

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей №378
Кировского района Санкт – Петербурга
Отделение дополнительного образования детей «РИТМ»

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом
ГБОУ лицей №378
Решение от «31» 08 2021г
Протокол № 13

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказом № 232 от «31» 08 2021г.
Директор ГБОУ лицей № 378
С.Ю. Ковалюк



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
**Хореографическая студия
«Маленькая страна»**

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Возраст учащихся: 8 - 9 лет

Разработчик программы:
Хохолева Александра Андреевна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

4.1. Особенности организации образовательного процесса

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографическая студия «Маленькая страна» 1 года обучения рассчитана на 144 часа в год. Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю). К занятиям допускаются учащиеся, не имеющие противопоказаний по здоровью, в возрасте 7-9 лет, как мальчики, так и девочки. Количество учащихся 15 человек.

4.2. Задачи программы 1-го года обучения.

Образовательные задачи:

- обучение приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- обучение основам классического танца;
- обучение базовым упражнениям стретчинга и акробатики;
- формирование знаний в области истории хореографического творчества.

Развивающие задачи:

- развитие гибкости обучающихся, их выносливости и силовых качеств;
- развитие элементарных навыков координации;
- Формирование правильной осанки и коррекция фигуры обучающихся.

Воспитательные задачи:

- воспитание дисциплинированности, ответственного подхода к занятиям;
- воспитание элементарных навыков взаимодействия в коллективе.

4.3. Содержание программы 1 года обучения

1 тема: Вводное занятие.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Содержание, режим и форма занятий. Внешний вид воспитанников. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «учащиеся - преподаватель». Понятие «Танец». История возникновения и развития танца.

2 тема: Музыкально-ритмические упражнения

Теория: Связь музыки и движения. Характер музыки. Зависимость движения от характера музыки. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Ритм музыки. Правила исполнения танцевальных движений.

Практика:

Выполнение танцевальных движений в кругу и по диагонали: шаги с носочка, шаги на полупальцах, ходьба на пятках, бег с захлестом, подскоки, галоп, гусиный шаг, шаг польки;

Выполнение упражнений на середине зала: наклоны головы вперед, назад и в стороны, круговые движения головой, подъемы и опускания плеч (два плеча вместе и по-одному), круговые движения плечами, мельница руками, мельница руками в прыжке, боковые наклоны корпуса, наклоны корпуса вперед, складочка в положении стоя, упражнение «ласточка»; Упражнения на перестроение: «расческа», «фонтан».

Музыкально-ритмические игры: «Магазин», «Платочек», «Паук и мухи», «Скульптор», «Охотник и кенгуру», «Мячики», «Тамбурин», «Веселые ложки».

3 тема: Стретчинг и силовые упражнения.

Теория: Роль упражнений на растяжку и силовых упражнений. Подготовка тела к работе, к танцевальным физическим нагрузкам. Правила выполнения упражнений.

Практика: В положении сидя: «Утюжки-иглолки» (сокращение и вытягивание стоп),

«Складочка, «Бабочка, ножницы ногами под углом 45 градусов, «Сидели два медведя» (наклоны корпуса к максимально широко расставленным ногам), «Крокодильчик», поперечный шпагат.

В положении лежа на животе: «Лягушка», «Бревнышко», подъемы и опускания рук и ног, «Ящерица», «Корзиночка», «Лодочка».

В положении лежа на спине: «Мостик», «Орешек».

4 тема: Азбука классического танца.

Теория: История возникновения и развития классического танца. Значение классического танца в современном мире. Названия и правила исполнения хореографических «па».

Практика: Выполнение упражнений: точки зала, диагонали, положения *ap fase* и *eroulement*, *preparation*, отработка позиций рук: подготовительная, первая, вторая, третья; отработка позиций ног: I, II, III, IV, V, VI; *port de bras*: I и II; Постановка корпуса у станка, держась двумя руками за палку. *demi plies* по всем изученным позициям у станка (лицом к станку) и на середине зала; *releves* по всем изученным позициям у станка (лицом к станку) и на середине зала; *Battement tendu* в сторону, вперед и назад по I позиции ног; *Battement tendu jete* в сторону, вперед и назад по I позиции ног; *Soute* по всем позициям.

5 тема: Танцевальные этюды.

Теория: Правильность выполнения движений. Характер определенного образа (актерское мастерство). Работа с пространством. Умение чувствовать партнера в парных этюдах.

Практика: Разучивание и исполнение этюдов: «Веселая полька», «Матрешки», «Кошачий рок-н-ролл», «Часики», «На птичьем дворе», «Снежинки», «Весеннее настроение».

6 тема: Работа над репертуаром.

Теория: Правильность выполнения движений. Характер определенного образа (актерское мастерство). Работа с пространством. Знакомство с историей, культурой и бытом итальянского народа при постановке номера «Гарантелла»

Практика: Работа над постановкой танцев «Колыбельная» и «Гарантелла».

7 тема: Контрольные и итоговые занятия.

Теория: Правила поведения в зрительном зале. Умение держать себя на сцене.

Практика: Выступление в рамках отчетного концерта ОДОД «РИТМ». Участие во всех мероприятиях лица. Участие в районных и городских фестивалях и конкурсах.

4.4. Планируемые результаты первого года обучения.

Личностные результаты:

- Учащиеся будут понимать роль и значение занятий танцем для формирования физических и духовных качеств человека, укрепления здоровья;
- Будут знать основные требования к поведению на уроке, форме одежды, прическе;
- Приобретут знания по истории возникновения и развития танца.- Будут заинтересованы в дальнейшем развитии в области хореографического творчества.

Предметные результаты:

- Будут качественно выполнять элементы и движения раздела «Музыкально-ритмические упражнения» и «Стретчинг и силовые упражнения»;- Улучшат гибкость тела, выносливость, силовые качества;
- Будут знать основные хореографические и музыкальные понятия и термины;
- Будут иметь навыки элементарной координации;
- Получат опыт выступления на сцене.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- Получат первоначальный опыт организации собственной практической деятельности на основе сформированных регулятивных учебных действий:

Коммуникативные:

- Получат опыт коммуникативных действий и навыков социального взаимодействия в целях осуществления совместной продуктивной деятельности

Познавательные:

- Овладеют начальными формами познавательных универсальных учебных действия (УУД) – исследовательскими и логическими: наблюдения.