

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр внешкольной работы с детьми и молодежью
Калининского района Санкт-Петербурга
«Академический»

ПРИНЯТА
Педагогическим советом

Протокол №8
от «30» мая 2019 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № 61-ОД
от «30» мая 2019 г.
Директор

И.В. Посняченко

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Танцевальный хоровод. II ступень»

Возраст учащихся: 11/12-14/15 лет

Срок реализации: 3 года

Разработчик

Борисова Татьяна Викторовна
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

*«Танец можно рекомендовать всем,
чтобы тело было здорово, красиво,
а его движения пластичны
и гармоничны»*

К.С.Станиславский

Система обучения и воспитания средствами хореографического искусства связана с эстетической категорией прекрасного. Воспевание красоты и гармонии человеческого тела, его героико-романтических, рыцарски-мужественных, сентиментально-нежных проявлений, заложенных в произведениях античной скульптуры и скульптуры эпохи Возрождения в соединении с грациозными и изящными, темпераментными и элегантными движениями народных, а впоследствии и придворных танцев, создали гармонически завершённую пластическую образную систему, способную специфическими средствами передать через пластические положения тела сложнейшие и тончайшие нюансы человеческих отношений и чувств.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный хоровод. II ступень» имеет **художественную направленность**. По уровню освоения программа является базовой.

Пути формирования художественного творчества своеобразны. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие каждому учащемуся. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: обучающийся учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное и художественно-эстетическое удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Танец имеет огромное значение и как средство воспитания национального самосознания.

Совершенствование способности учащихся целесообразно и выразительно двигаться, свободно владеть пластикой тела – важнейшее условие для включения их в мир сложнейшей техники танца.

Сегодня возможности нашего города как культурной столицы способствуют более глубокому восприятию и совершенствованию учащимися знаний о хореографическом искусстве. Поэтому в обучение по данной программе включены тематические выезды и экскурсии на базы культурологических учреждений: Мариинский театр, Михайловский театр, Александринский театр, БКЗ «Октябрьский», ГДТЮ - КЗ «Карнавал», КДЦ «Московский», КЗ Отеля «Санкт-Петербург».

Все выше перечисленные аспекты делают эту образовательную программу **актуальной**.

Данная общеобразовательная общеразвивающая программа направлена на формирование социальной компетентности личности, как наиболее важной и необходимой для формирования детского творческого коллектива через многоплановость хореографической деятельности педагога, владеющего классическим, народно-характерным, балльным танцем, модерном и другими современными направлениями.

Обучаясь по программе «Танцевальный хоровод I ступень», ребенок посредством движений, мимики и жестов выявляет свое понимание окружающего мира, свое отношение к нему. Это помогает раскрыть его внутренний мир, особенности восприятия и представления, его интересы и способности. В своем художественном творчестве каждый ребенок открывает новое для себя, а для окружающих – новое о себе. Прививать с самых ранних лет хороший вкус, закладывая те добрые основы, которые помогут ребенку вырасти человеком с тонким чувством изящного, человеком, чья душа открыта навстречу всем проявлениям творческого таланта, в этом и заключается **педагогическая целесообразность** данной образовательной программы.

При реализации данной программы значение отводится вовлечению родителей (законных представителей) учащихся в образовательный процесс на основе сотрудничества ЦВР с семьей. Деятельность по взаимодействию с семьей осуществляется через разнообразные формы как на уровне индивидуального сотрудничества (беседы, консультации, анкетирование), так и на уровне творческого объединения (общие и групповые родительские собрания, система родительских комитетов, открытые занятия, показы и концерты для родителей, участие родителей в мероприятиях ЦВР, конкурсах и фестивалях, выходы на экскурсии и в музеи, информационные группы в соц.сетях и др.)

Обучаясь по данной общеобразовательной программе ребенок имеет возможность принять участие в концертных программах в рамках благотворительности или волонтерства проводимых как ЦВР так и другими социальными партнерами.

Также реализация данной образовательной программы предполагает участие учащихся в проектной деятельности "Вокруг света". Виды проектной деятельности в зависимости от поставленных задач, могут быть учебными, творческими и социальными. Содержанием деятельности проекта является реализация творческого потенциала учащихся и трансляция хореографических произведений в культурное образовательное пространство, культурный обмен, творческое сотрудничество.

Отличительные особенности и специфичность программы заключаются в том, что образовательный процесс рассматривается в контексте «мегатенденций», таких как

- массовый характер хореографического образования и его непрерывность как новое качество;
- значимость хореографии как ориентация на активное освоение ребенком способов познавательной деятельности;
- адаптация образовательного процесса к запросам и потребностям личности обучающегося, обеспечение возможностей его самораскрытия.

Еще одной отличительной особенностью является наличие первой ступени обучения. После окончания ДООП «Танцевальный хоровод. I ступень», учащиеся переходят на ДООП «Танцевальный хоровод. II ступень».

Наличие двух ступеней рассматривается с позиции физиологических особенностей учеников и специфики обучения классическому и народно-сценическому танцу.

Содержание программы строится по концентрическому принципу обучения, который заключается в совершенствовании знаний, умений и навыков учащихся и четко прослеживается в разделах общеобразовательной программы по всем годам обучения.

Образовательный маршрут выстроен по двум ступеням, включающий в себя I ступень - «Основы классического танца» (I-III год обучения) и II ступень - «Основы народно-сценического танца» (I-III год обучения), в которые входят по пять основных разделов:

I. «Вводное занятие»

- II. «Экзерсис у станка»
- III. «Экзерсис на середине зала»
- IV. «Танцевальные элементы»
- V. «Постановочная работа».

Развитие личности учащихся осуществляется через создание атмосферы сотворчества и устранение психологического дискомфорта на занятиях, впоследствии влияющих на развитие и реализацию индивидуального потенциала каждого учащегося.

Новизна данной образовательной программы заключается в:

- содержании обучения, построенном на авторской концепции;
- использовании инновационных и здоровьесберегающих технологий обучения;
- сочетании обучающей и коррекционно-профилактической деятельности.

Основа концепции

В основу **концепции** образовательной программы заложено объединение двух идей: систематическое развитие танцевальных способностей детей и импровизационно-творческая деятельность.

Систематическое развитие танцевальных способностей детей выражается в создании условий для развития творческого потенциала учащихся средствами хореографии через систему знаний, умений и навыков в результате освоения данной образовательной программы. Процесс образовательной деятельности по программе «Танцевальный хоровод» происходит через включение в него **поддерживающего обучения**, инновационной моделью которого является психологический аспект взаимодействия педагога и обучающихся, их позиции в ходе обучения. С этой целью на занятиях активно используется метод демонстрации полученных знаний, умений и навыков учащимися на этапе проучивания движений и композиций. В ходе обучения основам хореографии педагогом сознательно создается ситуация успеха, охватывающая каждого участника образовательного процесса, тем самым целенаправленно обеспечивается преемственность социокультурного опыта. Оно направлено на поддержание, воспроизводство существующей культуры, социального опыта и социальной системы в целом.

Второй идеей концепции общеобразовательной программы является **импровизационно-творческая деятельность**. Она включает в себя танцевальную импровизацию, основанную на спонтанности детского творческого самовыражения, позволяющую каждому ребенку получить:

- освобождение от внутренних зажимов тела и чувства;
- развитие и принятие собственного репертуара движения, пластичности и выразительности;
- гармоничное восприятие себя, целостность “Я”;
- источник позитивного состояния и энергии внутри себя.

Танцевальная импровизация позволяет сохранить индивидуальность каждого учащегося.

Групповая импровизация способствует развитию внимания и особой чувствительности учащихся к другим выступающим. Она также формирует определенные эстетическое и стилистическое единства, и предусматривает структуру и технику, помогающую взаимодействию и развитию танца. На занятиях практикуются задания на варьирование и комбинирование движений, выученных связок под определенную музыку, позволяющие учащимся лучше передать в танце различный характер музыки.

Импровизационно-творческая деятельность детей способствует более глубокому закреплению знаний и умений, предусмотренных данной общеобразовательной программы.

Использование инновационных и здоровьесберегающих технологий обучения

Инновационное обучение в программе рассматривается как процесс и результат образовательной деятельности, которое вносит инновационные изменения в образовательную среду посредством введения в занятия электронно-образовательных ресурсов в виде презентаций к разделам:

- I. «Вводное занятие»
- II. «Экзерсис у станка»
- III. «Экзерсис на середине зала»
- IV. «Танцевальные элементы»
- V. «Постановочная работа»

Впервые в процесс обучения хореографии в данную образовательную программу введена **технология «Педагогическая мастерская»** (технология активизации учебного процесса), которая предполагает развитие целостной личности ребенка с его эмоциональной и духовной сферами. Эта технология ориентирована на личностно-деятельностный подход, получение продукта диалоговой деятельности различных планов: интеллектуального, эмоционального, этического, коммуникативного и психологического. Акцентом данной технологии является развитие личности и познавательного интереса обучающихся; получение целостной, смысловой картины мира и осознание ценности своего «Я» в этом мире; формирование компетенций – применение в практической деятельности полученных знаний, умений и навыков по данной образовательной программе.

Приемами и стратегией этой технологии являются:

- *актуализация личностного опыта* (задания на сопоставление движений с геометрией пространства в процессе проучивания экзерсиса и ассоциации движений с предметами и окружающим миром в процессе постановочной работы);

- *обращение к образу* (задания по воспроизведению предметов, событий, явлений с использованием различных музыкально-танцевальных выразительных средств в процессе постановочной и этюдной работы на второй ступени образовательной программы «Основы народно-сценического танца»);

- *обращение к чувственной сфере личности* (через использование аудио-, видеопродукции – фрагменты компьютерной презентации пяти разделов программы; просмотр и анализ учебных концертов и танцевальных номеров; тематические выезды и экскурсии в культурологические учреждения города (концертные залы) с последующим анализом мероприятий);

- *социализация* (предъявление группового продукта)

- концертная деятельность, открытые занятия, участие в городских фестивалях «Первый шаг», «Шаг к успеху», «Премьера», «Светлячок»).

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный хоровод. II ступень» опирается на следующие **инновационные здоровьесберегающие технологии**: «Хореокоррекция», «Технология биоадекватного преподавания» (авторские технологии), которые ориентированы на нормализацию нервно-психической сферы личности участников образовательного процесса.

В этот процесс включена система формирования, сохранения и укрепления здоровья учащихся, которая помогает ребенку осознать свою индивидуальность и неповторимость, раскрыть безграничные возможности организма на пути к гармонии, реализовать свои способности к саморазвитию и самосовершенствованию.

Процесс обучения хореографии сам по себе является **здоровьесберегающей технологией**: на занятиях вырабатывается культура движений, шлифуется фигура, осанка, походка; формируется не только физическая культура, но и психическая, направленная на снижение нервно-эмоциональных нагрузок.

Технология «Хореокоррекция» направлена на устранение дефицита двигательной активности, развитие мелкой моторики, профилактику психологического перенапряжения в процессе обучения.

Данная технология характеризуется:

- созданием доступных стереотипов движения и поведения как своеобразного невербального языка общения (включение в занятия упражнений «присядка», «веревочка», «мячик», «припадание» и др.);

- созданием ситуации успеха, повышение уровня «Я могу» (переход категории «умения» в «навыки» при многократном повторении движений, этюдов, композиций в импровизационно-творческой деятельности);

- активизацией неформального общения между педагогом, концертмейстером, обучающимися и их родителями (общение в контактной группе Интернета, выезды в летние лагеря, тематические выезды и экскурсии);

- развитием у детей потребности в самооценке, чувства уверенности, самоуважения, осознания себя через движение (участие в концертной деятельности, открытое занятие);

- использованием во взаимодействии с учащимися личностного подхода в работе над своей неловкостью, неуверенностью, чувством страха (психолого-педагогическое сопровождение детей – тематические беседы, психологические тренинги, индивидуальные консультации);

- разработкой алгоритма, методов диагностик (пластические тесты, показатели технического уровня исполнения – технический зачет, опросник САН (Самочувствие, Активность, Настроение), диагностики координационных способностей учащихся – двигательные (моторные) тесты, тестов контроля за координационными способностями обучающихся, оценочные листы.

В систему занятий по этой технологии включается танцевально-психологический тренинг (*танцтерапия*), направленный на раскрытие возможностей своего тела, снятие телесного напряжения и повышение уровня танцевального мастерства обучающихся. Включение *танцтерапии* в занятия предусматривает выражение психологических состояний, "свободных ассоциаций" внутреннего опыта через движение всех участников образовательного процесса.

Задачами тренинга являются:

- улучшение психологического состояния за счет осознания языка тела (снятие эмоционального напряжения);

- снятие зажимов и повышение спонтанности движений;

- обретение ощущения гармонии и целостности в процессе танца.

Технология биоадекватного преподавания ориентирована на развитие целостного мышления ребенка, на формирование мыслить образами с первого года обучения. Данная технология обладает тремя базовыми медико-психологическими характеристиками:

- релаксационно-активная (демонстрация движений учащимися, демонстрация фрагментов презентаций, видеофрагментов);

- здоровьесохраняющая (демонстрация фрагментов презентаций: «Элементарные сведения по анатомии», «Предупреждение травм» с объяснением методики грамотного выполнения хореографических элементов);

- коррекционная (введение в каждое занятие коррекционных упражнений).

Педагогическим результатом данной технологии является воспитательная функция, проявляющаяся в личном поиске ученика, которая позволяет воспитывать трудолюбие, инициативность, самоорганизованность, потребность в свободе выбора.

Сочетание обучающей и коррекционно - профилактической деятельности в данной общеобразовательной программе также является **новизной**. Это проявляется в применении комплекса упражнений, специально разработанных для коррекции осанки, остеохондроза позвоночника, ортопедии стопы и лечебной гимнастики по профилактике хронической венозной недостаточности, которые выполняются согласно концентрическому методу освоения основных ступеней программы

Проблема плоскостопия решается путем введения специальных упражнений в обучающий процесс занятий. Профилактика и коррекция плоскостопия, включенная в данную общеобразовательную программу, является одновременно и косвенной профилактикой

остеохондроза позвоночника. Недостаточная работа венозного оттока нижних конечностей приводит с возрастом к тяжелым осложнениям. Поэтому в данную программу включен комплекс упражнений, направленный на поддержание венозной системы ног, осуществляющий своевременную профилактику в раннем возрасте.

Репертуар и его тематическая направленность соответствуют возрастной специфике, поэтому его содержание отражает повседневный быт, игры, отношения в коллективе. Формы воспитательной работы в этом возрасте – *коллективные формы общения, т. е.* совместные обсуждения увиденного, выезды на природу, просмотр и обсуждение концертов и спектаклей.

Адресат программы

Данная программа рассчитана на возраст учащихся с 11/12-14/15 лет. На эту программу переходят учащиеся, освоившие 1 ступень, т.е. программу «Танцевальный хоровод. I ступень».

Базовые знания по классическому танцу, его терминологии необходимы для лучшего освоения основ народно-характерного танца.

Физическая и практическая подготовка, танцевальные навыки и умения учащегося важны для дальнейшего обучения хореографии по данной образовательной программе.

Объем и срок реализации программы

Программа рассчитана на детей с 11/12-14/15 Срок обучения – 3 года. Общий объем объемом 432 часа.

Количество часов 1 год обучения – 144 часа.

Количество часов 2 год обучения – 144 часа.

Количество часов 3 год обучения – 144 часа.

Цель – развитие здоровьесберегающей образовательной среды, направленной на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса, позволяющей раскрыть и развить природные задатки, творческий потенциал учащихся в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи

Обучающие:

- сформировать систему знаний, умений, навыков по основам хореографии;
- сформировать музыкально-ритмические навыки;
- познакомить учащихся с многообразием танцевальных движений;
- обучить основам народно-сценического танца;
- обучить варьировать и комбинировать импровизационные движения в танце;
- обучить групповой импровизации;
- обучить воспроизведению движений танца во время постановочной и этюдной работы;
- сформировать навыки анализа мероприятий при посещении культурологических учреждений города (концертные залы);
- совершенствовать выразительность исполнения движений танца.

Развивающие:

- развить артистические, эмоциональные качества у учащихся;
- развить координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость;
- укрепить костно-мышечный аппарат учеников;
- развить физиологическое дыхание;
- нормализовать нервно-психическую сферу личности учащихся;
- развить внимательность и наблюдательность, творческое воображение и фантазию через этюды и упражнения;
- развить умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- сформировать художественно-образное восприятие и мышление.

Воспитательные:

- помочь реализовать творческий потенциал и самовыражение учащихся через участие в районных мероприятиях, концертной деятельности, открытых занятиях;
- воспитать чувство товарищества и личной ответственности при исполнении концертных номеров;
- повысить культуру общения в коллективе через воспитание уважения к творческим достижениям других учащихся;
- создать условия профилактики психологического перенапряжения в образовательном процессе;
- создать условия для реализации ситуации успеха каждого учащегося с целью повышения уровня «Я могу»;
- укрепить психическое и физическое здоровье учащихся, приобщая их к здоровому образу жизни и гармонии тела через включение в образовательный процесс специальных комплексов и упражнений;
- повысить культуру неформального общения между участниками образовательного процесса через воспитание инициативности и самоорганизованности каждого учащегося;
- воспитать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость каждого учащегося через формирование интереса и приобщения к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;
- сформировать гражданскую позицию и патриотизм каждого участника образовательного процесса через подбор танцевального и музыкального репертуара.

Условия реализации программы

Условия набора в коллектив и формирование групп

Образовательная программа предусматривает набор детей в учебные группы без медицинских противопоказаний. Прием учащихся осуществляется на добровольной основе после усвоения программы I ступени «Танцевальный хоровод». Перевод в группу второго и последующих годов обучения производится по результатам успешного освоения годичного учебного курса. Добор в группу производится по результатам дополнительного просмотра.

Количество детей в группе

С учетом вида деятельности и особенностей реализации программы наполняемость групп должна быть 10- 12 человек.

Особенности организации образовательного процесса

Образовательный маршрут включает в себя пять основных разделов:

- I. «Вводное занятие»;
- II. «Экзерсис у станка»;
- III. «Экзерсис на середине зала»;
- IV. «Танцевальные элементы»;
- V. «Постановочная работа».

Развитие личности участника образовательного процесса осуществляется через создание атмосферы сотворчества и устранение психологического дискомфорта на занятиях, в последствии влияющих на развитие и реализацию индивидуального потенциала каждого учащегося. Обучение по программе предполагает участие в различных мероприятиях, отчетных концертах.

Формы проведения занятий

Программой предусмотрены занятия **в форме:**

- занятие с групповой формой работы;
- занятие-тренинг;
- занятие - «круговая тренировка»;
- занятие-взаимообучение учащимися;
- занятие с элементами «погружения»;

- занятие-обобщение;
- занятие-диалог;
- занятие-творчество;
- занятие-фантазия;
- импровизационно-творческий этюд;
- технический зачет;
- тестирование;
- занятие-концерт;
- концерт
- компьютерное занятие с использованием ЭОР;

Формы организации деятельности учащихся на занятии

В программу включены групповые занятия с элементами индивидуальной работы (педагогом уделяется индивидуальное внимание солисту или группе отдельных детей). При проведении группового занятия в форме *занятие–тренинг* педагогом используются электронно-образовательные ресурсы по пяти основным разделам программы.

- фронтальная (работа педагога со всеми учащимися одновременно: показ, объяснение, беседа);
- коллективная (организация творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно: групповой показ, репетиция, постановочная работа, концерт);
- групповая (совместные действия, общение, взаимопомощь: работа в малых группах, группах сменного состава, в парах)
- индивидуальная (для коррекции пробелов в знаниях, отработки отдельных навыков, работа с солистами).

Материально-техническое оснащение

- хореографический кабинет с зеркалами и станками;
- магнитофон;
- мультимедийный комплекс для демонстрации ЭОР;
- диски, флешки с записью музыкального сопровождения фонограмм;
- флешка с презентациями;
- костюмы.

Кадровое обеспечение общеобразовательной программы

В реализации общеобразовательной программы участвуют следующие специалисты:

- педагог-хореограф;
- концертмейстер.

Педагог создает условия, способствующие раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ученика .

Концертмейстер, находясь в постоянном сотворчестве с педагогом, осуществляет подбор музыкального материала для каждого занятия и обеспечивает успешную реализацию данной общеобразовательной программы.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

В результате освоения программы учащиеся *будут проявлять:*

- интерес к хореографическому искусству и его разнообразию;
- исполнительское мастерство в концертной деятельности;
- свой творческий потенциал в массовых мероприятиях;
- художественный вкус и эмоциональную отзывчивость;
- культуру общения, чувства товарищества и личной ответственности;
- уважение к творческим достижениям других учащихся;
- инициативность и самоорганизованность;
- гражданскую позицию и чувство патриотизма.

Метапредметные результаты:

- разовьются внимательность, наблюдательность, творческое воображение, фантазию, художественно-образное восприятие и мышление при исполнении этюдов и упражнений;
- будут психологически настраивать себя при подготовке к концертной деятельности;
- овладеют координацией, гибкостью, пластикой, выносливостью при исполнении танцев;
- будут поддерживать психическое и физическое здоровье, приобщаясь к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Предметные результаты:

В результате освоения программы учащиеся **будут знать:**

- основы хореографии (элементы и упражнения народно-сценического танца);
- многообразие танцевальных движений;
- правила выполнения заданных движений, комбинаций и этюдов из них согласно основным разделам программы;
- музыкальный материал, на основе которого исполняются элементы и упражнения экзерсиса;
- образцы народной танцевальной культуры;
- правила творческой групповой и индивидуальной импровизаций;
- элементарное анатомическое строение человеческого тела;
- приемы профилактики травматизма;
- коррекционные упражнения на исправление осанки, стопы, профилактику ХВН.

В результате освоения программы учащиеся **будут уметь:**

- владеть навыками техники народно-характерного танца;
- владеть музыкально-ритмическими навыками;
- отличать музыкальные произведения различных национальностей, изученных по программе;
- анализировать танцевальные произведения при посещении культурологических учреждений города (концертных залов);
- слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- варьировать и комбинировать импровизационные движения в танце;
- участвовать в групповой импровизации;
- воспроизводить движения танца во время постановочной и этюдной работы;
- точно, выразительно, эмоционально и координировано воспроизводить названные или показанные элементы танца педагогом;