

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ №3» ГОРОДА ТОМСКА
МАОУДО «ДШИ №3»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

**Обучение на специальных КХЭН:
«Детский игровой стретчинг»- возраст обучающихся 5 лет
«Детский стретчинг»- возраст обучающихся 6 лет**

Срок реализации - 1 год

**ТОМСК
2024 г.**

Разработчики:

Широкова Елена Ивановна – преподаватель по классу хореографии

Загальская Анастасия Евгеньевна- преподаватель по классу хореографии

Пояснительная записка

Образовательная программа «Обучение на специальных КХЭН: детский игровой стретчинг» создана в соответствии с Приказом Минкультуры России от 02.06.2021 №754 «Об утверждении Порядка осуществления образовательной деятельности образовательными организациями дополнительного образования детей со специальными наименованиями, «Детская школа искусств», «Детская музыкальная школа», «Детская хоровая школа», «Детская художественная школа» и т.д. (зарегистрировано в Минюсте России 06.07.2021 № 64126),

Программа составлена с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся и направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в художественном развитии;
- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся;
- формирование общей культуры обучающихся.

Цель образовательной программы: создание условий для художественного образования, эстетического воспитания, духовно-нравственного развития детей.

Задачи образовательной программы:

- обучение комплексу упражнений, способствующих развитию двигательного аппарата ребенка;
- развитие способности к анализу двигательной активности и координации своего организма;
- воспитание организованности, дисциплинированности, четкости, аккуратности;
- воспитание важнейших психофизических качеств двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации.
- развитие мышечной выразительности тела, формирование фигуры и осанки, укрепление здоровья;
- развитие творческих способностей детей;
- воспитание интереса к национальной танцевальной культуре, а также толерантного отношения к танцевальной культуре других народов.

Актуальность программы обусловлена возрастающей потребностью современных детей в получении дополнительного образования, способствующего развитию и творческому самовыражению личности.

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Срок реализации образовательной программы: 1 год (учебный год)

Объем времени, предусмотренный учебным планом на реализацию образовательной программы: 72 часов.

Форма проведения аудиторных учебных занятий мелкогрупповая (от 4 до 11 человек). Продолжительность занятия – 2 урока по 35 минут (5 минут организационное время).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Освоение образовательной программы «Обучение на специальных КХЭН: Детский игровой стретчинг» направлено на приобретение обучающимися следующих знаний, умений, навыков:

- знание основных видов и жанров хореографического искусства;
- знание основ ритмики и танца;
- навыки работы в коллективе;
- навыки создания колористического решения и композиционного построения работы;
- навыки создания работ в различных жанрах изобразительного искусства;
- умение передавать в работе настроение, впечатление, личное отношение.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Наименование предметов	Количество недель аудиторных занятий	Недельная нагрузка в часах	Аудиторные групповые занятия	Промежуточная аттестация (по полугодиям)
Детский игровой стретчинг	36	2	72	1 (итоговый урок)

Освоение учебного материала происходит посредством последовательного освоения курсов программы (модулей):

№	Наименование курса	Количество часов в неделю	Кол-во учебных недель
1	«Ритмика. Весёлая карусель»	2	Сентябрь Октябрь Ноябрь (12 недель)
2	«Танец. Задорный каблучок»	2	Декабрь Январь Февраль (12 недель)
3	«Партерная гимнастика»	2	Март Апрель Май (12 недель)

ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май				Сводные данные по времени в год
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	36

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Количество аудиторных часов
	Курс «Ритмика. Весёлая карусель»	
	Урок №1.,2,3. Упражнения на ориентирование по залу: «Дружные пары».	3
	Урок № 4,5,6. Построение по рисунку «круг». Танец-игра «Мы в весёлом хороводе»	3
	Урок №7, 8, 9. Упр. «Змейка», «Воротца», «Звёздочки»	3
	Урок № 10, 11, 12. Движение в парах по кругу	3
	Урок № 13, 14, 15. Танец-игра «мы пойдём сначала вправо..»	3
	Урок № 16,17,18. Игра «Золотые ворота»	3
	Урок №19, 20,21. упражнения на развитие координации	3
	Урок №22, 23, 24 Повторение и закрепление разученного материала	3
	ИТОГО	24
	Курс Танец. «Задорный каблучок»	
	Урок №1,2,3. Танец-игра «Бабка Ёжка»	3
	Урок №4,5,6 Танец игра «Сара Барабу»	3
	Урок №7,8,9. Танцевальные движения: галоп, подскоки, ритмические хлопки.	3
	Урок №10,11,12. Танцевальные шаги: шаг на каждый счёт, шаг через счёт, шаг на полупальцах, переменный русский шаг.	3
	Урок №13,14,15. Танец игра «Весна красна»	3
	Урок №16,17,18. танцевальный бег-захлест, галоп в парах, подскоки в парах –руки накрест, кружение в парах	3
	Урок №19,20,21. Танец «Вальс мотыльков»	3
	Урок №22,23,24. Повторение и закрепление разученного материала	3
	ИТОГО	24
	Курс партерная гимнастика «Игровой стрейчинг»	
	Урок №1,2,3. упражнения «Зёрнышко», «Дерево», «Книжечка»	3
	Урок №4,5,6. Упражнения «Дружные ножки», «Сапоги-сорокоходы»	3
	Урок №7,8,9 упражнения «Бабочка». «Стрела», «Берёзка»	3
	Урок № 10,11,12. упражнения «Лягушка», «Змея», «Улитка»	3
	Урок №13,14,15. упражнения «Корзиночка», «Лодочка», «Мостик»	3
	Урок №16,17,18. упражнения «Птица»	3
	Урок №19,20,21. Повторение и закрепление разученного материала	3
	Урок №22,23. Повторение и закрепление разученного материала	2
	Итоговый урок	1
	Итого:	72

Содержание учебного предмета

Программа «Детский танец» обеспечивает целостное художественно-эстетическое развитие личности и приобретение ею в процессе освоения образовательной программы знаний, умений и навыков:

- приобщение детей к хореографическому творчеству через совершенствование музыкально-двигательных навыков и умений;
- развитие образных представлений и творческих проявлений посредством ритмических композиций и сюжетных танцев;
- формирование навыков, способствующих усвоению детьми специальных знаний и умений, благоприятствующих формированию у детей самостоятельной творческой активности.

курс «Ритмика. Весёлая карусель»

Темы:

- 1.Ориентирование по классу.
- 2.Построение по рисункам танца.
- 3.Умение двигаться в парах и по одному по рисунку танца.
- 4.Упражнения на развитие чувства ритма и координации.

курс «Танец. Задорный каблучок»

Темы:

- 1.Постановка корпуса, рук, ног, головы, знакомство с позициями рук и ног.
 - 2.Формирование двигательных навыков и умений, разучивание танцевальных движений: шаг с носка, с пятки, на полупальцах, приставной шаг, пружинистый шаг, маршевый шаг, галоп, подскок, лёгкий бег, кружение.
 - 3.Освоение композиционного пространства навыки коллективного творчества. Виды фигур: круг, два круга, звёздочка, змейка, диагональ, линия, шеренга, движение по заданным рисункам танца исполнительства. Разучивание танцевальных комбинаций, этюдов, танцев: комбинации шагов с работой головы и рук; комбинации прыжков и хлопков; прыжки и повороты; положения в паре лицом друг к другу, боком руки «накрест», взявшись за руки «лодочкой».
 - 4.Танцевальные игры и этюды: танец-игра «Бабка Ёжка», танец-игра «Сара Барабу», русский народный танец «Капустка», Танец «Вальс Мотыльков», танец «Колобок».
- использование приёмов имитации, подражания, ролевые ситуации: «Подводный мир», «Дирижёр и оркестр», «Лесные жители».

курс «Партерная гимнастика»

Темы:

- 1.Комплекс упражнений объединённых одним сюжетом, способствующие развитию подвижности суставов рук, ног, подколенных связок – комплекс «Зёрнышко», «Дерево».
- 2.Комплекс упражнений на укрепление мышц пресса (подъём и опускание ног вверх – вниз) «Сбор яблок», «Дотянись до веточки». «Подъёмный кран».
- 3.комплекс упражнений на растяжку и укрепление мышц спины: «Змея» «Улитка», «корзиночка»
- 4.Комплекс упражнений на развитие подвижности и укрепление мышц голеностопа: «Дружные ножки», «Сапоги-скороходы»
- 5.Комплекс упражнений на растяжку в «шпагат»: «Птица», «Лягушка», «Бабочка»
- 6.Полуакробатические и акробатические элементы: стойка на лопатках «Берёзка», «Мостик», «Лодочка», «Колесо».

СИСТЕМА И КРИТЕРИИ ОЦЕНОК РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Система оценивания – безотметочная. Критерии оценивания:

- знание техники исполнения движений;
- грамотное техническое исполнение движений;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным темпо-ритмом;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов;
- артистичное поведение на сцене;
- увлечённость исполнением;
- единство темпа;
- ясность ритмической пульсации;
- яркое динамическое разнообразие;
- грамотное, техничное исполнение программного материала в полном объеме.
- умение точно выполнять учебные задания, выразительное, музыкальное исполнение движений;
- освоение и сознательное исполнение принятой в танце постановки корпуса, ног, рук, головы.

ПРОГРАММА ТВОРЧЕСКОЙ, МЕТОДИЧЕСКОЙ И КУЛЬТУРНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основными **целями** деятельности школы являются:

- реализация дополнительных образовательных программ, а также дополнительных предпрофессиональных общеобразовательных программ в области искусств в интересах личности, общества и государства;
- удовлетворение образовательных потребностей граждан в области начального художественного образования, эстетического воспитания и развития;
- развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- выявление одарённых детей в раннем детском возрасте, создание условий для их художественного образования и эстетического воспитания, приобретения ими знаний, умений и навыков в области выбранного вида искусств, опыта творческой деятельности и осуществления их подготовки к поступлению в образовательные учреждения, реализующие профессиональные образовательные программы в области искусств.

Задачами являются:

- обеспечение необходимых условий для всестороннего развития личности, всемерного раскрытия её способностей;
- создание основы для осознанного выбора будущей профессии в области культуры и искусства.

Направления реализации программы творческой, методической и концертно-просветительской деятельности:

- учебная деятельность;
- методическая работа;
- повышение квалификации педагогического и административного состава;
- инновационная деятельность;
- концертно-просветительская и внеклассно-воспитательная деятельность.

Реализация программы творческой, методической и концертно-просветительской деятельности должна положительно отразиться на повышении качества учебно-воспитательного процесса, повышении уровня мотивации обучающихся к образованию, способствовать формированию устойчивой потребности обучающихся к художественному творчеству, к общению с искусством. За годы обучения в школе у обучающихся должно быть сформировано чувство уверенности в достижении положительного результата.

Методические рекомендации

Предмет даёт детям первоначальную хореографическую подготовку, развивает природные физические данные ребёнка, способствует формированию основных двигательных качеств и навыков. Основной упор делается на повторение в процессе обучения ряда комплексов (разработанных для всех групп мышц) с их постепенным усложнением. Программа предполагает индивидуальный подход к обучающимся в игровой форме. При сохранении последовательности в изучении материала, уровень его освоения зависят от индивидуальных особенностей ребенка.

Гимнастический комплекс партерной гимнастики исполняются (в основном) на полу (сидя и лёжа). В дальнейшем можно чередовать партерную гимнастику с упражнениями у опоры и на середине зала.

В процессе обучения необходимо ознакомить обучающихся со строением тела, некоторыми анатомическими терминами и некоторым приёмам самоконтроля. Особое внимание необходимо уделять осознанному исполнению движений. Дети должны понимать, что делают, почему надо делать так, а не иначе. Сознательное исполнение ускорит выработку мышечных ощущений (напряжение, расслабления), а также практического умения, что положительно скажется на качестве исполнения изучаемого материала. Каждое упражнение должно выполняться красиво и правильно, быть тщательно отработано. Нагрузки на уроке увеличиваются постепенно. В конце урока обязательно проводятся упражнения на расслабления для снятия усталости, восстановления дыхания и более спокойного перехода к другому виду деятельности (уроки в общеобразовательной школе, репетиции в ансамбле ит.д.).

Важная роль отводится музыкальному оформлению урока. Устанавливая единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несёт функцию организатора, является импульсом к движению, даёт эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает чёткость и законченность исполнения. Для музыкального сопровождения можно использовать как «живую» музыку так и аудио записи.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие **хореографические принципы**:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, танцевальных элементов;
- принцип наглядности, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- принцип доступности.

Методическое обеспечение учебного процесса

Учебная и методическая литература.

1. «Домашняя гимнастика», составитель Л.А.Козлова, Ленинград, из-во ТАСС, 1991
2. «Искусство грации», составитель Г.А.Боброва, Ленинград, из-во «Детская литература», 1986
3. «Ритмическая гимнастика для школьников», составитель М.А. Матова, И.Н. Шаробарова, М., изд-во «Знание», 1989.
4. Гимнастика и хореография, составитель Т.С. Лисицкая, Москва, из-во «Физкультура и спорт», 1984
5. Гимнастика. Примерная программа для ДШИ, составитель С.Г.Федотова, ЦНМК, Москва, 2003
6. Развитие пластики в хореографии. Методическая разработка. И.Н. Лисенкова. ЦНМК, Москва, 1980

Необходимое техническое оснащение занятий.

Хореографический класс, оборудованный станками, музыкальный инструмент (фортепиано или рояль), аудио- и видеоаппаратура, наличие специальной формы для занятий (тренировочный купальник, трико-лосины, мягкая танцевальная обувь), гимнастический коврик.