

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

«ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ»

**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности**

«В гостях у Терпсихоры»

Возраст учащихся: 4,5-18 лет

Срок реализации: 5 лет

Авторы-составители: педагоги
дополнительного
образования
Гурковская Ю.В.,
Солдатенкова В.А.

Астрахань,
2020г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**
- 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**
- 3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**
- 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**
- 5. ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ**
- 6. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ**
- 7. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**
- 8. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**
- 9. ГЛОССАРИЙ**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности.

Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений.

Для выражения эмоций и чувств, ожиданий и надежд, наши древние предки использовали ритмичные ритуальные пляски. По мере развития самого человека и социальной среды, его окружавшей, появлялось все больше различных танцев, становившихся все более сложными и изысканными. Сегодня даже специалисты не смогут указать название видов танцев - всех, исполняемых людьми на протяжении веков. Однако танцевальная культура, пройдя через столетия, активно развивается. На основе народных и классических появляются новые и современные стили и направления.

Учитывая современные предпочтения учащихся, социальный заказ родителей, была разработана дополнительная общеразвивающая программа ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» по эстрадно-спортивному танцу «В гостях у Терпсихоры».

Эстрадно-спортивный танец – это совмещение современного эстрадного танца со спортивными элементами. Всевозможные махи ногами, эффектные гимнастические движения (повороты, прыжки, взлеты), различные группы сложности по акробатике и пластике гармонично сочетаются с резкими наклонами, приседами, координационными связками.

Цель программы - развитие творческих способностей учащихся через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения языку танца, приобщение учащихся к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Задачи программы:

образовательные:

- получение учащимися необходимой теоретической информации в области хореографии (лексика, стили танца)
- знакомство с историей возникновения, отличительными особенностями, разновидностями танца;
- обучение навыкам танцевального мастерства, основам хореографии, эмоциональной подачи танца;

развивающие:

- формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата учащегося;
- развитие репродуктивного и продуктивного воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала;
- развитие основ музыкальной культуры, танцевальности, артистизма; эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;
- развитие элементарных пространственных представлений; ориентация учащихся в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных перестроениях танцевальных рисунков-фигур;
- снятие мышечных «зажимов» и психологического процесса торможения средствами танца; выработка баланса в системе «возбуждение-торможение»;

воспитательные:

- формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;
- воспитание эстетического, художественного вкуса;
- формирование этических норм поведения, культуры поведения, эмоциональной отзывчивости, навыков и привычек морального поведения;
- формирование и совершенствование коммуникативного межличностного общения; воспитание толерантности;
- воспитание чувства патриотизма.

Актуальность программы обусловлена следующими факторами:

- целью современного образования, в котором дополнительному образованию отводится одна из ведущих ролей в нравственно-эстетическом воспитании ребёнка, удовлетворении его индивидуальных потребностей, развитии творческого потенциала, адаптации в современном обществе;
- социальными интересами учащихся, желающих заниматься эстрадно-спортивными танцами.

Отличительной особенностью программы «В гостях у Терпсихоры» является синтез спорта и эстрадного танца (расширение границ эстрадного танца, введением как составной части - спортивных элементов). Программа также включает обязательные блоки партерной гимнастики, ритмики, классического и народного танцев как основ любой хореографии. Программа доступна для детей всех возрастных категорий.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она обеспечивает общее гармоническое, психологическое, духовное и физическое развитие ребенка; формирование разнообразных умений, способностей и знаний в области танца; воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

Программа рассчитана на учащихся от 4,5 до 18 лет. Срок реализации программы – 5 лет.

Основная форма организации занятий - **групповая**. Образовательный процесс предполагает как теоретические, так и практические виды занятий.

Занятия с учащимися I года обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа); II года обучения – 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов); III года обучения – 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов); IV года обучения - 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов); V года обучения - 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Год обучения	Количество учебных недель	Количество занятий в неделю	Количество занятий в год	Количество часов в неделю	Количество часов в год		
					Всего	Теория	Практика
I	36	2	72	4	144	20	124
II	36	3	108	6	216	12	204
III	36	3	108	6	216	29	187
IV	36	3	108	6	216	24	192
V	36	3	108	6	216	24	192
ИТОГО:					1008	109	899

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

I ГОД ОБУЧЕНИЯ

ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1. ИГРОРИТМИКА.	20	4	16
2. ИГРОГИМНАСТИКА.	64	10	54
3. ИГРОТАНЦЫ.	12	2	10
4. ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ПЛАСТИКА.	42	4	38
5. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА	6	-	6
ИТОГО:	144	20	124

II ГОД ОБУЧЕНИЯ

ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1. РИТМИКА.	42	2	40
2. ИГРОГИМНАСТИКА.	60	-	60
3. ОФП и СФП. АКРОБАТИКА	54	6	48
4. ТАНЦЕВАЛЬНОЕ ИСКУССТВО	32	4	28
5. ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ПЛАСТИКА	20	-	20
6. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА	8	-	8
ИТОГО:	216	12	204

III ГОД ОБУЧЕНИЯ

ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ
------	------------------

	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1. ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА	48	8	40
2. ОФП и СФП. АКРОБАТИКА	58	10	48
3. ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА	46	4	42
4. ИЗУЧЕНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ СТИЛЕЙ	26	4	22
5. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА	38	3	35
ИТОГО:	216	29	187

IV ГОД ОБУЧЕНИЯ

ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1. РИТМИКА. ТРЕНИНГ ПАРТЕРНОЙ ГИМНАСТИКИ	34	4	30
2. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА	28	4 24	
3. ИЗУЧЕНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ СТИЛЕЙ	24	3	21
4. ЭЛЕМЕНТЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ (ОФП И СФП)	46	6	40
5. ОСНОВЫ ЭСТРАДНО-СПОРТИВНОГО ТАНЦА	50	4	46
6. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА	34	3	31
ИТОГО:	216	24	192

V ГОД ОБУЧЕНИЯ

ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1. РИТМИКА. ТРЕНИНГ ПАРТЕРНОЙ ГИМНАСТИКИ	26	4	22
2. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА	46	6	40
3. ЭЛЕМЕНТЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ (ОФП И СФП)	58	6	52
4. ОСНОВЫ ЭСТРАДНО-СПОРТИВНОГО ТАНЦА	44	4	40
5. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА	42	4	38
ИТОГО:	216	24	192

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога:

1. В. Мориц, Н. Тарасов, А.Чекрыгин, Методика классического тренажа.- М: Лань, 2009г.
2. В. Никитин «Модерн-джаз танец». «ГИТИС», 2000г.
3. Гусев С. Танцы и игры. – М., 1997 г.
4. Давыдов В.Ю., Коваленко Т.Г., Краснова Г.О. Методика преподавания оздоровительной аэробики: Учебное пособие. - Волгоград: Изд-во Волгоградского гос. ун-та, 2004. - 124 с.
5. Заикин Н.И. «Областные особенности русского народного танца» 2004 г.
6. Заикин Н.И. Областные особенности русского народного танца. – Орел, 2004 г.
7. И. Борщенко «Растяжки для позвоночника», АСТ, 2014г.
8. Кветная О. Историко – бытовой танец (методическое пособие). – М., 1997 г.
9. Кечеджиева Л., Ваикова М. Обучение детей художественной гимнастике. – М., 1995 г.
10. Климов А. Основы русского народного танца. – М., 1999 г.
11. Колесникова С.В. Детская аэробика: Методика, базовые комплексы.- Ростов н/Д.:Феникс,2005 г.
12. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М., 2001 г.
13. Лисицкая Т. Хореография в гимнастике. – М., 1993 г.
14. Н. П. Базарова, В.П. Мей «Азбука классического танца», 2010г., - 272с.
15. Полятков С.С., Основы современного танца. Р.: Феникс, 2006
16. Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать. – М., 2003 г.
17. Раздрокина Л.А., Танцуйте на здоровье! Танцевально-игровые тренинги. Р.: Феникс, 2004
18. Рейс Ф., Смит Б. Пятьсот лучших советов тренеру. – С.- П., 2002 г.
19. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. - М., 1996 г.
20. Якимов А.М. Основы тренерского мастерства. – М., 2003 г.

Литература для учащихся:

1. Никитин В. М. Модерн – джаз танец. Начало обучения. – М., 1998 г.
2. Петров Б.Н. Массовые спортивно – художественные представления. – М., 1998 г.
3. «Хочу танцевать» (методическое пособие). - М., 1992 г.
4. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. - М., 1996 г.
5. Шереметьевская Н. Прогулка в ритме степа. – М., 1995 г.

Литература для родителей:

1. «Хочу танцевать» (методическое пособие), М. Махаои, 1992 г.
2. «Хочу танцевать» (методическое пособие), М. Махаои, 1992 г.
3. Петров Б.Н. Массовые спортивно – художественные представления. – М., 1998 г
4. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М., 2001 г.
5. Лисицкая Т. Хореография в гимнастике. – М., 1993 г.

Показатели	Уровень	Баллы	Освоение разделов программы	Знания и мастерство		Личностное и социальное развитие	
				Формирование знаний, умений, навыков (предметные результаты)	Формирование общеучебных способов деятельности (метапредметные результаты)	Развитие личностных свойств и способностей (личностные результаты)	Формирование ключевых компетенций
Критерии оценивания	недостаточный (низкий)	0	менее 1/3 программного материала	Знание (воспроизводит термины, понятия, представления, суждения, гипотезы, теории, концепции, законы и т.д.)	Выполнение со значительной помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	Ниже возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Знание элементарных норм, правил, принципов
	достаточный (средний)	1	1/3 - 1/2 программного материала	Понимание (понимает смысл и значение терминов, понятий, гипотез и т.д., может объяснить своими словами, привести свои примеры, аналогии)	Выполнение с помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Усвоение элементарных норм, правил, принципов по инициативе "извне" (педагог, родители)
	оптимальный	2	Более 1/2 - 2/3	Применение, перенос внутри предмета (использует знания и умения в сходных учебных ситуациях)	Выполнение при поддержке, разовой помощи, консультации кого-либо	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Эмоциональная значимость (ситуативное проявление)
	высокий	3	2/3 - практически полностью	Овладение, самостоятельный перенос и другие предметы и виды деятельности (осуществляет взаимодействие уже имеющихся знаний, умений и навыков с вновь приобретенными; использует их в различных ситуациях; уверенно использует в различных ситуациях; уверенно использует в ежедневной практике)	Самостоятельное построение, выполнение действий, операций.	Выше возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Поведение, построенное на убеждении; осознание значения смысла и цели.