусканием на колено. Дальнейшая проработка присядок: «Метелочка»; «закладка», присядка-качалка; присядка с броском обеих ног вперед (собачка), присядка – мяч в повороте; на полу – «мельница», «кубарик» (для мальчиков). Присядка «Мяч» по I прямой позиции с подскоком, с подъемом на полупальцы). Полные присядки: с поджатыми ногами, с «разножкой» с продвижением. «Ползунок»: основной вид в отработке, с круговым движением ногой, с опорой на одну руку. Трюки: разножка, щучка. *Хлопки и*

хлопушки. Скользящие хлопки в ладоши: перед собой – сверху вниз, справа или слева в повороте и наклонах корпуса в различных ритмических рисунках. Хлопушки: двойные удары ладонями по бедру – с шагом, с переступанием в сочетании с присядками, ходами и дробными движениями. комбинированные удары ладонями, двойные удары ладонями по бедру – с шагом, с переступанием. Хлопки и хлопучки в сочетании с присядками. *Вращения*. По диагонали и по кругу как индивидуально, так и в паре, и по три, и по четыре исполнительницы. На подскоках, на дробях, на беге – отработка умений за предыдущие года обучения. Вращения на прыжке: повороты в воздухе с поджатыми ногами на месте и с продвижением для женского класса. Для мужского класса: отработка «присядки-мяч» в повороте, повороты в воздухе с вытянутыми ногами на месте, с продвижением. на полу – «мельница», «кубарик». *Упражнения для рук, корпуса, головы*. Отработка предыдущего курса обучения: для рук - переводы рук из одного положения в другое, волнообразные движения руками, упражнения для кистей рук. Для корпуса - наклоны, перегибы, повороты, круговые движения корпусом. Для головы - повороты, наклоны, круговые движения головой. *Прыжковые движения для мальчиков*. Продолжается работа над движениями с предыдущих курсов обучения с усложненными темповыми рисунками: «ястреб»; «разножка» в сочетании с присядками; «щучка»; «кольцо», «пистолет». Исполнять на месте, с продвижением, в сочетании с «подходом к прыжку». с раскрытием коленей в стороны «ястреб», с одной согнутой в колене ногой, с поворотом коленей, с наклоном корпуса вперед – «разножка», «щучка»; с перегибом корпуса назад – «кольцо», «пистолет». *Отработка заключения танцевальных комбинаций*: Притоп – простой, двойной; соскок; концовка - удар всей стопой, удар ребром каблука; опускание на колено. *Хоровод*. Хороводные перестроения: «два круга рядом», «круг в круге», «улица», «прочес», «корзиночка», «колонна», «восьмерка», «Улитка», «Змейка». навыки общения с платком. *Рассмотрение этюдов*. Три части записи танца-этюда. Разборка танца по записи.

3. Элементы акробатики (56 часов). *Теория* – повторение понятий: виды, стили акробатики, применяемые в танцевальной практике. Азбука парной акробатики: поддержки, смешанные парные упражнения, упоры, седы верхом, выходы на плечи, мосты. Понятие и виды акробатических прыжков. Техника безопасности во время акробатических упражнений, страховки.

Практика – Упражнения в сохранение равновесия. Упражнения в сохранение равновесия: упоры, стойки на голове, горизонтальные упоры на локтях и голове, стойки на предплечьях. *Стойки*: стойки на лопатках, стойки на груди, стойки на голове, стойки на руках. *Стойки*: стойка силой из полустойки, стойка силой согнув ноги, стойка силой согнувшись. Отработка и усовершенствование всех изученных видов акробатических прыжков. Продолжение работы над *парной акробатикой*: седы верхом, поддержки для девочек и для мальчиков, выходы на плечи, равновесия, мосты. Включение

акробатических элементов в небольшие танцевальные комбинации и в постановочную работу ансамбля. *Акробатические прыжки.* Продолжение работы над отработкой основных элементов: рондат, переворот вперед, переворот назад, фляк вперед, фляк назад. Начинаем работу над изучением сальто вперед, сальто назад. Сальто вперед при помощи партнера, сидящего ноги врозь, сальто вперед с трамплина или автокамеры со страховкой вдвоем, сальто вперед с разбега толчком на 5-6 матов. Сальто назад. Чередование прыжков с элементами народного танца для мужского класса. Чередование прыжков с элементами народной хореографии, как для мужского, так и для женского класса. Использование в танцевальных комбинациях предметов для работы над прыжком (мат, трамплин, батут, камера и т.д.).

Продолжение работы над *парной акробатикой*: поддержки для девочек, основные виды и направления. *Поддержки*: Поддержка на ступнях; поддержка на руках. поддержка на живот на ступнях сидящей нижней. Поддержки на руках - поддержка под живот на руках лежащей нижней; то же, но из упора лежа на коленях нижней. *Равновесия*: Равновесия на полу; равновесия на бедре. фронтальное равновесие с захватом ноги под пятку в наклонном положении с поддержкой нижней, стоящей в выпаде, за руку. Равновесие на бедре: равновесия на бедре с поддержкой; равновесие, согнув ногу на бедре нижней, стоящей на левом колене; фронтальное равновесие с захватом ноги, стоя на бедре; равновесие, стоя на бедре нижней с захватом свободной ноги у колена с поддержкой за руку (нижняя стоит на правом колене с наклоном назад). *Стойки*: Стойки на руках на полу с поддержкой нижней; стойки плечами на руках лежащей нижней.

Продолжение работы и усовершенствование *седов и упоров*: сед верхом – прыжком с пола, из полуколонны с поддержкой, силой с пола. Переходы и соединения: из полуколонны вперед в сед верхом на плечи нижнего, из поддержки на бедрах. Выходы на плечи и переходы с плеч на бедра: переход с плеч нижнего, стоящего на коленях, на его бедра; из полуколонны переход в сед на плечо и переход в поддержку на бедрах. Стойки ногами на плечах и руках нижнего: стойки ногами на плечах; стойка ногами на согнутых руках лежащего нижнего. Равновесия: на бедре нижнего с поддержкой за руки; на плече нижнего с поддержкой за руки. Седы верхом: сед верхом на плечах нижнего, стоящего на коленях; сед верхом на плечах; сед на ступнях лежащего на спине нижнего. *Выходы на плечи*: выходы на плечи нижнего, стоящего на коленях; выход на плечи нижнего сбоку. *Пирамиды* как на месте, так и с продвижением. *Прыжки*. Прыжки и соскоки: через нижнего, стоящего на коленях – с места, согнув ноги, с места, ноги врозь. Подкидные прыжки: через нижнего, согнув ноги; броском нижнего, стоящего на пятках под ступню. Продолжение работы над парными упражнениями мальчиками и девочками.

4. Постановочная работа (ансамбль) (68 часов). Народные танцы, состоят из сложной хореографии комбинируются с акробатикой, трюковыми элементами придают особое значение для развития стимула в достижении более высоких результатов.

Итоговое занятие (2 часа). Подведение итогов учебного года, обсуждение участия в конкурсах на следующий учебный год. Планирование выездных конкурсов и поездок на фестивали хореографии.

МОДУЛЬ IX

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименования тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Фронтальный опрос
2.	Элементы классического танца	20	2	18	Зачет
3.	Элементы народного танца	56	10	46	Зачет
4.	Элементы акробатики	56	10	46	Зачет
5.	Постановочная работа (ансамбль)	68	2	66	Зачет
	Итоговое занятие	2	1	1	Зачет
Всего:		34	204	26	178

Содержание программы:

МОДУЛЬ IX. (группа № 6).

Вводное занятие (2 часа). Теория – знакомство с программой обучения на текущий год. Техника безопасности. Обсуждение гимназических, городских, всероссийских конкурсов на текущий год, готовность коллектива к выступлениям, проблемы и пути их решения.

Практика – Практические умения и навыки по технике безопасности, регистрация в журнале.

1. Элементы классического танца (20 часов). Теория – Повторение теоретического курса классического танца за предыдущие года обучения в виде терминологического диктанта устно и письменно.

Практика – *Экзерсис у станка:* Plie на пяти позициях. Battments tendus с комбинацией plié на II позиции. Grand battement jete pointe. Ronds de jambes par terre и grand ronds de jambes jetes. Battments fondus и frappes. Четыре Battments tendus в сторону по II позиции, шесть Battments tendus jetes в сторону II позиции. Четыре Battments tendus в сторону по V позиции назад, шесть Battments tendus jetes в сторону V позиции назад.

Экзерсис на середине класса: V позиция, demi-plie, developpe вперед правой ногой на efface, developpe назад efface левой ногой. Grand battement jete balance (качание вперед и назад корпусом с полчком ноги скользящим движением через 1 позицию на 90 градусов). Battement frappe по 2 позиции (правая нога бьет левую по щиколотке – surlecou-de-pied). Размер 2/4 характер четкий. Battement tendu jete plie из 5 позиции крестом.

Элементы вращений по диагонали и по кругу: tour; tour с preparation degage (движение рук из 2 позиции в подготовительную и обратно). tour по 3 позиции на середине класса, obertas на месте.

2. Элементы народного танца (56 часов). *Теория* – Терминология народных движений каблучные на 45, каблучные на 90, дробные выстукивания, переборы, двойная дробь с продвижением, в повороте, бегунец в повороте; поставить, отвести, ударить, поднять, приподнять, бросок ногой, выпад, перескочить и т.д. Уметь рассказать полным текстом.

Практика – Упражнения у станка – комбинации из различных вариаций движений. Упражнения на середине класса в различных вариантах комбинаций, этюды русских народных танцев на середине класса. *Движения:* Круговые движения на полу пяткой с поворотом пятки опорной ноги, с полуприседанием и поворотом пятки опорной ноги. Круговые движения ногой по воздуху с вытянутым подъемом: основной вид, с поворотом пятки одной ноги, с подскоком, с подскоком и поворотом пятки одной ног. Круговые движения ногой по воздуху с сокращенным подъемом: основной вид, в сочетании с полуприседанием, с поворотом, с подскоком, с подскоком и поворотом пятки опорной ноги. «Восьмерка»: основной вид, в сочетании с растяжкой. *Движения на прыжковой подмене опорной ноги:* «Веревочка» - со скользящим ударом каблука «от себя», с переступанием на каблуках (для мальчиков), «Подбивка» все виды в различных сочетаниях с шагами русских танцев, «отбивка» с шагом, с ударом. «Голубец» - основной вид (низкий голубец), с шагом накрест, с ударом и переступанием, с прыжком (для мальчиков). «низкий» на полуприседании, с прыжком «высокий» для мальчиков; для женских партий «голубец» основного вида в сочетании с шагами и поворотами. «Веревочка» для мужского класса: с переступанием на ребро каблука, с ударом ступней, с «ковырялочкой», с прыжком «веревочка-ножницы», с «разножкой». Для женского класса: двойная веревочка в различных сочетаниях с остальными видами на месте, с продвижением, в повороте, как «русская», так и «украинская». Маятникообразные движения по типу «моталочки»: моталочки поперечные – основной вид, со скользящим ударом полупальцами. *Дробные движения:* удары всей стопой одинарные в различных вариантах, с подскоком, двойные удары. Удары ребром каблука: поочередные, с подскоком, с перескоками. Повтор сочетание ударов каблука и полупальцами в различных ритмических рисунках. *Присядки:* Присядка – разножка (основной вид, с переходом на полупальцы и ребро каблука, с опорой на руку). Присядка – разножка (основной вид, с переходом на полупальцы и ребро каблука, с опорой на руку), присядка в повороте все виды. Присядка с выпадом на ногу: основной вид, в повороте. Присядка в повороте: основной вид, с продвижением, с опусканием на колено. Присядка-подсечка с опусканием на колено. Дальнейшая проработка присядок: «Метелочка»; «закладка», присядка-качалка; присядка с броском обеих ног вперед (собачка), присядка – мяч в повороте; на полу – «мельница», «кубарик» (для мальчиков). «Метелочка»; «закладка» - основной вид, с раскрыванием ноги на ребро каблука; присядка-качалка – основной вид,

качалка с броской ногой накрест; присядка с броском обеих ног вперед (собачка) – основной вид, с опорой на руки. Полные присядки: с поджатыми ногами, с «разножкой» с продвижением. «Ползунок»: основной вид в отработке, с круговым движением ног, с опорой на одну руку. Трюки: разножка, щучка с продвижением и на месте в сочетании с присядками и акробатическими прыжками. *Хлопки и хлопнушки* в сочетании с присядками в повороте корпуса. Скользящие хлопки в ладоши: перед собой – сверху вниз, справа или слева в повороте и наклонах корпуса в различных ритмических рисунках. *Вращения*. По диагонали и по кругу как индивидуально, так и в паре, и по три, и по четыре исполнительницы. На подскоках, на дробях, на беге – отработка умений за предыдущие года обучения. Вращения на прыжке: повороты в воздухе с поджатыми ногами на месте и с продвижением для женского класса. Для мужского класса: отработка «присядки-мяч» в повороте, повороты в воздухе с вытянутыми ногами на месте, с продвижением. на полу – «мельница», «кубарик». *Прыжковые движения для мальчиков*. Продолжается работа над движениями с предыдущих курсов обучения с усложненными темповыми рисунками: «ястреб»; «разножка» в сочетании с присядками; «щучка»; «кольцо», «пистолет». Исполнять на месте, с продвижением, в сочетании с «подходом к прыжку». с раскрыванием коленей в стороны «ястреб», с одной согнутой в колене ногой, с поворотом коленей, с наклоном корпуса вперед – «разножка», «щучка»; с перегибом корпуса назад – «кольцо», «пистолет».

Отработка *заклучения танцевальных комбинаций*: Притоп – простой, двойной; соскок; концовка - удар всей стопой, удар ребром каблука; опускание на колено. *Хоровод*. Хороводные перестроения: «два круга рядом», «круг в круге», «улица», «прочес», «корзиночка», «колонна», «восьмерка», «Улитка», «Змейка». навыки общения с платком. *Этюды*. Три части записи танца-этюда. Разборка танца по записи.

Отработка всех движений народного танца на каждом занятии в разминочных упражнениях.

3. Элементы акробатики (56 часов). *Теория* – повторение понятий: виды, стили акробатики, применяемые в танцевальной практике. Азбука парной акробатики: поддержки, смешанные парные упражнения, упоры, седы верхом, выходы на плечи, мосты. Понятие и виды акробатических прыжков. Техника безопасности во время акробатических упражнений, страховки.

Практика – упражнения в сохранение равновесия: упоры, стойки на голове, горизонтальные упоры на локтях и голове, стойки на предплечьях. Стойки: стойки на лопатках, стойки на груди, стойки на голове, стойки на руках. Отработка и усовершенствование всех изученных видов акробатических прыжков. Продолжение работы над парной акробатикой: седы верхом, поддержки для девочек и для мальчиков, выходы на плечи, равновесия, мосты. Включение акробатических элементов в небольшие танцевальные комбинации и в постановочную работу ансамбля.

Акробатические прыжки. Продолжение работы над отработкой основных элементов: рондат, переворот вперед, переворот назад, фляк вперед, фляк назад, сальто вперед, сальто назад. Сальто вперед при помощи партнера – из его рук. Сальто вперед с трамплина или автокамеры со страховкой вдвоем, сальто вперед с разбега толчком на 5-6 матов. Сальто назад. Чередование прыжков с элементами народного танца для мужского класса. Чередование прыжков с элементами народной хореографии, как для мужского, так и для женского класса.

Продолжение работы над *парной акробатикой*: поддержки для девочек, основные виды и направления. *Поддержки*: Поддержка на ступнях; поддержка на руках. поддержка на живот на ступнях сидящей нижней. Поддержки на руках - поддержка под живот на руках лежащей нижней; то же, но из упора лежа на коленях нижней. Поддержка на бедрах лицевая, полуколонна, поддержка на живот. Разучивание парных упражнений мальчиками: седы и упоры: сед верхом – прыжком с пола, из полуколонны с поддержкой, силой с пола.

Равновесия: Равновесия на полу; равновесия на бедре. фронтальное равновесие с захватом ноги под пятку в наклонном положении с поддержкой нижней, стоящей в выпаде, за руку. Равновесие на бедре: равновесия на бедре с поддержкой; равновесие, согнув ногу на бедре нижней, стоящей на левом колене; фронтальное равновесие с захватом ноги, стоя на бедре; равновесие, стоя на бедре нижней с захватом свободной ноги у колена с поддержкой за руку (нижняя стоит на правом колене с наклоном назад).

Стойки: Стойки на руках на полу с поддержкой нижней; стойки плечами на руках лежащей нижней. Стойки ногами на плечах и руках нижнего: стойка ногами на согнутых руках лежащего нижнего со страховкой; стойка ногами на руках лежащего нижнего. Стойка на коленях сидящего нижнего; стойка на коленях нижнего, стоящего в полуприседе; стойка на колене партнера, стоящего в выпаде.

Продолжение работы и усовершенствование сходов и упоров: сед верхом – прыжком с пола, из полуколонны с поддержкой, силой с пола. Переходы и соединения: из полуколонны вперед в сед верхом на плечи нижнего, из поддержки на бедрах. Выходы на плечи и переходы с плеч на бедра: переход с плеч нижнего, стоящего на коленях, на его бедра; из полуколонны переход в сед на плечо и переход в поддержку на бедра, вход на плечи нижнего с бедра с поворотом. *Мосты и медленные перевороты (перекидки)*: Переворот назад из поддержки под спину на предплечьях; переворот вперед из поддержки под живот на предплечьях; мост на коленях и руках нижнего (для девочек). Перекидка назад из поддержки на бедрах; перекидка вперед из стойки плечами на руках на одну ногу; то же, но на обе руки; перекидка вперед из стойки; перекидка назад в стойку с помощью нижней.

Равновесия: на бедре нижнего с поддержкой за руки; на плече нижнего с поддержкой за руки. Седы верхом: сед верхом на плечах нижнего, стоящего на коленях; сед верхом на плечах; сед на ступнях лежащего на спине нижнего. *Пирамиды* как на месте, так и с продвижением. Продолжение

работы над *парными упражнениями мальчиками и девочками*. Сложные поддержки: «арка» наверху с помощью двух партнеров, стойка в полумосте на прессе у партнера, и т.д. Поддержки во вращениях: равновесие на руках партнера в полный рост во время вращения, «кольцо» вокруг шей партнера, выход на плечи партнера – во время вращения переместиться вниз на его (партнера) вытянутых руках.

4. Постановочная работа (ансамбль) (68 часов). Постановка в номинации «Танцевальное шоу» с комбинацией акробатики, трюковыми элементами, сложными поддержками в том числе во время вращений. Огромное значение имеют интересы и творческие способности воспитанников ансамбля.

Итоговое занятие (2 часа). Подведение итогов учебного года, обсуждение участия в конкурсах на следующий учебный год. Планирование выездных конкурсов и поездок на фестивали хореографии.

Ожидаемые результаты освоения программы

1. Совершенствование системы хореографической подготовки учащихся;
2. Развитие творческой самореализации личности учащихся;
3. Обеспечение преемственности на каждом этапе деятельности;
4. Развитие актерского танцевального образа у воспитанников в постановочных номерах;
5. Расширение гастрольной деятельности ансамбля для укрепления имиджа Образцового коллектива.

Календарный учебный график

Год обучения/ Модуль/ группа	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий: час/неделю
2023 - 2024	01 сентября	31 мая	34	204	6 часов/неделю: 3 раза/2 часа

Условия реализации программы:

1. Учебные помещения, соответствующие СанПиН (в т.ч. освещение и проветривание) – хореографический зал с соответствующим оборудованием (зеркала, станки);
2. Технические средства обучения (компьютер);

3. Мультимедиа и аудиоаппаратура;
4. Видео и аудио – материалы;
5. Подборка музыкальных фонограмм в соответствии с данной программой;
6. Костюмерная комната с набором танцевальных костюмов и обуви в соответствии с данной программой.

Формы аттестации:

Отслеживание и фиксация образовательных результатов отражается в следующих документах: протокол, аналитическая справка, аналитический материал, аудиозапись, видеозапись, грамота.

Контроль за изученным программным материалом осуществляется на открытом зачетном занятии для педагогов и родителей в конце учебного года, также осуществляется текущий контроль на каждом занятии.

В мероприятиях гимназии, предусмотренных годовым планом, учащиеся ансамбля могут проявить себя в танцевальных постановках, что воспитывает танцевальность, актерское мастерство, умение держать себя на сценической площадке, организованность и собранность в большом хореографическом коллективе;

Кроме того, воспитанники всех групп Образцового ансамбля танца «Настроение» в обязательном порядке принимают участие на ежегодном отчетном концерте ансамбля на городских сценических площадках города Сургута.

Оценочные материалы:

Основными критериями оценивания специальных умений и навыков учащихся *модуль VIII (группа № 5 продвинутый уровень):*

Учащиеся должны знать:

- Терминологию элементов классического, народного танцев;
- Свободно ориентироваться в стилях и направлениях хореографии;
- Терминологию комбинаций у станка классического и народного направления;
- Терминологию акробатических элементов, технику безопасности при их выполнении;
- Значение связи танцевального и акробатического искусств;
- Разбираться в характере и сюжете народного танца.

Учащиеся должны уметь:

- Исполнять элементы и комбинации классического танца у станка и на середине класса в соответствии с размером и темпом музыки;
- Исполнять элементы и комбинации народного танца у станка и на середине класса в соответствии с размером и темпом музыки;
- Уметь исполнять сольные, групповые и парные партии из танцев в соответствии с заданием педагога;
- Исполнять изученные акробатические элементы акробатики, парной акробатики;

- Самостоятельно добиваться техники исполнения движений и комбинаций путем многократного повторения;
- Исполнять целостный танец технично, эмоционально, в соответствии с характером и манерой исполнения;
- Добиваться техничного исполнения целостного танца в группе путём синхронного исполнения танца;
- Самостоятельно исполнять хореографический этюд группой и индивидуально по заданию педагога;
- Придумывать и исполнять несложные хореографические этюды в группе.

Основными критериями оценивания специальных умений и навыков учащихся являются:

Учащиеся должны знать:

- Терминологию элементов классического, народного танцев;
- Свободно ориентироваться в стилях и направлениях хореографии;
- Терминологию комбинаций у станка классического и народного направления;
- Терминологию акробатических элементов, технику безопасности при их выполнении;
- Значение связи танцевального и акробатического искусств;
- Разбираться в характере и сюжете народного танца, этюдах.

Учащиеся должны уметь:

- Исполнять элементы и комбинации классического танца у станка и на середине класса в соответствии с размером и темпом музыки;
- Исполнять элементы и комбинации народного танца у станка и на середине класса в соответствии с размером и темпом музыки;
- Уметь исполнять сольные, групповые и парные партии из танцев в соответствии с заданием педагога;
- Исполнять изученные акробатические элементы акробатики, парной акробатики, сложные поддержки, акробатические прыжки самостоятельно.
- Самостоятельно добиваться техники исполнения движений и комбинаций путем многократного повторения;
- Исполнять целостный танец технично, эмоционально, в соответствии с характером и манерой исполнения;
- Добиваться техничного исполнения целостного танца в группе путём синхронного исполнения танца;
- Самостоятельно исполнять хореографический этюд группой и индивидуально по заданию педагога;
- Придумывать и исполнять несложные хореографические этюды в группе.
- Эмоционально с помощью мимики передавать характер народного танца.

- Работать над собственными ошибками с помощью многократных повторений в домашних условиях, добиваясь техники исполнения на высшем уровне.

Формы и методы контроля:

На занятиях по хореографии используются разные виды контроля освоения воспитанниками содержания программы.

- Текущий контроль (на каждом занятии);
- Диагностика результатов в форме опросника, анкеты, тестов и т.д. (в конце учебного года), практические задания;
- открытое занятие;
- отчетный концерт в конце каждого учебного года.

Методическое обеспечение программы:

Программа является авторской модульной и адаптированной в соответствии с условиями ее реализации в МБОУ гимназии им. Ф.К.Салманова г. Сургута.

Программой предусмотрены следующие **формы занятий:**

- групповые,
- подгрупповые,
- индивидуальные,
- репетиционные.

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Учащимся необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки воспитанника, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Важный принцип работы – **принцип многократного повторения** изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения.

Ведущими методами обучения детей хореографическому искусству **являются:**

- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал).
- Таким образом, **основные методы**, применяемые при обучении:
- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- сравнение;
- контраст;
- повторение.

Программа включает в себя **нетрадиционные приемы и методы** при работе с учащимися:

- Синхронное и зеркальное восприятие;
- Перевод из одного пространства в другое;
- Использование обратных названий движений и контактные уроки;
- Формы компромиссного решения;
- Обращение к индивидуальной культуре исполнения.

Так как учащиеся уже знают хореографическую терминологию, пользуются ею на занятии, практический показ постепенно теряет свой смысл. Использование точной, грамотной терминологии позволяет отойти от практического показа, развивает внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию (письменные терминологические диктанты).

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому особое внимание уделяется мимике мышц лица.

Список литературы для педагога:

1. Бочкарева М.И. Уроки хореографии в образовательных учреждениях.
2. Ткаченко Т.Т. Народный танец. – Москва, 1994.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка). – Изд-во «Владос», 2003.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (танцевальные движения и комбинация на середине зала). – Изд-во «Владос», 2004.
5. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (танцевальные этюды). – Изд-во «Владос», 2005.
6. Коркин В.П. «Акробатика», Москва. 1983г.
7. Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании. – М., 1999.
8. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М., 1989.
9. Захаров Р. Записки балетмейстера. – М., 1976.
10. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. – М., 1988.
11. Кон И.С. Психология ранней юности. – М., 1989.

Список литературы для учащихся:

1. Власенко Г.Я. «Танцы народов мира», 1998г.
2. Коркин В.П. «Акробатика», Москва. 1983г.