

Министерство труда и социального развития Краснодарского края

**Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания
Краснодарского края «Ейский психоневрологический интернат»**

Принята на заседании
реабилитационного совета
«18» 12 2024 г.
Протокол № 2



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ СО КК

**«Ейский психоневрологический
интернат»**

[Signature] Белопольский С. М.
«18» 12 2024 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
по хореографии «В мире танца»**

Возраст обучающихся: от 18 лет и старше

Срок реализации: 1 год

Объем программы: 208 часов

Составитель программы:

Сидорова Наталия Николаевна

должность: педагог дополнительного
образования

г. Ейск
2025

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Движение - это естественная потребность людей, поэтому ритмические занятия являются доступным и эффективным направлением. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность - в разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы. Эмоциональность достигается: музыкальным сопровождением, элементами танца, упражнениями танцевально - ритмической гимнастики, образными упражнениями, сюжетными композициями, креативными упражнениями.

Отличительные особенности программы по хореографии для получателей социальных услуг, проживающих в психоневрологических учреждениях обусловлены необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития средствами музыкально - ритмической деятельности. Специфические средства воздействия на обучающихся способствуют: общему развитию и укреплению здоровья, исправлению недостатков физического развития, эмоционально - волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности, эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на занятиях в хореографической студии является музыкально-ритмическая деятельность. Обучающиеся учатся слушать музыку и выполнять под музыку разнообразные движения. В процессе систематизированных занятий им необходимо понять, что между музыкой и движением при одновременном их исполнении устанавливаются очень тесные взаимосвязи. Их объединяет одно и то же поэтическое содержание. Определяющую роль при этом' играет музыка, развитие её образов. Движение, сопутствуя музыке, выражает именно её образное содержание.

Дополнительная общеразвивающая программа по хореографии «В мире танца» имеет художественную **направленность**, предназначена для обучения танцевальному искусству обучающихся, проживающих в психоневрологических учреждениях.

Программа составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;

Концепция развития дополнительного образования на 2022-2030 годы от 31 марта 2022 г. № 678-р;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573), действующие до 1 января 2027 года.

Методические рекомендации «Структурирование программы дополнительного образования», разработанных ГКУ КК «Краевой методический центр» (г. Краснодар, 2022 год);

Лицензия на осуществление образовательной деятельности ГКУ СО КК «Ейский психоневрологический интернат»;

Устав ГКУ СО КК «Ейский психоневрологический интернат».

Новизна программы заключается в создании условий для объединения таких направлений как ритмика, хореография или элементы хореографии, музыка, пластика, сценическое движение в адаптированном для обучающихся варианте.

Актуальность программы:

обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется здоровому образу жизни и общечеловеческим ценностям; укрепление психического и физического здоровья; получению общего морального и эстетического развития;

коррекции физического развития и ориентирования в пространстве; развития творческих способностей; повышения адаптивных возможностей в коллективе; изменению негативных стереотипов поведения; коррекции эмоционального состояния.

Педагогическая целесообразность программы:

для проживающих в психоневрологических учреждениях получателей социальных услуг обусловлена необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития средствами музыкально - ритмической деятельности. Специфические средства воздействия на обучающихся по данной программе способствуют: общему развитию и укреплению здоровья, исправлению недостатков физического развития, эмоционально - волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности, эстетическому воспитанию.

Адресат программы: от 18 лет и старше.

Объем программы: общее количество – 208 часов.

Режим занятий: занятия проводятся 5 раз в неделю, продолжительность занятия два академических часа.

Форма занятий: индивидуальные и групповые.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование устойчивых двигательных навыков

Задачи программы:

Обучающие:

1. Изучать танцевальную культуру народов мира;
2. Изучать хореографическое наследие русского народа;
3. Изучать различные направления современной хореографии;

Развивающие:

1. Развивать творческие способности;
2. Развивать выразительность и музыкальность исполнения.

Воспитательные:

1. Воспитывать культуру поведения и общения.

Коррекционные:

1. Способствовать коррекции психических процессов (память, внимание, восприятие и т. д.);
2. Способствовать коррекции поведения.

**1.3. Учебный план
дополнительной общеразвивающей программы
по хореографии «В мире танца»**

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов		
		Всего	Теорети- ческие занятия	Практи- ческие занятия
1	Танцы народов мира	26	1	25
2	Кубанский народный танец	52	2	50
3	Бальный танец	26	1	25
4	Сюжетно-ролевой танец	52	2	50
5	Современный танец	52	1	51
ВСЕГО		208	7	201

1.4. Содержание программы

Раздел 1. Танцы народов мира

Занятие 1.1. *Танцуют все.*

Теоретическое занятие: беседа на тему «Культура русского народного танца» с демонстрацией видеоматериала.

Занятие 1.2. *Разучивание основных шагов танца «Веселуха».*

Практическое занятие: прослушивание музыки. Разучивание основных шагов танца:

основной ход – шаг на полупальцах; прямой;

пружинистый шаг;

приставной шаг;

простой мягкий шаг на всю ступню; переменный шаг.

Занятие 1.3. *Разучивание основных движений танца «Веселуха».*

Практическое занятие: разучивание основных движений:

подскоки на месте;

подскоки в движении;

полный поворот вправо, влево, поднимая соединенные руки вверх;

вращения;

кружение с продвижением; приседания; движения с шагом по кругу, движения рук и головы, перестроения.

Занятие 1.4. *Разучивание танцевальных связок танца «Веселуха».*

Практическое занятие: разучивание танцевальных связок.

Занятие 1.5. *Постановка танца «Веселуха».*

Практическое занятие: соединение всех движений танца. Разучивание перестроений.

Занятие 1.6. *Исправление двигательных ошибок.*

Практическое занятие: отработка трудных моментов танца по показу, под счёт (в медленном, затем в быстром темпе), под музыку; синхронное исполнение танца.

Занятие 1.7. *Отработка русского народного танца «Веселуха».*

Практическое занятие: отработка всех движений танца.

Занятие 1.8 *Автоматизация танца «Веселуха».*

Практическое занятие: многократное повторение танца до автоматизма.

2. Кубанский народный танец

Занятие 2.1. *Кубанский танец – шедевр русской культуры.*

Теоретическое занятие: беседа о танцевальном искусстве Кубани, которое несёт в себе большое смешение традиций, в связи с территориальным положением; о кубанском танце, как основе славянских традиций, которые тесно переплетены со спецификой культур братских народов.

Занятие 2.2. *Разучивание основных шагов танца «Базар».*

Практическое занятие: разучивание основных шагов:

топающий шаг - простой мягкий топающий шаг на всю ступню;

три шага вперед на каждую четверть, начиная с правой ноги, на вторую четверть второго такта левая нога приставляется к правой в 1-е свободное положение галоп (приставные шаги, выполняемые прыжками).

Галоп выполняется в сторону, вперед, назад. Положение рук при выполнении галопа: руки на поясе, руки в стороны, одна рука вперед, другая в сторону;

переменный шаг состоит из двух шагов: приставного и шага с той же ноги. Следующий шаг выполняется с другой ноги. Через каждые два шага нога меняется, поэтому шаг называется переменным.

Один переменный шаг закончился, начинается следующий с другой ноги.

Шаг – вращение - переменные шаги, выполняемые лёгкими прыжками.

Начинается движение из за такта на счёт "и" небольшим подскоком на левой ноге, правую ногу вперед на носок;

1- лёгкий, скользящий шаг - поворот с правой;

2- шаг правой, левую ногу назад на носок; далее подскок на правой ноге, шаг полки с левой ноги. Шаги выполняются легко и изящно. Движения можно украсить поворотами головы и туловища.

Занятие 2.3. *Разучивание основные движений танца «Базар».*

Практическое занятие: *поясной поклон* (наклон корпуса в пояс) — верхняя часть туловища от пояса наклоняется.

Движение парами по линии танца;

тройной притоп с поворотом;

«переступ» - корпус на каждые 2 / 4 попеременно поворачивается то вправо, то влево. Движение продолжается с левой ноги. Ноги при исполнении этого движения свободны, не напряжены;

и боковой галоп вправо (против часовой стрелки) и перейти подскоки на месте (правой, левой, правой ногой);

перестроения: встают друг за другом в тройках лицом к центру круга, положив руки друг другу на плечи у ведущего руки на поясе;

поворот в парах спиной к центру круга через правое плечо, снова положив руки друг другу на плечи (меняется ведущий) и выставляют ноги на носок два шага полки по направлению от центра круга, затем шесть галопов вправо и притоп;

движения подскоками вперед на 4 такта со сменой мест, движение спинами назад со сменой мест.

Занятие 2.4. *Разучивание танцевальных связок танца «Базар».*

Практическое занятие: разучивание танцевальных связок в парах.

Занятие 2.5. *Постановка танца «Базар».*

Практическое занятие: соединение всех движений танца в определённой последовательности.

Занятие 2.6. *Исправление двигательных ошибок.*

Практическое занятие: отработка всех движений танца. Синхронное исполнение танца всеми исполнителями.

Занятие 2.7. *Отработка танца «Базар».*

Практическое занятие: отработка всех движений танца: повторение всех движений под счёт (медленно, быстро), под музыку (по памяти).

Занятие 2.8. *Автоматизация танца «Базар».*

Практическое занятие: формировать устойчивые двигательные навыки путём многократного повторения (по памяти).

Занятие 2.9. *В песнях душа народа.*

Теоретическое занятие: беседа о жанрах народных песен (трудовые, обрядовые, шуточные, хороводные, плясовые, прибаутки, детские игровые и былины). Эти песни являются спутником всей человеческой жизни. Сопровождение беседы видеоматериалом.

Занятие 2.10. *Разучивание основных шагов танца «Гусеница».*

Практическое занятие: «змейка» - шаги с правой ноги одновременно; *переменный шаг* из-за такта – слегка присесть на правой ноге, левую ногу, немного вогнутую в колене, приподнять вперёд. На «раз» - широкий шаг с левой ноги с каблука вперёд. Правую руку согнуть в локте на уровне груди, левую отвести назад, как при маршировке на «и» - правую ногу приставить на полупальцы к левой; на «два» - шаг с ударом левой ногой вперед, правую полусогнутую ногу немного приподнять. Положение рук меняется: левая сгибается в локте на уровне груди, а правая отводится слегка назад.

На «и» - приподнять вперед и вытянуть правую ногу, левую немного согнуть в колене. Движение повторяется с другой ноги. Исполняется с продвижением вперед.

Семенящий: на «раз» - легкий прыжок на правой ноге назад; одновременно левую согнутую в колене ногу немного приподнять впереди правой; на «два» - повторить движение с другой ноги.

Перестроения: 1-й такт 1-я четверть на «раз» - с легкого подскока

опуститься немного влево на левую ногу, а правую ногу почти одновременно поставить на носок влево, около носка левой ноги. Согнутое колено правой ноги резко повернуть влево так, чтобы зрителю был виден лампас. Корпус повернуть немного влево. Левую руку согнуть у груди, а правую вытянуть в сторону.

2-я четверть на «два» - движение повторить с другой ноги. 2-й такт на «раз», на «и», на «два», на «и» - повторить движение «лампасы» 1-го такта в два раза быстрее (восьмыми такта). Исполняется с небольшим продвижением вперёд ;

из-за такта – слегка присесть на левой ноге, правую ногу немного приподнять от пола на «раз» - лёгкий прыжок на правую ногу чуть вправо с небольшим приседанием, одновременно левую ногу немного приподнять вперёд с согнутым коленом на «и» - левую ногу поставить на полупальцы несколько вправо перед правой ногой; одновременно правую ногу слегка приподнять сзади; на «два» - переступить на полупальцы правой ноги сзади левой; на «и» - слегка присесть на правой ноге, левую ногу немного приподнять от пола. Руки на бёдрах или раскрыты в стороны. Движение повторяется с другой ноги.

Занятие 2.11. Разучивание основные движения танца «Гусеница».

Практическое занятие: разучивание движений.

Переборы - 1-й такт: на «раз» - с лёгкого прыжка, немного расставив ноги, чуть присесть на обе ноги; на «два» - тройной хлопок ладонями: скользящий хлопок руками перед собой и сейчас же хлопок правой ладонью о правое колено, а затем левой ладонью о левое приподнятое колено. 2-й такт на «раз» - ударить правой ладонью по подошве левой ноги, приподнятой перед коленом правой ноги; одновременно повернуться на полупальцах правой ноги влево, почти спиной к зрителю на «и» - опустив левую ногу, повернуться на ней влево на полупальцах лицом к зрителю, одновременно правую ногу приподнять; на «два» - опустить правую ногу. Руки развести в стороны или опустить на бёдра; на «и» - пауза.

Поворот с притопом 1-й такт: на «раз» - подскочить на левой ноге, одновременно правую ногу слегка приподнять. Левую руку согнуть у пояса, правую немного отвести назад, пальцы сжать в кулаки; на «и» - правую ногу, немного согнутую в колене, поставить на носок сзади пятки левой ноги; на «два» - отскочить на левой ноге, одновременно поворачиваясь влево спиной к зрителю; правую руку немного приподнять вправо; на «и» - поставить перед собой вперёд правую ногу на каблук. Правая рука на затылке; согнутая в локте левая рука на пряжке ремня или на поясе сзади. 2-й такт: на «раз» - прыжок на правую ногу, поворачиваясь вправо лицом к зрителю; левую ногу, согнутую в колене, слегка приподнять сзади на «и» - опустить левую ногу, одновременно приподняв правую; на «два» - опустить правую ногу; руки на бедрах; на «и» - пауза.

Приседания: 1-й такт: на «раз» - с небольшого прыжка опуститься в полное

приседание на полупальцах обеих ног; пятки вместе, носки в стороны (в дальнейшем это движение будет обозначаться сокращенно: «*полное приседание*»); на «два» - с небольшого подскока приподняться на левой полусогнутой ноге. Одновременно согнутую правую ногу резко вытянуть вперёд 2-й такт: на «раз» - повторить полное приседание; на «два» - с небольшого подскока приподняться на правой полусогнутой ноге. Одновременно согнутую левую ногу резко вытянуть вперёд. Руки раскрыты в стороны на уровне плеч.

Занятие 2.12. *Разучивание танцевальных связок танца «Гусеница».*

Практическое занятие: 8 тактов – танцоры первых номеров продвигаются семенящим шагом вперёд на 8-й такт три раза притопывают; 8 тактов – поворот с притопом, взявшись за руки, отходит с правой ноги назад, на свои места, топнув ногой на последний аккорд. 8 тактов – продвижение вперёд, делая шесть переборов, а на последние два такта исполняет «ключ»; 8 тактов – первая четвёрка продолжает идти вперёд движением «лампасы» восьмыми такта; 8 тактов – первая четвёрка расходится подвое падебаском в разные стороны и останавливается в глубине сцены. Одновременно вторая четвёрка, продвигаясь вперёд, исполняет два раза комбинированную присядку, состоящую из двух присядок; 8 тактов – вторая четвёрка исполняет на авансцене «хлопки с поворотом»; 16 тактов – вторая четвёрка на первые 8 тактов отходит назад.

Занятие 2.13. *Постановка танца «Гусеница».*

Практическое занятие: соединение всех движений танца определённой последовательности.

Занятие 2.14. *Исправление двигательных ошибок.*

Практическое занятие: отработка всех движений танца Синхронное исполнение танца всеми исполнителями.

Занятие 2.15. *Отработка танца «Гусеница».*

Практическое занятие: отработка всех движений танца путём многократного повторения всех движений в разном темпе под счёт, под музыку (по памяти).

Занятие 2.16. *Автоматизация танца «Гусеница».*

Практическое занятие: многократное повторение всех движений танца в правильной последовательности по памяти; многократное повторение.

3. Бальный танец

Занятие 3.1. *«Волшебный мир танца. Контрданс»*

Теоретическое занятие: беседа о возникновении бального танца

«контрданс». Беседа сопровождается видеоматериалом.

Занятие 3.2. Разучивание основных шагов танца «Контрданс»

Практическое занятие: прослушивание музыки. Разучивание основных шагов:

Двойной шаг – это четыре шага вперед или назад, в конце приставить ногу.

Простой шаг – это два шага, в конце приставить ногу.

«Set-and-turn» простой – это простой шаг в одну сторону, простой шаг в другую сторону и простой поворот.

Занятие 3.3. Разучивание основных движений танца «Контрданс».

Практическое занятие: разучивание основных движений.

Полный оборот за правую руку.

Полный оборот за левую руку.

Переходы за спиной партнёра.

Обход правым, левым плечом; полный оборот, взявшись за руки.

Припадания вправо, влево.

Занятие 3.4. Разучивание танцевальных связок «Контрданс».

Практическое занятие: разучивание танцевальных связок. Основные позиции рук. Постановка корпуса. На четыре счёта делается двойной шаг вперед («вперед» означает направление танца, куда танцоры стоят лицом в самом начале) и ещё на четыре счёта двойной шаг назад. Остальные шесть счетов (время, достаточное для исполнения двух двойных шагов) занимает часть, где выполняется поворот к партнёру; две половины сета выполняют одну и ту же фигуру независимо друг от друга. Затем вернуться на свои места и выполнить поворот прочь от партнера и проход в «хвост зала» по наружной стороне сета. Когда более чем одна пара делает поворот друг к другу, то все остальные обычно следуют тем же путем, то есть каждая пара идет за парой, стоящей перед ней. После того как они пройдут по внешней стороне, они возвращаются на свои места, проходя в «голову зала» по внутренней стороне сета.

Занятие 3.5. Постановка танца «Контрданс».

Практическое занятие: соединение всех движений танца в определённой последовательности.

Занятие 3.6. Исправление двигательных ошибок.

Практическое занятие: отработка всех движений танца. Синхронное исполнение танца всеми исполнителями. Работа над постановкой корпуса.

Занятие 3.7. Отработка танца «Контрданс».

Практическое занятие: отработка всех движений танца.

Занятие 3.8. Автоматизация танца «Контрданс».

Практическое занятие: формировать устойчивые двигательные навыки путём многократного повторения.

4. Сюжетно-ролевой танец

Занятие 4.1. Пластический язык танца.

Теоретическое занятие: беседа о пластическом языке танца, который понятен человеку любой национальности без перевода и способен вызвать разнообразные эмоции (смех, грусть, слёзы, радость и т.д.); беседа сопровождается демонстрацией видеоматериала.

Занятие 4.2. Разучивание основных шагов сюжетно – ролевого танца «Жулики».

Практическое занятие: прослушивание музыки. Разучивание основных шагов.

Двойной скрестный шаг – «раз» - шаг левой ногой вправо перед собой, «два» - шаг правой ногой вправо; «три» - 2ой скрестный шаг вправо.

«Основной прыжок» – «раз, два» - прыжок на правой ноге с продвижением вперёд; «три» - прыжок во 2позицию; «четыре» - прыжок на левой ноге.

Перестроения – «и» - вывод правой ноги вправо на носок; «раз» - скользящий шаг в сторону с носка на низкие полупальцы; «и» - быстро подтянуть левую ногу к правой (скользящим движением) с небольшим прыжком; «два» - мягко опуститься на левую ногу с носка на всю ступню.

Тройной переменный шаг: «раз, и» - два быстрых шага вперёд с правой ноги; «два, и» - один длинный шаг правой ногой.

Вращения.

Занятие 4.3. Разучивание основных движений сюжетно – ролевого танца «Жулики».

Практическое занятие: разучивание основных движений.

Прыжок с «полочкой»: «раз» - шаг вперёд с левой ноги; «два» - с правой; «три» - левая нога приставляется к правой и полностью опускается на стопу, второе движение – опустить резко руки вниз (ладони параллельно полу).

«Бой руками» - «раз» взмах правой рукой вправо в приседание; «два» взмах левой рукой.

«Замок» руками с партнёром (свободная рука обоих партнёров под локоть), «три» – переход на полу пальцы левой ноги по третьей позиции; колено выпрямляется, наклон в глубину сцены вбок; «четыре» – переход на правую ногу, наклон к зрителям в бок.

Переход (смена мест) партнёры обходят лицом друг к другу с правой ноги.

Занятие 4.4. Разучивание танцевальных связок сюжетно – ролевого танца «Жулики».

Практическое занятие: разучивание танцевальных связок; основные позиции рук; постановка корпуса. Проявление эмоций.

Занятие 4.5. Постановка танца «Жулики».

Практическое занятие: соединение всех движений танца в определённой последовательности, учитывая эмоции при исполнении двигательной роли.

Занятие 4.6. Исправление двигательных ошибок.

Практическое занятие: отработка всех движений танца. Синхронное исполнение танца всеми исполнителями.

Занятие 4.7. Отработка танца «Жулики».

Практическое занятие: отработка всех движений танца.

Занятие 4.8. Автоматизация танца: «Жулики».

Практическое занятие: формировать устойчивые двигательные навыки, путём многократного повторения.

Занятие 4.9. Образ и эмоциональная окраска в сюжетном танце.

Теоретическое занятие: беседа о том, как создать соответствующий образ, обсуждение костюмов. Просмотр видео материала по теме.

Занятие 4.10. Разучивание основных шагов сюжетно – ролевого танца «На лавочке».

Практическое занятие: прослушивание музыки. Разучивание основных шагов (учитывать эмоциональную выразительность при исполнении танцевальной роли).

Шаги с высоким подниманием прямых ног.

Тройной шаг, ход вперёд, назад, в сторону - обыкновенный шаг на всей стопе, волочащейся по полу (на каждую четверть делается один шаг).

Скользкий ход - обыкновенный шаг на всей стопе, на чуть согнутых коленях, ноги не отрываются от пола «раз» - скользящий шаг вперёд (толчком) правой ногой, «два» - скользящий шаг на месте левой ногой и опять правой ногой; затем без остановки такой же шаг делается с левой ноги.

Переменный шаг с каблука - «раз» - правая нога делает шаг вперёд и опускается на пол сперва на каблуках, а потом на носок, «и» - левая нога на полной стопе приставляется к правой, «два» - притоп правой ногой с сильным ударом стопы об пол, «и» — пауза.

Занятие 4.11. Разучивание основных движений сюжетно – ролевого танца «На лавочке».

Практическое занятие: разучивание основных движений, соответствующих назначенным танцевальным ролям.

«Пятки-носки» - соединяются по очереди то носки, то пятки, при движении вправо, соединяя носки, опираться на пятку левой ноги и на носок правой, разводя носки, опираться на пятку правой ноги и на носок левой, при движении влево – наоборот.

Простая подбивка - «раз» левая нога пристукивает стопой; правая, согнутая в колене, слегка отделяется от пола (ступня параллельно полу), «и» - правая нога пристукивает каблуком об пол и тотчас же, с лёгким ударом, переходит на полу пальцы; каблук отделяется от пола, «два» - то же самое, что и на «раз», «и» - правая нога пристукивает всей стопой.

Ход с качанием рук перед собой - «раз» - подскок на левой ноге, одновременно правая нога, согнутая в колене, опускается на пятку, потом на носок, «и» - шаг левой ногой вперёд, «два» - шаг правой ногой с ударом стопой об пол, «и» - движение без остановки выполняется с другой ноги, «раз» - подскок на правой ноге, одновременно левая нога, согнутая в колене, опускается на пол, сначала на пятку, а потом - с акцентом на носок, «и» - шаг правой ногой, «два» - шаг левой ногой с ударом стопы об пол.

Занятие 4.12. *Разучивание танцевальных связок сюжетно – ролевого танца «На лавочке».*

Практическое занятие: разучивание танцевальных связок, основные позиции рук; постановка корпуса.

Занятие 4.13. *Постановка танца: «На лавочке».*

Практическое занятие: соединение всех движений танца в определённой последовательности, учитывая эмоции при исполнении двигательной роли.

Занятие 4.14. *Исправление двигательных ошибок.*

Практическое занятие: отработка всех движений танца. Синхронное исполнение танца всеми исполнителями.

Занятие 4.15. *Отработка танца «На лавочке».*

Практическое занятие: отработка всех движений танца.

Занятие 4.16. *Автоматизация танца «На лавочке».*

Практическое занятие: формировать устойчивые двигательные навыки путём многократного повторения.

5. Современный танец

Занятие 5.1. *Современные танцевальные направления.*

Теоретическое занятие: современные танцевальные направления (танцуем под модные песни). Просмотр видео материала.

Занятие 5.2. *Разучивание основных шагов танца «Матушка - земля».*

Практическое занятие: разучивание основных шагов.

Семенящий шаг с подниманием колена - «1,2,3» - три мелких шага по линии танца, «четыре» - подъем колена.

Припадания на одну ногу «1,2,3,4» - припадания, «5,6,7,8» - вращение (один круг).

Прыжки с разгибанием ног вперёд.

Ход вперёд.

Ход назад.

Занятие 5.3. Разучивание основных движений танца «Матушка - земля».

Практическое занятие: разучивание основных движений (от простых к более сложным).

Полукруг акцентированный резкий и быстрый бросок рук от колена вправо и влево, с выпрямлением ноги.

Диагональ - акцентированный резкий и быстрый бросок ноги от колена в сторону (мах голени), с выпрямлением ноги.

Змейка – правая пятка влево вперёд на пятку с поворотом вправо, левая шаг вправо (корпус вправо), шаг правой пяткой вправо с поворотом влево, левая нога шаг вправо.

Занятие 5.4. Разучивание танцевальных связок танца «Матушка - земля».

Практическое занятие: разучивание танцевальных связок.

Занятие 5.5. Постановка танца «Матушка - земля».

Практическое занятие: соединение всех движений танца в единое целое.

Занятие 5.6. Исправление двигательных ошибок.

Практическое занятие: отработка всех движений танца. Синхронное исполнение танца всеми исполнителями.

Занятие 5.7. Отработка танца «Матушка - земля».

Практическое занятие: отработка всех движений танца.

Занятие 5.8. Автоматизация танца «Матушка - земля».

Практическое занятие: формировать устойчивые двигательные навыки путём многократного повторения.

Занятие 5.9. Разучивание основных шагов танца «Зимние забавы».

Практическое занятие: разучивание основных шагов.

Маховые прыжки с разных ног; шаг-касание - сделать три шага назад, а затем вперед, сделать три шага назад, начиная с правой ноги, на том, что будет четвертым шагом назад, просто отвести левую ногу назад, вместо того чтобы переносить на нее весь вес (это также называется "касанием"). Затем сделать три шага вперед, начиная с левой ноги.

Пружина с акцентом рук: шаг-приставка – состоит из шагов - приставок, прыжков - приставок (шаг - приставка - шаг, прыжок - приставка - прыжок). *Разножка* – движение вправо, влево, соединяя и разводя поочерёдно носки и пятки.

Скрестный шаг с прыжками - скрестный шаг правой влево, возврат, два коротких прыжка вправо (повторить движение с левой вправо).

Занятие 5.10. *Разучивание основных движений танца «Зимние забавы».*

Практическое занятие: разучивание основных движений (от простых к более сложным).

Энергичное движение рук – постепенное приседание вниз (пружина и качание бёдрами) и вставание, руки движутся перед собой вправо, влево.

Шаг в сторону с движением плеч.

Занятие 5.11. *Разучивание танцевальных связок танца «Зимние забавы».*

Практическое занятие: разучивание танцевальных связок.

Занятие 5.12. *Постановка танца «Зимние забавы».*

Практическое занятие: соединение всех движений танца в единое целое.

Занятие 5.13. *Исправление двигательных ошибок.*

Практическое занятие: отработка всех движений танца. Синхронное исполнение танца всеми исполнителями.

Занятие 5.14. *Отработка танца «Зимние забавы».*

Практическое занятие: отработка всех движений танца.

Занятие 5.15. *Автоматизация танца «Зимние забавы».*

Практическое занятие: формировать устойчивые двигательные навыки путём многократного повторения.

Занятие 5.16. *Подготовка к отчётному концерту.*

Практическое занятие: повторение и отработка всех танцев.

Занятие 5.17. *«Отчётный концерт»*

Практическое занятие: выступление согласно выученного репертуара.

1.5. Планируемые результаты

У обучающихся улучшатся: двигательные навыки, способность взаимодействия в коллективе, поведение, психические процессы (память, внимание, восприятие).

У учащихся разовьются: творческие способности, выразительность и музыкальность исполнения.

У воспитанников сформируются: культура общения, понятие о танце, танцевальной культуре народов других стран и о направлениях в современной хореографии.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график дополнительной общеразвивающей программы по хореографии «В мире танца»

№ п/п	Дата проведения	Название разделов и тем	Количество часов		
			Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
		Раздел 1. Танцы народов мира	26	1	25
1.		Занятие 1.1. Танцуют все.	1	1	-
2.		Занятие 1.2. Разучивание основных шагов танца «Веселуха».	4	-	4
3.		Занятие 1.3. Разучивание основных движений танца «Веселуха».	4	-	4
4.		Занятие 1.4. Разучивание танцевальных связок танца «Веселуха».	4	-	4
5.		Занятие 1.5. Постановка танца «Веселуха».	4	-	4
6.		Занятие 1.6. Исправление двигательных ошибок.	3	-	3
7.		Занятие 1.7. Отработка русского народного танца «Веселуха».	4	-	4
8.		Занятие 1.8. Автоматизация танца «Веселуха».	2	-	2
		Раздел 2. Кубанский народный танец	52	2	50
9.		Занятие 2.1. Кубанский танец – шедевр русской культуры.	1	1	
10.		Занятие 2.2. Разучивание основных шагов	4	-	4

		танца «Базар».			
11.		Занятие 2.3. Разучивание основных движений танца «Базар».	4	-	4
12.		Занятие 2.4. Разучивание танцевальных связок танца «Базар».	4	-	4
13.		Занятие 2.5. Постановка танца «Базар».	4	-	4
14.		Занятие 2.6. Исправление двигательных ошибок.	3	-	3
15.		Занятие 2.7. Отработка танца «Базар».	4	-	4
16.		Занятие 2.8. Автоматизация танца «Базар».	2	-	2
17.		Занятие 2.9. В песнях душа народа.	1	1	-
18.		Занятие 2.10. Разучивание основных шагов танца «Гусеница».	4	-	4
19.		Занятие 2.11. Разучивание основных движений танца «Гусеница».	4	-	4
20.		Занятие 2.12. Разучивание танцевальных связок танца «Гусеница».	4	-	4
21.		Занятие 2.13. Постановка танца «Гусеница».	4	-	4
22.		Занятие 2.14. Исправление двигательных ошибок.	3	-	3
23.		Занятие 2.15. Отработка танца «Гусеница».	4	-	4
24.		Занятие 2.16. Автоматизация танца «Гусеница».	2	-	2
		Раздел 3. Бальный танец	26	1	25
25.		Занятие 3.1. Волшебный мир бального танца «Контрданс».	1	1	-
26.		Занятие 3.2. Разучивание основных шагов танца «Контрданс».	4	-	4
27.		Занятие 3.3. Разучивание основных движений танца «Контрданс».	4	-	4

28.		Занятие 3.4. Разучивание танцевальных связок танца «Контрданс».	4	-	4
29.		Занятие 3.5. Постановка танца «Контрданс».	4	-	4
30.		Занятие 3.6. Исправление двигательных ошибок.	3	-	3
31.		Занятие 3.7. Отработка танца «Контрданс».	4	-	4
32.		Занятие 3.8. Автоматизация танца «Контрданс».	2	-	2
		4. Сюжетно-ролевой танец	52	2	50
33.		Занятие 4.1. Пластический язык танца.	1	1	
34.		Занятие 4.2. Разучивание основных шагов сюжетно-ролевого танца «Жулики».	4	-	4
35.		Занятие 4.3. Разучивание основных движений сюжетно-ролевого танца «Жулики».	4	-	4
36.		Занятие 4.4. Разучивание танцевальных связок сюжетно-ролевого танца «Жулики».	4	-	4
37.		Занятие 4.5. Постановка танца «Жулики».	4	-	4
38.		Занятие 4.6. Исправление двигательных ошибок.	3	-	3
39.		Занятие 4.7. Отработка танца «Жулики».	4	-	4
40.		Занятие 4.8. Автоматизация танца «Жулики».	2	-	2
41.		Занятие 4.9. Образ и эмоциональная окраска в сюжетном танце.	1	1	
42.		Занятие 4.10. Разучивание основных шагов сюжетно-ролевого танца «На лавочке».	4	-	4
43.		Занятие 4.11. Разучивание основных движений сюжетно-ролевого танца «На лавочке».	4	-	4
44.		Занятие 4.12. Разучивание танцевальных	4	-	4

		связок сюжетно-ролевого танца «На лавочке».			
45.		Занятие 4.13. Постановка танца «На лавочке».	4	-	4
46.		Занятие 4.14. Исправление двигательных ошибок.	3	-	3
47.		Занятие 4.15. Отработка танца «На лавочке».	4	-	4
48.		Занятие 4.16. Автоматизация танца «На лавочке».	2	-	2
		5. Современный танец	52	1	51
49.		Занятие 5.1. Современные танцевальные направления	1	1	
50.		Занятие 5.2. Разучивание основных шагов танца «Матушка - земля»	4	-	4
51.		Занятие 5.3. Разучивание основных движений танца «Матушка - земля»	4	-	4
52.		Занятие 5.4. Разучивание танцевальных связок танца «Матушка - земля»	4	-	4
53.		Занятие 5.5. Постановка танца «Матушка - земля»	4	-	4
54.		Занятие 5.6. Исправление двигательных Ошибок	3	-	3
55.		Занятие 5.7. Отработка танца «Матушка - земля»	4	-	4
56.		Занятие 5.8. Автоматизация танца «Матушка - земля»	2	-	2
57.		Занятие 5.9. Разучивание основных шагов танца «Зимние забавы»	4	-	4
58.		Занятие 5.10. Разучивание основных движений танца «Зимние забавы»	4	-	4
59.		Занятие 5.11. Разучивание танцевальных связок танца «Зимние забавы»	4	-	4

60.		Занятие 5.12. Постановка танца «Зимние забавы»	4	-	4
61.		Занятие 5.13. Исправление двигательных ошибок	3	-	3
62.		Занятие 5.14. Отработка танца «Зимние забавы»	3	-	3
63.		Занятие 5.15. Автоматизация танца «Зимние забавы»	2	-	2
64.		Занятие 5.16. Подготовка к отчётному концерту	1	-	1
65.		Занятие 5.17. Отчётный концерт	1	-	1
ВСЕГО			208	7	201

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение

Условия реализации программы:

хореографический класс;
зеркала и хореографическая стенка;
музыкальная аппаратура, флешь-накопитель;
ноутбук;
атрибуты для танцев (ленты, султанчики, зонтики, веера и др.)
костюмы для танцев;
специальная форма и обувь для занятий.

2.3. Формы контроля (аттестации) планируемых результатов

Программа предусматривает отслеживание результатов в творческом коллективе в течение всего учебного года, для получения информации о приобретённых двигательных навыках и определения эффективности функционирования педагогического процесса. Это обеспечивается взаимодействием контроля педагога и самоконтроля обучающихся. Итоговая аттестация проводится в конце учебного года (приложение 1).

Виды контроля:

1. **Текущий:** осуществляется в повседневной работе с целью проверки усвоения предыдущего материала и выявления пробелов.

Методы: наблюдение, индивидуальный (повторение двигательных элементов под счёт, по показу, по памяти).

2. **Тематический:** осуществляется по мере прохождения раздела и имеет цель систематизировать двигательные навыки обучающихся.

Методы: практические (зачёт, сдача элементов танца), индивидуальные, комбинированные, самоконтроль (самостоятельное нахождение ошибок, анализ, устранение).

3. **Игровой:** проводится в течение всего учебного года. Целью является участие в тематических мероприятиях, концертах, фестивалях искусств.

2.4. Оценочные материалы

Визуальное отслеживание и оценивание результатов проводится педагогом и направлено на получение информации об умениях и двигательных навыках обучающихся и на планирование индивидуальной работы.

Виды оценивания:

1. **Индивидуальный:** отслеживание результатов работы каждого обучающегося в процессе самостоятельного исполнения.

2. **Систематический:** оценивание результатов обучающихся на всех этапах.

3. **Финальный:** в качестве финальной системы оценивания используется коллективный зрительский анализ исполнительского мастерства (понравилось, не понравилось).

Эмоциональность: оценивается выразительность мимики, умение передать в движении разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.).

Артистизм: оценивается особенность сценического поведения (яркая эмоциональность и чувство меры).

Техничность: оценивается чёткость, синхронность, ритмическое исполнение фигур и элементов; уровень сложности; контакт со зрителями, костюмы, качество музыки.

2.5. Методическое обеспечение программы

Методические материалы

Реализация программы основывается на следующих принципах:

принцип единства диагностики и коррекции, который обеспечивает целостность педагогического процесса;

принцип единства коррекционных и развивающих задач;

принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей получателей социальных услуг;

принцип целостности восприятия предполагает наполнение жизни получателей социальных услуг яркими впечатлениями и переживаниями от восприятия окружающего мира;

принцип интегративности программы заключается во взаимосвязи различных видов деятельности получателей социальных услуг;

принцип доступности и последовательности предполагает построение учебного процесса от простого к сложному;

принцип деятельностного подхода - любые знания приобретаются получателями социальных услуг во время активной деятельности.

Методы работы:

словесный (используется при освоении нового материала, объяснении правильных приемов работы, исправлении и предупреждении ошибок);

творческий (элементы изотерапии, сказкотерапии, музыкотерапии);

игровой (использование упражнений в игровой форме).

Формы работы: индивидуальная и групповая.

Педагогические технологии, используемые при реализации программы

№ п/п	Название	Цель	Механизм	Результат применения
1.	Технология развивающего обучения	Развитие личности и ее способностей	Обеспечение совместной или самостоятельной деятельности обучающихся, при которой они сами «додумываются до решения проблемы»	Развиваются мыслительные способности, активизируется самостоятельная деятельность, происходит творческое овладение предложенным материалом
2.	Личностно-ориентированная технология	Максимальное развитие индивидуальных способностей обучающихся на основе использования имеющегося у них опыта	Выработка индивидуального пути развития каждого обучающегося через создание альтернативных форм, методов индивидуального обучения	Саморазвитие личности каждого обучающегося, исходя из его индивидуальных особенностей
3.	Здоровьесберегающая технология	Формирование, укрепление и сохранение социального, физического, здоровья	Создание совокупности организационных, обучающих условий	Приобретение привычки заботиться о собственном здоровье, реализуя специальные техники и технологии его сохранения и укрепления
4.	Игровая технология	Создание оптимальных, соответствующих возрасту условий усвоения, обучающихся информации, знаний, получения опыта	Включение обучающихся в процесс игровой деятельности (сюжетно – ролевые танцы)	Повышается мотивационный уровень обучающихся, мобилизуются личностные ресурсы каждого участника

5.	Технология дифференцированного обучения	Создание оптимальных условий для лучшего усвоения двигательного материала и развития способностей обучающихся	Подбор методов индивидуального обучения	Обучающиеся усваивают программный материал на различных уровнях, в соответствии с их способностями и возможностями
6.	Арт-терапевтическая технология	Гармоничное развитие обучающихся, расширение возможностей его социальной адаптации посредством искусства	Воздействие различных средств искусства на психику обучающихся.	Осуществление коррекции нарушений психоэмоциональных процессов и отклонений в личностном развитии

Кадровое обеспечение:

Программа реализуется специалистом, имеющим средне - специальное образование, курсы повышения квалификации по дополнительной профессиональной программе «Педагогика и методика дополнительного образования детей и взрослых: актуальные технологии» 2024 год.

Раздел 3. Список используемой литературы

Основная

- 1) Богаткова Л.Н. Танцы разных народов. – Москва: Молодая гвардия, 2015г. - 258с.
- 2) Есаулов И.Г. Народно – сценический танец. – Москва: Планета музыки, 2018г.- 207с.
- 3) Пуртова А.Н. Учите детей танцевать. – Москва: Владос, 2017г.- 254с.
- 4) Шаталова А.А. Бальные танцы. Методическое пособие. – Москва: Владос, 2014г. - 73с.

Интернет источники

1. Всё для Хореографов и Танцоров // Электронный ресурс // - www.horeograf.com.
2. Методические и дидактические разработки по хореографии// Электронный ресурс// -<http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>.
- 3.Образовательная социальная сеть nsportal.ru // Электронный ресурс // <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatelnyatematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>
4. Видео уроки по хип - хопу, тренер Никитин Д. // Электронный ресурс // <https://dancedb.ru/hip-hop/education/video/382/#tempVideo>.
5. Видео уроки по шаффлу // Электронный ресурс // - (dancedb.ru/shuffle/education/video/)

**Критерии оценки уровня результативности усвоения обучающимися
дополнительной общеразвивающей программе
по хореографии «В мире танца»**

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Очень слабо 1балл	Удовлетворительно 2 балла	Хорошо 3 балл
Затрудняется повторить и запомнить, нуждается в индивидуальном подходе.	Воспринимает и запоминает частично, нуждается в периодическом напоминании (показе).	Воспринимает и запоминает хорошо, оказывает помощь другим.
Оценка уровня результативности		
0 – 6 баллов – программа усвоена на низком уровне	7 - 13баллов – программа усвоена на среднем уровне	14-18 баллов – программа усвоена на хорошем уровне

**Результат итоговой аттестации обучающихся в
ГБУ СО КК «Ейский психоневрологический интернат»
по дополнительной общеразвивающей программе
по хореографии «В мире танца»
за _____ год**

Срок освоения программы: 1 год

Объём часов: _____

Фамилия имя отчество педагога: _____

Дата проведения итоговой аттестации: _____

№	ФИО обучающегося	Умение осваивать при разучивании движений (танцев)	Двигательная память	Умение ориентироваться в танцевальном пространстве	Эмоциональность, артистизм	Техничность	Результат коллективной деятельности	Общая оценка уровня результативности
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.								
2.								
3.								

4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								
11.								
12.								
13.								
14.								

По результатам итоговой годовой аттестации обучающихся по
дополнительной общеразвивающей программе по хореографии «В мире
танца»:

всего аттестовано _____ обучающихся;

высокий уровень _____ (человек,%);

средний уровень _____ (человек, %);

низкий уровень _____ (человек,%).