

Комитет образования администрации городского округа «Город Чита»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Станция юных техников №4»

Принята на заседании
педагогического совета
от «11» февраля 2020г.
Протокол № 3

Утверждаю:
Директор МБУ ДО СЮТ №4
_____ Матвеев А.Б.
Приказ № 7
От «19» февраля 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности**

Ансамбль танца «Ягодка»

Возраст обучающихся: 7 – 16 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчик:
Раменская Елена Геннадьевна
Педагог дополнительного образования

г. Чита
2020 год

Содержание.

Раздел № 1.

«Комплекс основных характеристик программы».

- 1.1. Пояснительная записка.
- 1.2 Цель и задачи программы.
- 1.3 Содержание программы.
- 1.4 Планируемые результаты.

Раздел № 2

«Комплекс организационных педагогических условий»

- 2.1 Календарный учебный график.
- 2.2 Условия реализации программы.
- 2.3 Формы аттестации.
- 2.4 Оценочные материалы.
- 2.5 Методическое обеспечение

Список литературы.

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Данная дополнительная общеразвивающая программа разработана на основе нормативных правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 01.05.2019) "Об образовании в Российской Федерации";
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПин 2.4.4.3172-14, утверждённый Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41 «Об утверждении Сан ПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р);
- Концепция развития и воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Распоряжением Правительства РФ от 28.05.2015г. №996-р);

Направленность: художественная.

Актуальность и педагогическая целесообразность

Полноценная подготовка учащихся предполагает высокую степень гибкости тела и умение управлять своими движениями.

Для развития данных качеств, в программу обучения вводится учебный предмет «Гимнастика», задача которого состоит в том, чтобы с помощью специальных упражнений подготовить обучающихся к успешному освоению движений классического танца.

Основное достоинство гимнастики, как средства физического воспитания обучающихся, заключается в том, что она располагает большим

разнообразием физических упражнений и методов, при помощи которых можно оказывать положительное воздействие на организм ребенка, способствовать развитию двигательного аппарата и формировать необходимые двигательные навыки.

Учитывая физиологические особенности организма человека, занятия балетной гимнастикой необходимо начинать с раннего возраста, когда костно-мышечный аппарат ребенка уже достаточно окреп для физических нагрузок, но еще гибкий и восприимчивый для развития необходимых навыков и умений в области хореографии.

За время обучения организм ребенка привыкает к физическим упражнениям, развивается и закрепляется гибкость, координация, точность движений тела.

Важным элементом занятий является наличие музыкального сопровождения. Это создает особую атмосферу в классе, воспитывая музыкальность и выразительность исполнения сложных упражнений. Такое исполнение уводит от сухого исполнительства и помогает большей свободе при выполнении движений.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью данной программы является её комплексность – включая в себя различные виды танцевальной деятельности, т.е. все основные направления хореографии классический, народный, современные танцы, дают возможность обучающемуся познать данное искусство от его истоков до современности, что способствует максимальному росту и развитию детей и подростков в данной сфере деятельности.

Так как хореография — это искусство синтетическое, содержание программы неразрывно взаимосвязано с физическим и музыкальным воспитанием.

В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды

упражнений. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма юного дарования, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе включает ребенка в необходимый двигательный режим, создает положительный психологический настрой, возможность для самопрезентации и самореализации. Все это способствует укреплению здоровья детей и подростков, их физическому и умственному развитию.

Адресат программы: дети 7-16 лет

Срок освоения программы: 2 года

Форма обучения: очная

Режим занятий:

1 год обучения – занимаются 2 раза в неделю по 2 учебных часа по 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут (дети 7-10 лет), всего 144 часа.

2 год обучения - 2 раза в неделю по 3 учебных часа по 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут (дети 11-16 лет), всего 216 часов.

1.2 Цель и задачи учебной программы

Цель: развитие физических и творческих способностей обучающихся средствами хореографического искусства.

Задачи:

Образовательные:

- сформировать знания в области хореографического искусства, познакомить с историей танцевальной культуры;
- сформировать основные исполнительские навыки основ классической, русской, народной и современной хореографии;
- познакомить с танцевальными традициями народов мира и региональными особенностями хореографической культуры.

Развивающие:

- развивать творческое мышление;
- развивать умения самоконтроля и взаимоконтроля, самооценки и взаимооценки;
- развивать гибкость, пластичность, координацию и ориентацию в пространстве.

Воспитательные:

- воспитать умение контролировать своё поведение, рефлексии своих действий;
- формировать сценическую культуру и художественный вкус;
- способствовать естественному преодолению всевозможных психофизиологических барьеров;
- способствовать развитию толерантности, общения, активной созидательной жизни, развитию культурного уровня детей;
- -воспитывать самостоятельность и навыки коллективной деятельности.

1.3 Содержание программы

Объём: количество учебных часов, необходимых для освоения программы 360 часов.

Содержание первого года обучения

№ п/п	Наименование разделов тем.	Количество часов			Форма промежной аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводные занятия	2	0	2	
2	Азбука хореографии и музыкального движения.	3,5	16,5	20	
3	Элементы классического танца.	5	23	28	
4	Элементы народно-сценического танца.	1,5	24,5	26	
5	Элементы историко-бытового танца.	1	9	10	
6	Элементы эстрадного, современного и спортивного танца (акробатика, йога).	3	19	22	
7	Ансамбль. Постановочная и репетиционная работа.	4	20	24	
8	Концертная деятельность, участие в фестивалях, конкурсах и культурно массовых мероприятиях.	2	6	8	
9	Промежуточная аттестация	0	4	4	Открытый урок, отчётный концерт
Итого		22	122	144	

Раздел 1. Вводное занятие (2 часа)

1.История возникновения танца.

2.Инструктаж по технике безопасности:

- Правила поведения на уроке.
- Пожарная безопасность
- Дорожная безопасность

Раздел 2. Азбука хореографии и музыкального движения (20 часов).

Теория.

Включается весь материал, указанный в программе для первого года обучения. Дополнительно: особенности метроритма, чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые и медленные). Медленные хороводные и быстрые плясовые русские.

Практические занятия.

Изучается и исполняется весь материал, указанный для первого года обучения, затем новый.

Акцентировка на сильную долю такта в шагах и дирижерском жесте. Музыкальная структура движения: половинный каданс – полный каданс. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды.

Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов.

Раздел 3. Элементы классического танца (28 часов)

Теория.

Повторяются в более, ускоренном темпе упражнения, пройденные за первый год обучения. Дополнительно изучается уровень подъема ног. Подготовительное движение руки. Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении – тан релеве пар тер. Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Практические занятия.

Постановка корпуса. Перегибы корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3,4,5. Позиции рук – подготовительная 1, 2, 3.

Положение ноги в Sur le cou – de – pied в перёд, назад, в Passe , базовые прыжки Saute, Pas echange.

Раздел 4. Элементы народно-сценического танца (26 часов).

Теория

Сказки, былины, игры русского народа. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы.

Практические занятия.

Подготовительные движения рук. Полуприседания и полное приседание по 1, 2, 3, и 5-й открытым позициям, плавные и резкие приседания.

Скольжение стопой по полу, переступание по полу, переступание на полупальцах.

Подготовка к каблучным движениям. Изучение и закрепление элементов русского танца. Положение рук, положение ног. Положение в групповых танцах в фигурах. Поклоны – на месте и с движением вперед и назад.

Ходы. Притоп. «Гармошка», «Ковырялочка», «Веревочка», «Триллистник», «Припадание», «Моталочка», переменный ход вперёд, назад

Раздел 5. Элементы историко-бытового танца (10 часов).

Теория.

Особенности танца 19 века – полька. Музыка, стиль, манеры, костюмы. Живой, веселый, быстрый характер польки.

Практические занятия.

Композиция из пройденных элементов историко-бытовых танцев. Положение рук, корпуса и головы в польке.

Раздел 6. Элементы эстрадного, современного и спортивного танца (акробатика, йога).

Всего: (22 часа)

Йога- система физической, умственной и духовной тренировки.

Основные базовые позы, перевёрнутые позы, асаны в положении стоя, сидя, лёжа, с поворотом туловища, скручивания туловища.

Раздел 7. Ансамбль. Постановочная и репетиционная работа (24 часа).

Разучивание общеразвивающих и концертных танцев;

Прогон репертуара, повторение и закрепление пройденного.

Раздел 8. Концертная деятельность, участие в фестивалях, конкурсах и культурно массовых мероприятиях (8 часов).

Теория.

Знакомство с правилами сценической культуры. Правила поведения на сценической площадке, за кулисами и в зрительном зале.

Практика.

Получение сценического опыта через знакомство с различными сценическими площадками.

Совершенствование исполнительского мастерства. Исполнение концертно-конкурсных номеров.

Раздел 9. Промежуточная аттестация (4 часа)

Содержание 2 год обучения

№ п/п	Наименование разделов тем.	Количество часов			Форма промежуточной аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводные занятия	2	0	2	
2	Азбука хореографии и музыкального движения.	4,5	16,5	21	
3	Элементы классического танца.	1,5	24,5	26	
4	Элементы эстрадного и современного танца.	2,5	34,5	37	
5	Элементы историко-бытового танца.	1,5	13,5	15	
6	Элементы спортивного танца.	2	37	39	
7	Ансамбль. Постановочная и репетиционная работа.	2	44	46	
8	Концертная деятельность, участие в фестивалях, конкурсах и культурно массовых мероприятиях.	0	26	26	
9	Промежуточная аттестация	0	4	4	Открытый урок, отчётный концерт.
Итого		16	200	216	

Раздел 1. Вводное занятие (2 часа)

1. Беседа о разных стилях и направлениях в хореографии.

2. Инструктаж по технике безопасности:

- Правила поведения на уроке.
- Пожарная безопасность
- Дорожная безопасность

Раздел 2. Азбука хореографии и музыкального движения (21 часа)

Теория.

Динамические оттенки в музыке. Форте-меццо, форте-фортиссимо, пиано-меццо, пиано - пианиссимо. Крещендо-усиление, диминуэндо-ослабление.

Сочетание синкопированных и несинкопированных ритмов. Ритмические рисунки в движении.

Практические занятия.

Выразительные средства музыки и танца. Легато, стаккато, акцелерандо, диминуэндо.

Раздел 3. Элементы классического танца (26 часов) *Теория.*

Понятие о поворотах (ан деор и ан дедан). Эпольман. Эстетика, логика и техника смены эпольман (круазе, еффасе). Движения – связки (па де буре). Закономерности координации движений рук и головы в поры де бра.

Практические занятия.

Повторяется весь материал, пройденный на втором году обучения, но несколько ускоряется темп и упражнения исполняются в несложных танцевальных композициях.

Раздел 4. Элементы народно-сценического танца (37 часа)

Теория.

Прослушивание аудиозаписей. Просмотры концертов и выступлений русских народных ансамблей танца.

Практические занятия.

Повторяются все пройденные элементы с более усложненными комбинациями в быстром темпе.

Раздел 5. Элементы историко-бытового танца (15 часов)

Изучение па глиссе, па шассе, па польки. Па польки в парах (положение рук), соло. Композиции из ранее пройденных элементов. Полонез: основной шаг, расходки по различным рисункам танца.

Раздел 6. Элементы спортивного танца (39 часов)

Классическая аэробика: Основные и базовые движения ногами, руками и выполнение упражнений на развитие др. групп мышц.

Раздел 7. Ансамбль. Постановочная и репетиционная работа (46 часов)

- 1) «Детство»
- 2) Народный танец.
- 3) Современный танец.
- 4) Спортивный танец (работа с предметом).

Прогон репертуара, повторение и закрепление пройденного.

Раздел 8. Концертная деятельность, участие в фестивалях, конкурсах и культурно массовых мероприятиях (26 часов)

Теория.

Знакомство с правилами сценической культуры. Правила поведения на сценической площадке, за кулисами и в зрительном зале.

Практика.

Получение сценического опыта через знакомство с различными сценическими площадками.

Совершенствование исполнительского мастерства.

Раздел 9. Промежуточная аттестация (4 часа)

1.4 Планируемые результаты

По окончании реализации программы обучающийся **должен знать**

- основное и исходное положение;
- назначение отдельных упражнений хореографии;
- основные танцевальные позиции рук и ног.
- владеть правилами поведения при работе друг с другом и в

группе.

- -владеть хореографической терминологией
- знать основные названия движений, упражнений, стилей и т.д.
- понятие о трех жанрах музыки (песня— танец— марш)
- -воспитывать в себе такие качества как самостоятельность,

пунктуальность, аккуратность, бережливость, трудолюбие, патриотизм, целеустремленность в достижении поставленной цели.

Должен уметь:

- выполнять построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами ритмический рисунок;

- согласовать свои движения с музыкой выразительно, свободно, самостоятельно под неё двигаются;

- танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ;

- уметь точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;

- владеть навыками по различным видам передвижений по залу, иметь определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;

- уметь выполнять основные танцевальные движения: прямой галоп; пружинка, подскоки, прыжки, работать по одному, в парах, и в ансамбле

- выполнять весь комплекс танцевальной лексики и учебных упражнений, запланированных на каждый год обучения.
- уметь выполнять как простые (1 год обучения), так и сложные двигательные задания (продолжающие года обучения): творческие игры, специальные задания (используя разнообразные движения импровизировать под музыку).
- быть готовыми к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.
- быть толерантным и уметь уважительно относиться к творчеству других;
- совершенствовать психомоторные способности, мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности

После освоения программного материала **1 года обучения**, обучающиеся должны

Знать:

- основные и исходные положения для корпуса, рук, ног, головы.
- основные положения русского народного танца.

Уметь:

- исполнять движение свободно, естественно без напряжения;
- правильно занять исходное положение, следить за осанкой и координацией движений руки ног;
- поочередно выбрасывать ноги вперед на прыжке;
- делать шаг на всю ступню на месте и при кружении;
- приставной шаг с приседанием;
- изобразить в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца;

- плавно поднимать и опускать руки вперед и в стороны, двигаться в парах, отходить спиной от своей пары;
- двигаться с правой и левой ноги вперед, в сторону, делать поворот в правую и левую сторону;
- выразить образ в разном эмоциональном состоянии веселья, грусти.

После 2 года обучения обучающиеся должны

Знать:

- основные движения;
- основные позиции ног и рук классического и народного танца;
- правила постановки рук, группировки пальцев классического танца;
- основные термины;
- характерные движения рук в русском танце;
- правила постановки ног;
- понятие опорной и работающей ноги;
- разницу между круговым и прямым движением.

Уметь:

- правильно пройти в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку;
- правильно использовать простые движения в русском и народном характере;
- координировать свои движения;
- правильно стоять (обладать хорошей постановкой корпуса);
- правильно держать позиции рук и ног;
- исполнять небольшую импровизацию на свободную тему; - благородно, вежливо обращаться к партнёру.

Раздел №2 «Комплекс организационных педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

1 год обучения

№	Разделы и темы	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Итого
1	Вводные занятия	1	0	0	0	1	0	0	0	0	2
2	Азбука хореографии и музыкального движения.	2	3	2	3	2	2	2	2	2	20
3	Элементы классического танца.	6	4	4	2	3	5	3	1	0	28
4	Элементы народно-сценического танца.	0	6	6	7	0	0	0	3	0	26
5	Элементы историко-бытового танца.	0	2	2	2	0	2	1	1	0	10
6	Элементы эстрадного, современного и спортивного танца (акробатика, йога).	0	6	6	7	0	0	0	3	0	22
7	Ансамбль. Постановочная и репетиционная работа.	0	0	0	0	4	3	6	5	6	24
8	Концертная деятельность, участие в фестивалях, конкурсах и культурно-массовых мероприятиях.	0	0	0	0	0	0	2	3	3	8
9	Промежуточная аттестация	0	0	0	2	0	0	0	0	2	4
	Итого	12	18	18	18	12	16	16	18	16	144

2 год обучения

№	Разделы и темы	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Итого
1	Вводные занятия:	1	0	0	0	1	0	0	0	0	2
2	Азбука хореографии и музыкального движения.	2	3	3	3	2	2	2	2	2	21

3	Элементы классического танца.	3	3	4	2	2	4	2	3	3	26
4	Элементы эстрадного и современного танца.	4	4	5	4	4	4	4	4	4	37
5	Элементы историко-бытового танца.	1	2	2	3	1	2	2	2	0	15
6	Элементы спортивного танца.	3	6	4	6	4	4	6	5	1	39
7	Ансамбль. Постановочная и репетиционная работа.	6	8	4	4	6	6	4	4	4	46
8	Концертная деятельность, участие в фестивалях, конкурсах и культурно массовых мероприятиях.	0	0	2	2	0	2	6	6	8	26
9	Промежуточная аттестация	0	0	0	2	0	0	0	0	2	4
	Итого	20	26	24	26	20	24	26	26	24	216

2.2. Условия реализации программы

№	Наименование	Кол-во	Примечание
1	Зеркальная стена	1	-
2	Музыкальный центр	1	С колонками, с входами для флешки и дисков
3	Коврики для партера	20	Туристические, мягкие

Форма одежды для занятий хореографией:

- Обувь: чёрные балетки
- Носки белые
- Лосины черные для девочек, шорты чёрные, трикотажные для мальчиков
- Гимнастический купальник чёрный для девочек (1 год обучения)
- Футболка черная с логотипом студии для девочек и мальчиков (2 год обучения)
- Шпильки, невидимки, резинку для волос, шишку белую (для сбора волос - девочкам)

2.3. Формы аттестации

При проведении текущего контроля для выявления эффективности освоения программы используются следующие методы: наблюдение, беседа.

Показателем качества освоения является открытые занятия для родителей, концерты, смотры, фестивали, конкурсы

1. Открытое занятие. Это первая ступень, где впервые проявляются исполнительские способности и навыки у воспитанника и педагогические и профессиональные навыки у педагога. На открытом занятии обучающийся показывает без подсказки педагога, чему научился, а педагог – как научил обучающегося определённым навыкам и смог ли раскрыть его способности.

2. Отчётный концерт. Это уже вторая ступень результата. На ней уже более ярко виден результат обучающегося и педагога. Здесь показаны не только способности и навыки в хореографии, но и в других видах искусства. Именно в совокупности всех видов искусства будет проявляться результат. Ведь в итоговых мероприятиях принимают участие и обучающиеся, и родители, и, конечно же, педагог: кто-то готовит афишу, кто-то костюмы, кто-то подарки, кто-то решает организационные вопросы. Все готовятся к данному виду мероприятия. А по тому, как оно прошло, виден результат работы обучающегося и педагога.

3. Выход на сцену: концерты, смотры, фестивали, конкурсы и пр. Эта более значимая ступень, более ответственная. Она подразделяется ещё на несколько частей. И каждая часть несёт свой уровень результата.

2.4 Оценочные материалы

Проведение диагностической работы позволяет в целом анализировать результативность образовательного, развивающего и воспитательного компонента программы.

Целью диагностики является определение уровня усвоения учебного материала, физического, творческого и личностного развития учащихся, ведение мониторинга образовательного процесса и индивидуального развития на основе полученных данных.

В ходе диагностики по дополнительной общеразвивающей программе «Хореография» отслеживаются показатели:

- **физического развития:** выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений;
- **творческого развития:** музыкальный слух, эмоциональность, воображение, креативность мышления;
- **социализации:** культура поведения в коллективе, нравственность, гуманность, дисциплинированность, ответственность, самостоятельность, активность, организаторские способности, коммуникативные навыки;
- **уровня освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:** владение специальной терминологией, практические умения и навыки, предусмотренные дополнительной общеобразовательной программой.

2.5 Методическое обеспечение

Основные принципы обучения, заложенные в программу:

- принцип природосообразности: образовательный процесс строится, следуя логике

(природы) развития личности ребенка;

- принцип развивающего обучения: развитие личности ребенка, направлено на умение сравнивать и обобщать, видеть и понимать;

- принцип индивидуального подхода, максимально учитываются индивидуальные особенности ребенка и создаются наиболее благоприятные условия для развития его индивидуальности, опора на интересы ребенка;

- принцип гуманистичности: гуманистический характер отношений педагога и ребенка, ребенок рассматривается как активный субъект совместной с педагогом деятельности, основанной на реальном сотрудничестве, демократических и творческих началах.

Специфика построения образовательного процесса:

Весь процесс обучения по классическому, народному, историко-бытовому, современному танцу строится на профессиональных методиках обучения, без которых обучающиеся не смогут получить необходимые танцевальные навыки.

Концентрическое построение программы предполагает постепенное расширение и углубление знаний, совершенствование творческих умений и навыков детей от одной ступени к другой.

Учащиеся включены в различные виды деятельности: репродуктивную, поисковую, художественную, творческую, познавательную, практическую и др.

Программа дана по годам обучения. На каждый год обучения предполагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным пяти разделам:

- 1) азбука музыкального движения;
- 2) элементы классического танца;
- 3) элементы народного танца;
- 4) элементы историко-бытового танца.
- 5) элементы эстрадного, современного и спортивного танца.

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение образовательной программы включает в себя следующие компоненты: педагогические аспекты творческой деятельности; методы развития межличностного общения в коллективе; методы создания художественной среды средствами хореографии; интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива.

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей.

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Методы обучения по источнику знаний:

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (подробно объясняю правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести);

- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала;

- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской

техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Большое место в осуществлении данной программы принадлежит наглядным и словесным методам, так как увлечение детей творческим процессом возможно в том случае, если во время демонстрации приемов работы действия будут комментироваться доступным для восприятия детьми языком.

Структура занятий хореографии – общепринятая. Каждое занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной, и заключительной. Деление занятия на части относительно. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занимает от 5% до 15% общего времени и зависит от решения основных задач занятия. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка – его центральную нервную систему, различные функции – к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

Для решения задач подготовительной части занятия используются следующие средства:

строевые, музыкально – подвижные игры малой интенсивности, игры на внимание, игры-танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы – несложные по координации или хорошо изученные), а также упражнения танцевально – ритмической гимнастики, отвечающие задачам подготовительной части. Занятие начинается со строевых упражнений с использованием игр. Возможны и другие варианты конструирования занятий, по усмотрению педагога и с учетом условий работы.

Основная часть длится от 70% до 85% общего времени. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки,

идет работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и др.

В основной части дается объем знаний, достигается оптимальный уровень физической нагрузки, и входят все средства: элементы музыкальной грамоты, согласованность движений с музыкой; тренировочные вспомогательные упражнения, элементы хореографической азбуки, работа над этюдами, танцами.

Заключительная часть занятия длится от 3% до 7% общего времени. В этой части занятия необходимо создать условия для постепенного снижения нагрузки, постепенного перехода от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, игры, игровые задания малой интенсивности.

Общепринятыми формами занятий по хореографии являются: учебное занятие, открытое занятие, контрольное занятие, показательное занятие, итоговое занятие, отчетный концерт.

Список литературы

1. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности -М.,1966.
2. Ветлугина Н.А Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967.
3. Волкова Г.А Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение, 1985.
4. Вест Клер. Источник Энергии. - М.: ТОО "ТП", 1998.
5. Выготский Л.С. Психология искусства - М.,1986.
6. Далькроз Э.Ж. Ритм. Его воспитательное значение для жизни и искусства. 6-я лекция. СПб - 1922.
7. Запорожец АВ. Развитие произвольных движений. - М., 1960.
8. Ильина Г.А.Особенности развития музыкального ритма у детей // Вопросы психологии. - 1961. - N21 - с.119-132.
9. Кречмер Ф. Строение тела и характер. - М.,1995.
10. Лисицкая Т Пластика, ритм. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
11. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. - М.: Академия, 1999.
12. Розенбаум Д.А Когнитивная психология и управление движением: сходство между вербальным и моторным воспроизведением / / Управление движениями. - М., 1990.
13. Ротэрс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М.: Просвещение, 1989.
14. Рубинштейн СЛ. Основы общей психологии. - М., 1946.
15. Руднева с.д., Пасынкова АВ. Опыт работы по развитию эстетической активности методом музыкального движения / / Психологический журнал. - 1982. - Т3. - N23. - с.84-92.
16. Сеченов И.М. Избранные философские и психологические произведения. - М., 1947.
17. Фильденкрайз М. Осознавание через движение. - М., 1994.
18. Шевченко Ю.с. Музыкотерапия детей и подростков // Психокоррекция: теория и практика. - М., 1995.

19. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – Санкт-Петербург, 2000
20. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-данс. – Санкт-Петербург «Детство-Пресс», 2007.

Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность дополнительного образования

1. [Федеральный закон](#) «Об образовании в Российской Федерации», от 29 декабря 2012 г, № 273-ФЗ.
2. Концепция развития дополнительного образования детей №1726-р, от 4 сентября 2014г.
3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. Министерство образования и науки России. Федеральное государственное автономное учреждение «Федеральный институт развития образования».Проект. Москва. 2015. Составители: Попова Ирина Николаевна – зам. руководителя Центра социализации, воспитания и неформального образования ФГАУ ФИРО, к.п.н., доцент Славин Семен Сергеевич – старший научный сотрудник ФГАУ ФИРО
4. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей от 04.07.2014 n 41
5. Санитарные нормы письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11 2015 № 09-3242
6. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере общего образования: проект/ А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. Рос. акад. образования. — М.: Просвещении, 2009. — 00 с. — (Стандарты второго поколения). — ISBN 978-5-09-022138-2
7. Концепция художественного образования в Российской Федерации.
8. Указ «Об утверждении Основ государственной культурной политики»