

**Муниципальное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Школа искусств» г. Суоярви**

<p>«Рассмотрено»</p> <p>Педагогическим советом «МОУ ДОШИ» г.Суоярви Протокол № 9 от 14.12.2021 (дата рассмотрения)</p>	<p align="right">«Утверждаю» Директор В.И. Ходакова</p> <hr/> <p align="right">(подпись) <i>Ходакова</i> Приказ №147 от 15.12.2021 (дата утверждения)</p>
--	---



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**«Хореография»  
(4 модуль)**

Возраст обучающихся от 15 до 17 лет  
Срок реализации 3 года

**Разработчик:** Волк Алевтина Михайловна - педагог дополнительного образования  
«МОУ ДОШИ» г.Суоярви

Суоярви  
2021

## **Структура программы учебного предмета**

### **1. Основные характеристики программы**

#### **1.1. Пояснительная записка**

- Направленность программы
- Уровень программы
- Актуальность
- Отличительные особенности программы
- Адресат программы и психологические особенности детей 15-17 лет
- Организация индивидуальной работы
- Организация обучения обучающихся с ВОЗ и инвалидностью
- Срок освоения программы
- Особенности организации образовательного процесса
- Объем учебного времени
- Форма обучения, виды занятий, состав группы
- Режим занятий

#### **1.2. Цель и задачи программы**

- Цель
- Задачи (предметные, личностные и метапредметные)

#### **1.3. Содержание программы**

- Учебный план
- Содержание учебно-тематического плана

#### **1.4. Планируемые результаты**

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

#### **2.1. Календарный учебный график**

#### **2.2. Условия реализации программы**

- Материально-техническое обеспечение
- Информационное обеспечение

#### **2.3. Форма аттестации**

#### **2.4. Оценочные материалы**

#### **2.5. Методические материалы**

#### **2.6. Список литературы**

## **1. Основные характеристики программы.**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная программа «Хореография» имеет **художественную направленность.**

Занятия на данном этапе- это развитие полноценной гармонии развитой личности ребёнка. Учащиеся усваивают основные виды танцевальных движений и других видов движений посредством развития музыкального слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, развития лёгкости, гармонии движений. Движения, исполняемые под музыку, формируют художественный вкус детей, способствуют развитию творческих способностей, приобщают к миру танца.

#### **Уровень программы: базовый.**

**Актуальность программы.** Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию, повышают жизненный тонус ребенка. Занятия хореографией вырабатывает в детях стремление к познанию прекрасного мира танца, что позволяет раскрывать творческие способности детей: техничное исполнение хореографического материала, артистичное исполнение концертных номеров, создание собственных номеров – импровизаций. Занятия хореографией объединяет детей, формирует навыки общения в коллективе, воспитывает доброжелательность, чувство взаимопомощи, прививает манеры поведения в обществе, закладывает основы этикета.

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

Особенность программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Она рассчитана на обучение детей основам хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение профессиональных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой.

#### **Адресат программы и возрастные особенности детей 15-17 лет.**

Период перехода от подросткового к раннему юношескому возрасту приходится на 15-17 лет. В этом возрасте основной задачей является готовность к самоопределению (личностному, профессиональному, социальному). В физиологическом отношении это период интенсивного развития мускулатуры, продолжение развития мозга. Юноши и девушки готовы к физической и умственной нагрузке. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Встает проблема выбора профессии. Возникает желание быть замеченным, хочется выделиться. Появляется самостоятельность в суждениях. Юности свойственно состояние влюбленности, жизнерадостности, уверенности в себе. Занятия по хореографии

должны строиться с полной нагрузкой. Для успешной работы педагог-руководитель должен разбираться в особенностях каждого возраста. Умело, согласно возрастным особенностям распределять физическую нагрузку. А при формировании репертуара и составлении плана воспитательной работы просто невозможно обойтись без учета психологических особенностей каждого возрастного периода.

**Организация индивидуальной работы.** Вся работа в студии направлена на групповые занятия. Педагог может заниматься индивидуально, в парах. При подборе материала для занятий, нужно учитывать возрастные особенности детей. У каждого ребёнка своя индивидуальность, свои особенности, разные природные данные. Поэтому педагог должен найти индивидуальный подход к детям. Большую часть времени уделяется репетиционной работе и подготовке к различным мероприятиям, где происходит дружеская обстановка в коллективе.

#### **Организация обучения обучающихся с ВОЗ и инвалидностью.**

При организации и воспитании с ограниченными возможностями, необходимо использовать специальные программы и методы обучения и воспитания, учебные пособия, технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования. Для каждого ребёнка разрабатывается индивидуальный маршрут, учитывая его особенности.

#### **Срок освоения программы.**

Программа рассчитана на 3 года обучения. Продолжительность учебных часов составляет 34 учебных недель в год.

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

Учебный процесс организуется по четвертям. Конкретные даты начала и окончания учебных четвертей, каникул ежегодно устанавливаются календарным учебным графиком «МОУ ДОШИ» г.Суоярви.

#### **Объём учебного времени.**

Общая трудоёмкость времени при 3- летнем сроке обучения составляет 765 часов. Все занятия аудиторные. Рекомендуемая недельная нагрузка в часах: 7.5 часа в неделю.

Сведения о затратах учебного времени:

Вид учебной работы, нагрузки	Затраты учебного времени		Всего в год
Годы обучения	1 год		
Полугодия	1	2	
Количество недель	16	18	
Аудиторные занятия	125	130	255
Максимальная нагрузка	125	130	255
Всего по программе			765

### **Форма обучения, виды занятий, состав группы.**

Форма обучения- очная. Занятия- групповые. Численность группы 10-15 человек. Набор в группу- свободный, без предварительных испытаний. Состав группы постоянный. Занятия проводятся, учитывая возрастные особенности детей. Во время занятия используются следующие формы: партерная гимнастика (обязательно растягивание), репетиции, закрепление полученных умений и навыков.

Режим занятий.

Рекомендуемая продолжительность занятия- 3 раза в неделю по 2,5 часа(один урок- 40 минут). Между уроками 10 минут перемена.

## **1.2.**

### **Цели и задачи программы.**

**Цель:** Приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

#### **Задачи программы:**

##### **Предметные.**

- обучить основам хореографического искусства, технике исполнительского мастерства.
- выработать свободу движения в танце и чувства ансамбля, научить распределять сценическую площадку.
- развить физические данные: гибкость, танцевальный шаг, прыжок, эластичность мышц, координацию, владение мышечным и суставно-двигательным аппаратом

##### **Личностные.**

- формировать образное мышление, умение быстро запоминать информацию.
- формировать эстетический и художественный вкус, культуру поведения, уважение друг другу.

##### **Метапредметные**

- формировать понимание причин и адекватного отношения к успеху или не успеху собственной или коллективной деятельности.
- формировать умение организовывать сотрудничество и совместной деятельности с педагогом и сверстниками, работать индивидуально и коллективе.
- формировать умение понимать и исполнять указания педагога, понимать цели и задачи собственного обучения, формирования мотивов.

### 1.3 Содержание программы.

#### Учебный план.

№ темы	Раздел программы	Наименование программы	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма контроля
1.	Вводное занятие.	Организационные вопросы. Инструктаж.	3	3		Беседа.
2.	Танцевальная разминка.	Упражнения и движения на все части тела.	60	3	57	Наблюдение, творческие задания.
3.	Партерная гимнастика.	Партерный экзерсис.	60	3	57	Наблюдение, творческие задания.
4.	Движения по диагонали.	Танцевальные движения.	60	3	57	Творческие задания.
5.	Классический танец.	Основные движения танца.	84	3	81	Творческие задания.
6.	Современная хореография.	Основные движения.	84	3	81	Творческие задания.
7.	Народный танец.	Элементы народных танцев.	124	3	121	Творческие задания.
8.	Постановочная и репетиционная работа.	Ознакомление с репертуаром.  Репетиционная работа.	250			Наблюдение педагога.
9.	Концертная деятельность.	Участие в концертах, мероприятиях школы, города, района,	40			Показ.

		фестивали, конкурсы.				
10.	Всего часов		765			

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

### Раздел 1. Вводное занятие.

#### Тема 1. Организационные вопросы, инструктаж.

Знакомятся с планами на учебный год. Проводится инструктаж по правилам поведения на занятиях, по технике безопасности. Форма одежды.

### Раздел 2. Танцевальная разминка.

#### Тема 2. Упражнения и движения на все части тела.

Роль разминки в учебном процессе очень важна, она помогает детям разогреть и включиться в репетиционный процесс без риска получить травму или заболевание. Разминаем все части тела поочередно: голова(наклоны, повороты, круговые движения,) плечи, руки, грудная клетка, талия, бедра, ноги.

### Раздел 3. Партерная гимнастика

#### Тема 3. Партерный экзерсис.

Партерный экзерсис, или комплекс упражнений на полу, позволяющий с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению незначительных физических недостатков.

- упражнения на выворотность ног и танцевального шага.
- упражнения на осанку и гибкость.
- упражнения на дыхание.
- упражнения на пресс.
- планка (на локтях, на вытянутых руках).
- растягивания танцевального шага.
- различные кувырки, стойки, перевороты.

### Раздел 4. Движения по диагонали.

#### Тема 4. Танцевальные движения.

В этом разделе проучиваются прыжковые, беговые движения. Проучиваются шене, вращения как в отдельности, так и в комбинациях в усложнённом варианте.

## **Раздел 5. Классический танец.**

### **Тема 5. Основные движения танца.**

Основные базовые элементы классического танца. Положение ног, рук, головы, корпуса.

## **Раздел 6. Современный танец.**

### **Тема 6. Основные движения танца.**

Беседа о танцевальном направлении. Положения рук, ног, головы, корпуса, положения в паре. Разучивание различных движений и комбинаций. Движения эстрадного танца, движения хип хоп, движения вальса, свободная хореография, модерн.

## **Раздел 7. Народный танец.**

### **Тема 7. Элементы народного танца.**

Народный танец, как никакой другой, отражает особенности национального характера, показывает различные стороны жизни народа, а также выражает чувства, переживания, эмоции, эстетически воспевая красоту человеческого тела и духа. Повторяются все движения, пройденные ранее, добавляются новые, и проучиваются в более быстром усложнённом варианте.

Проучиваются вращения на середине в комбинациях, мелкие комбинации варьируются с вращениями. Изучаются танцы народов мира, национальные танцы.

## **Раздел 8. Постановочная и репетиционная работа.**

### **Тема 8. Ознакомление с репертуаром. Репетиции танцевальных номеров.**

Знакомимся с танцевальным репертуаром, прослушиваем ту или иную музыку.

Проучиваем танцевальные этюды, танцевальные номера. Определяем танцевальный состав (если танцы малочисленны). Отрабатываем, делаем работу над ошибками.

Перед концертами репетиции проходят в зале, в костюмах.

## **Раздел 7. Концертные выступления.**

Участие в мероприятиях школы, города, в другие города района, фестивали, конкурсы.

### **1.4. Планируемые результаты**

#### **Предметные**

По окончании освоения материала программы учащиеся должны:

- Иметь представления о хореографическом искусстве в целом и взаимосвязи его с культурной средой.
- Владеть и ориентироваться в вопросах, связанных с хореографическим искусством.
- Владеть техникой правильного исполнения предлагаемых упражнений.



- Иметь хорошо развитые физические данные.
- Владеть музыкальностью, эмоциональностью, выразительностью исполнения данного материала.
- Знать методику исполнения упражнений и уметь качественно их исполнять.

### **Личностные**

- Трудолюбие, ответственность, дисциплинированность.
- Развитие интеллектуальных и творческих способностей.
- Развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества и взаимопомощи.

### **Метапредметные**

- Формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку.
- Уметь преодолевать трудности.
- Умение координировать свои усилия с усилиями других
- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности
- Стремление самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию, повышению танцевального уровня.
- Умение участвовать в танцевальной жизни школы, города, и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных (коммуникативных, организационных, нравственных) задач.

## **2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1.Календарный учебный график. Приложение 1.**

#### **2.2. Условия реализации программы.**

##### **Материально-техническое обеспечение**

Просторное и светлое помещение отвечает санитарно- гигиеническим нормам. Танцевальный зал – тёплый; по объёму и размеру соответствует числу обучающихся. Между занятиями, проходит постоянное проветривание.

Используемые материально-технические ресурсы:

- большие зеркала
- станок для занятий
- музыкальный центр
- гимнастические коврики
- большая костюмерная

Форма для занятий хореографии: чёрные футболки, трико, носки, балетки (для девочек), и футболка, шорты, носки, балетки(для мальчиков), для народного танца-танцевальные туфли.

## **Информационное обеспечение.**

Для успешного результата в освоении программы, необходимо следующее информационное обеспечение.

-[https://studopedia.ru/23\\_31311\\_dvizheniya-narodnih-tantsev-dlya-razuchivaniya-v-starshem-doshkolnom-vozhraze.html](https://studopedia.ru/23_31311_dvizheniya-narodnih-tantsev-dlya-razuchivaniya-v-starshem-doshkolnom-vozhraze.html).

-<https://infourok.ru/statya-narodnyy-tanec-i-ego-stili-747304.html>.

-<http://wdoxnovenie.ru/stati/1217/narodnye-tancy/>.

-<https://vitablog.ru/dvizhenie/nacionalnye-tancy.html>.

-<https://www.bodybalet.ru/fitness/kakoj-on-tanec-sovremennoj-zhizni/>.

-<https://music-education.ru/vidy-sovremennyh-tantsev-horeografiya-na-lyuboj-vkus/>.

-<https://var-veka.ru/blog/enciklopediya-tanca-hip-hop.html>.

-[http://www.plam.ru/ucebник/horeografija\\_v\\_sporte\\_uchebnik\\_dlja\\_studentov/p2.php](http://www.plam.ru/ucebник/horeografija_v_sporte_uchebnik_dlja_studentov/p2.php).

-<https://zdamsam.ru/b12.html>.

-<http://wdoxnovenie.ru/stati/1970/sovremennaja-horeografija/>.

-<https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2020/01/22/istoriya-razvitiya-sovremennogo-tantsa>.

-<https://artsgtu.ru/blog/narodnyj-tanecz/>.

## **2.3. Формы аттестации.**

Форма аттестации представлена в виде самостоятельного выполнения всех проученных танцевальные материалы, выученные на занятиях. Выступление на концертах в течении всего года.

## **2.4. Оценочные материалы.**

По программе не предусмотрены оценки. Ведётся журнал посещаемости, а также педагогическое наблюдение за ростом и успеваемостью обучающихся.

## **2.5. Методические материалы.**

Занятия строятся по таким принципам обучения, как: принцип «от простого к сложному», принцип «связи теории с практикой», «наглядности», «систематичности и последовательности». Занятия проходят как практические, так и комбинированные. На одном занятии может быть несколько тем. Обязательно на занятиях проходит разминочная часть, разучивания нового материала, закрепление пройденного, и даётся домашнее задание. Перед выступлениями, обязательно проходят несколько генеральных репетиций.

Также на занятиях используются конкретные **педагогические технологии.**

**Здоровье сберегающая технология** нацеленная на овладение набором простейших форм и способов поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья.

**Информационно- коммуникативная технология.** Способствует повышению мотивации и познавательной активности за счет разнообразия форм работы.

Обучающиеся овладевают компьютерной грамотностью и учатся использовать в работе компьютер, что позволяет проявить свои творческие способности.

**Модульное обучение.** Позволяет каждому обучающемуся самостоятельно добиваться конкретных целей учебно-познавательной деятельности, способствует переходу на субъектную основу обучения и обеспечивает обучающемуся развитие его мотивационной сферы, интеллекта, самостоятельности, коллективизма, склонностей, умений осуществлять самоуправление учебно-познавательной деятельностью.

**Технология коллективного взаимообучения**— совершенствует навыки логического мышления и понимания; развивает навыки мысли деятельности; повышает ответственность не только за свои успехи, но и за результаты коллективного труда; формирует адекватную самооценку личности; обеспечивает более прочное усвоение информации благодаря её обмену с несколькими сменными партнерами (увеличению числа ассоциативных связей).

**Интерактивная технология**-обеспечивает накопление социального опыта обучающимся через расширение сферы социальных отношений в процессе деятельностного взаимодействия с «игровой средой» (формирование практического знания); трансформацию практического знания в теоретическое на основе обобщения формализации результатов усвоения индивидуального опыта; системное поэтапное развитие самостоятельности за счет предоставленной возможности конструирования компьютерной игровой ситуации, адекватной реальной действительности.

**Игровые технологии**-строятся как целостное образование, охватывающее определенную часть учебного процесса и объединенное общим содержанием, сюжетом, персонажем. В нее включаются последовательно игры и упражнения, формирующие умение выделять основные, характерные признаки предметов, сравнивать, сопоставлять их; группы игр на обобщение предметов по определенным признакам; группы игр, в процессе которых у детей дошкольного и младшего школьного возраста развивается умение отличать реальные явления от нереальных; группы игр, воспитывающих умение владеть собой, быстроту реакции на слово, фонематический слух, смекалку и др. Игровая форма занятий создается игровой мотивацией, которая выступает как средство побуждения, стимулирования детей к учебной деятельности.

## **Методы обучения.**

Для обучения детей используются следующие методы.

- Словесный- беседа о характере музыки, рассказ о её образах.
- Наглядный- исполнение музыки сопровождается показом.
- Практический- многократное выполнение музыкально- ритмических движений с последующим включением игры, пляски, хороводы.

## 2.6. Список литературы

1. Бриске И.Э. Народный танец: Программа обучения одаренных детей 9 -14 лет. - Ч.:ЧГАКИ, 2000
2. .
- 3.
4. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца: Учебно-методическое пособие. -Л. : Искусство, 1983.
5. Организация дополнительного образования детей на базе образовательных учреждений различных типов и видов. М., ООО «Новое образование», 2009. – 120 с.  
Попова И. А. Образовательная программа педагога дополнительного образования (Метод.
6. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-пресс, 2001.
7. пособие для зам. директоров, методистов, педагогов учреждений дополнительного образования). – Новокузнецк: Институт повышения квалификации, 2000. – 17
8. Путь ребенка в творчестве. СПб.: Центр развития дополнительного образования ГОУ СПбГДТЮ, 2005 – 131 с.
9. Смит Л. Танцы: Начальный курс. Перевод с англ. - М.: Астрель, 2001.
10. Степанова Л.Г. Народные сюжетные танцы. - М.: Советская Россия, 1967.
11. Творчество, личность, развитие. Об опыте работы Дома школьников Центрального района Г. Воронежа. /под ред. д-ра пед. наук Н.В. Соловьевой. – Воронеж, «Эксмо-Лимитед», 1998. – 143 с.
12. Устинова Т.А. Русские танцы. - М.: Молодая гвардия, 1955..
13. Базарова Н.П. Классический танец: Методика обучения в 4 и 5 кл. - Л.: Искусство, 1975.
14. Блок Р. «Методические указания в помощь начинающему педагогу бального танца». М., 1972.
15. Бриске И.Э. Народный танец: Программа обучения одаренных детей 9-14 лет. - Ч.:ЧГАКИ, 2000.
16. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-пресс, 2001.
17. Гватерини М. Азбука балета. Перевод с ит. - М.: БММ АО, 2001.
18. Громов Ю. Танцуйте, дети. - Чеб.: 1967.
19. Захаров Р.В. Сочинение танца: Страницы педагогического опыта. - М.: Искусство, 1983.

20. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе: Учебное пособие. - Ч.: ЧГАКИ, 2001.
21. Иванникова О.В. Классические танцы: Вальс. - М.: АСТ, 2003.
22. Константиновский В. Учить прекрасному. - М.: Молодая гвардия, 1973.
23. Калашникова Т.И. Ритмика и хореография в педагогическом колледже. - И.: Тускарора, 2000.
24. Кирсанов В., Че-чет-ка. – М., БалетBallet, ИД Один из лучших, 2005.
25. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике. - М.: Физкультура и спорт, 1984.
26. Меньшиков Н.К., Журавин М.Л., Скрябин Н. Д. и др. Гимнастика с методикой преподавания: Учебное пособие. - М.: Просвещение, 1990.
27. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы. - Программа для начальной и средней школы. - М.: Просвещение, 1997.
28. Степанова Л.Г. Народные сюжетные танцы. - М.: Советская Россия, 1967.
29. Стриганова В. М., Уральская В. И. Современный бальный танец. – М.: «Просвещение», 1977г.
30. Устинова Т.А. Русские танцы. - М.: Молодая гвардия, 1955.