

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества»

ПРИНЯТО
Координационно-методическим советом
МБОУДО «ДДТ»
Протокол от 15.04.2022 №8

УТВЕРЖДЕНО
Приказом МБОУДО «ДДТ»
15.04.2022 №103
Директор МБОУДО «ДДТ»
Д.В. Попова



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
по хореографии
«Экзерсис»

Возраст обучающихся: 7 – 15 лет

Срок реализации программы: 3 года

Автор - составитель:

Агапова Екатерина Андреевна

педагог дополнительного образования

г. Сосновый Бор

2022

АННОТАЦИЯ
к дополнительной общеразвивающей программе «Экзерсис»

Направленность:	художественная
Направление:	хореография
Вид:	модифицированная
Уровень освоения:	общекультурный, базовый
Целевое назначение программы:	Формирование творческой личности ребенка средствами хореографического искусства
Задачи программы:	<p>Обучающие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – обучить основным хореографическим элементам – осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений; – приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев); – знакомить с элементами различных национальных хореографических культур. <p>Развивающие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – способствовать укреплению опорно – мышечного аппарата, формированию правильной осанки; – развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию; – развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память; – развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию, художественный вкус <p>Воспитательные задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели; – формировать интерес к хореографическому искусству; – способствовать воспитанию патриотических чувств
Возраст:	7-15 лет
Срок реализации:	3 года
Объем программы:	1 год - 216 часов (по 2 часа 3 раза в неделю) 2 год - 216 часов (по 2 часа 2 раза в неделю) 3 год – 216 часов (по 2 часа 3 раза в неделю)
Ожидаемый результат:	овладение основами хореографического искусства
Особенности реализации программы:	наличие материально-технической базы

Содержание

1. Пояснительная записка	4
2. Учебно – тематические планы (1,2,3 года обучения)	8
3. Программное содержание и учебно-методическое обеспечение программы 1 года обучения	9
4. Программное содержание и учебно-методическое обеспечение программы 2 года обучения	12
5. Программное содержание и учебно-методическое обеспечение программы 3 года обучения	18
6. Учебно-методическое обеспечение программы 1, 2, 3 года обучения	18
7. Учебно - материальная база	19
8. Список литературы для педагога	20
9. Список литературы для учащихся	20
10. Приложение	21

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа **художественной направленности «Экзерсис»** (далее Программа) откорректирована в соответствии с требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ, национального проекта «Образование» (утв. Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. №16) «Успех каждого ребенка», «Цифровая образовательная среда», «Молодые профессионалы», «Социальная активность»), Концепции развития дополнительного образования, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. №1726-р, и плана мероприятий ее реализации на 2015-2020 гг., Приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, укреплению психического и физического здоровья.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Цель программы: формирование творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

Задачи программы:

Обучающие задачи:

- обучить основным хореографическим элементам
- осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проченных движений;
- приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев);
- знакомить с элементами различных национальных хореографических культур.

Развивающие задачи:

- способствовать укреплению опорно – мышечного аппарата, формированию правильной осанки;
- развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;
- развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
- развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию, художественный вкус

Воспитательные задачи:

- воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;
- формировать интерес к хореографическому искусству;

- способствовать воспитанию патриотических чувств

Возраст учащихся: 7-15 лет

В объединение принимаются физически здоровые дети в возрасте от 7-8 лет (для занятий необходимо медицинское заключение о допуске к занятиям).

- Младшая группа - 7-9 лет. Количество обучающихся 12 человек. Занятия проходят 2-3 раза в неделю. Продолжительность одного занятия 2 часа.
- Средняя группа - 10-12 лет. Количество обучающихся 12 человек. Занятия проходят 2-3 раза в неделю. Продолжительность одного занятия 2 часа.
- Старшая группа - 13-15 лет. Количество обучающихся 12 человек. Занятия проходят 2-3 раза в неделю. Продолжительность одного занятия 2 часа

Срок реализации программы: 3 года.

Объем программы и режим занятий:

- 1 год - 216 часов (по 2 часа 3 раза в неделю)
- 2 год - 148 часов (по 2 часа 2 раза в неделю)
- 3 год – 216 часов (по 2 часа 3 раза в неделю)

Форма обучения: очная, язык -русский.

Формы организации занятий: групповые, индивидуально-групповые.

Форма проведения занятий: учебное занятие, праздники, выступления, репетиции и т.д.

Методы обучения:

- объяснительно - иллюстративные;
- репродуктивные;
- частично – поисковые.

При реализации общеразвивающей программы «Экзерсис» применяются следующие современные образовательные технологии:

- здоровье сберегающая технология;
- групповая технология;
- игровая технология;
- алгоритмического обучения;
- технология формирующего оценивания результата.

Планируемые результаты и формы их оценки:

Планируемые результаты 1 года обучения:

Предметные:

- овладеют элементарными умениями и навыками в хореографии, двигаться естественно, держать осанку, владеть мимикой и артистизмом, уметь выполнять музыкально-пространственные упражнения (движение по кругу, в линии, в диагонали, перестроения, танцевальные шаги с перестроением), выделять сильную долю в музыке;
- будут знать последовательность выполнения упражнений. назначение упражнений их особенности;
- будут уметь различать характер музыки; правильно исполнить танцевальные комбинации и элементы,

Метапредметные:

- научатся соблюдать правила и требования, предъявляемые к обучающимся в д/о. выполнять правила ТБ,
- научатся оценивать свою деятельность и деятельность своих товарищей.

Личностные:

- имеют навык коллективной работы, адекватно относиться к замечаниям и поощрениям

Планируемые результаты 2 года обучения:

Предметные:

- овладеют элементарными умениями и навыками в хореографии (правилам хорошей осанки, положениями рук, ног, положениями корпуса);

- будут знать перевод и название движений классического танца, технику исполнения прыжков, расклад движений на элементы и последовательность их выполнения ;
- овладеют техникой исполнения движений классического танца, народного танца, акробатики;
- будут уметь свободно двигаться в пространстве в различных направлениях, перестраиваться;
- овладеют исполнительскими навыками концертных номеров (передать характер и настроение танца);
- будут уметь различать характер музыки; правильно исполнить танцевальные комбинации и элементы.

Метапредметные:

- научатся соблюдать правила и требования, предъявляемые к обучающимся в д/о. выполнять правила ТБ,
- научатся оценивать свою деятельность и деятельность своих товарищей.

Личностные:

- имеют навык коллективной работы, адекватно относиться к замечаниям и поощрениям

Планируемые результаты 3 года обучения:

Предметные:

- будут уметь свободно двигаться в пространстве в различных направлениях, перестраиваться;
- овладеют исполнительскими навыками концертных номеров (передать характер и настроение танца);
- будут уметь различать характер музыки; правильно исполнить танцевальные комбинации и элементы,
- овладеют партерным экзерсисом, терминологией классического танца;
- овладеют исполнительскими навыками в классическом, народном и других танцах;
- Будут уметь использовать исполнительские навыки, свободно исполнять репертуар и импровизировать;

Метапредметные:

- научатся соблюдать правила и требования, предъявляемые к обучающимся в д/о. выполнять правила ТБ,
- научатся оценивать свою деятельность и деятельность своих товарищей.

Личностные:

- имеют навык коллективной работы, адекватно относиться к замечаниям и поощрениям

Критериями оценки освоения программы являются требования, предъявляемые к выпускникам:

- владеть внешней и внутренней собранностью;
- знать терминологию и последовательность классического экзерсиса;
- знать правила исполнения прыжков;
- владеть комплексом партерного экзерсиса;
- уметь оценивать свою работу и работу товарищей;
- определять характер музыки;
- взаимодействовать в паре;
- мобилизовать силы (физические и духовные) перед выступлением.

С целью определения эффективности реализации программы и уровня усвоения учебного материала ведется диагностическая карта (Приложение).

Основные виды учёта знаний, умений, навыков учащихся в процессе обучения:

Входной контроль (предварительный)- выявляет исходный уровень знаний, умений и навыков учащихся.

Текущий контроль – определяет степень усвоения детьми учебного материала, практических умений и качество выполнения всех этапов в работе.

Итоговый контроль – проводится с целью определения степени достижения результатов в обучении. Итоговый контроль проводится в форме открытого занятия, на котором родители смогут оценить успехи и достижения своих детей (по завершении каждого года обучения).

Формой предъявления и оценки результатов на первом году обучения являются: открытое занятие, показательные выступления на праздниках в доме детского творчества; на втором и третьем году обучения – участие в городских, областных, и международных конкурсах и фестивалях детского творчества.

Формы промежуточной аттестации (текущий контроль, итоговый контроль)– это оценка качества усвоения обучающимися содержания общеразвивающей программы по итогам учебного периода (блоков, года обучения)

- открытое занятие
- выступления
- участие в конкурсах и фестивалях

Формы итоговой аттестации (это оценка качества усвоения обучающимися уровня достижений, заявленных в программе по завершении всего курса)

- участие в конкурсах и фестивалях.
- отчетный концерт

Результатом образовательного процесса является уровень знаний, умений и навыков, которого достигли учащиеся. В процессе обучения в течение всего курса проводится систематическая диагностика знаний, умений и навыков.

Показатели результативности:

1. Освоение элементов хореографического мастерства

- партерный экзерсис;
- экзерсис у станка классический;
- экзерсис на середине зала;
- прыжки;
- упражнения по диагонали;
- танцевальные элементы;
- творческая работа над образом

Критерии оценивания:

- **1б.** – слабо справляется с заданием, невнимателен;
- **2б.**– выполняет задания с небольшими ошибками;
- **3б.** – отлично справляется с заданием, активен

2. Творческая активность;

3. Результативность

Критерии оценивания:

- **1б.** – не регулярно посещает занятия, показывает слабые результаты
- **2б.** – старается быть активным, но не всегда удается показать высокие результаты
- **3б.** – проявляет высокую творческую активность, высокая результативность

9-10 баллов – низкий уровень освоения программы;

11-20 баллов – средний уровень освоения программы;

21-27 баллов – высокий уровень освоения программы.

2. Учебно – тематические планы

№ п/п	Разделы программы	Кол-во часов 1 год обучения			Кол-во часов 2 год обучения			Кол-во часов 3 год обучения		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Вводное занятие	2	-	2	2	-	2	2	-	2
2	Комплексное освоение элементов хореографического мастерства: партерный экзерсис, экзерсис у станка, середина, прыжки, диагональ, танцевальные элементы)	30	120	150	30	120	100	26	114	140
3	Постановочная работа	6	24	30	6	24	20	6	30	36
4	Отработка концертных номеров	-	20	20	-	16	12	-	16	16
5	Концерты и выступления, участие в конкурсных мероприятиях	-	12	12	-	16	12	-	20	20
6	Итоговое занятие	-	2	2	-	2	2	-	2	2
	Итого	38	176	216	38	178	148	34	182	216

3. Программное содержание и учебно – методическое обеспечение программы 1 года обучения

№ п/п	Разделы и темы	Содержание	Формы занятий	Методы и технологии	Дидактический материал, ТСО	Формы подведения итогов
1	2	3	4	5	6	7
1	Вводное занятие	Знакомство с д/о, программой обучения, инструктаж по ТБ. Расписание занятий.	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный технологии: здоровье сберегающая технология,	общеразвивающая программа «Экзерсис», инструкции по ТБ И ПБ	Опрос
2	Комплексное освоение элементов хореографического мастерства - партерный экзерсис - прыжки - упражнения по диагонали и на середине зала	<ul style="list-style-type: none"> • Освоение партерного экзерсиса (приложение 1): повысить гибкость суставов, улучшить пластичность мышц связок, нарастить силу мышц. • Воспитывать чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению. • Развить выворотность ног, танцевальный шаг, правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений. 	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, алгоритмического обучения, технология формирующего оценивания результата	Специальная литература, подборка музыкального материала	Комплекс упражнений, анализ, оценка

1	2	3	4	5	6	7
3	Постановочная работа	постановка танца, отработка движений, техника исполнения.	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, алгоритмического обучения, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Анализ, оценка
4	Отработка концертных номеров	Отработка концертных номеров	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный частично-поисковый технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, алгоритмического обучения, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Анализ, оценка

1	2	3	4	5	6	7
5	Концерты и выступления, участие в конкурсных мероприятиях	Концерты и выступления.	выступления	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Анализ, оценка
6	Итоговое занятие	Подведение итогов, задачи на следующий учебный год.	открытое занятие	методы: репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, игровые технологии, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	открытое занятие концерт

4. Программное содержание и учебно – методическое обеспечение программы 2 года обучения

	Разделы и темы	Содержание	Формы занятий	Методы и технологии	Дидактический материал, ТСО	Формы подведения итогов
1	2	3	4	5	6	7
1	Вводное занятие	Знакомство с д/о, программой обучения, инструктаж по ТБ. Расписание занятий.	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный технологии: здоровье сберегающая технология	общеразвивающая программа «Экзерсис», инструкции по ТБ И ПБ	опрос
2	Комплексное освоение элементов хореографического мастерства: - партерный экзерсис - экзерсис у станка - экзерсис на середине - прыжки - упражнения по диагонали -танцевальные элементы	Закрепление материала первого года обучения. Повторение и совершенствование навыков исполняемых упражнений. Задачи второго года обучения: • Сформировать танцевальные знания и умения. • Освоить более свободное владение корпусом, движениями головы и особенно рук, пластичность и выразительность • Развить гибкость.	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, алгоритмического обучения, технология формирующего оценивания результата	Специальная литература, подборка музыкального материала	Комплекс упражнений, анализ, оценка
1	2	3	4	5	6	7

3	Постановочная работа	Разучивание и отработка репертуара. Постановка танца, отработка движений, техники исполнения.	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, алгоритмического обучения, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Анализ, оценка
4	Отработка концертных номеров	Отработка концертных номеров.	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный частично-поисковый технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, алгоритмического обучения, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Анализ, оценка

1	2	3	4	5	6	7
5	Концерты и выступления, участие в конкурсных мероприятиях	Концерты и выступления.	выступления	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Анализ, оценка
6	Итоговое занятие	Подведение итогов года. Перспективы на следующий год.	открытое занятие	репродуктивный методы: репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, игровые технологии, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Открытый урок, концерт

5. Программное содержание и учебно – методическое обеспечение программы 3 года обучения

	Разделы и темы	Содержание	Формы занятий	Методы и технологии	Дидактический материал, ТСО	Формы подведения итогов
1	2	3	4	5	6	7
1	Вводное занятие	Знакомство с д/о, программой обучения, инструктаж по ТБ. Расписание занятий.	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный технологии: здоровье сберегающая технология,	общеразвивающая программа «Экзерсис», инструкции по ТБ И ПБ	опрос
2	Комплексное освоение элементов хореографического мастерства: - партерный экзерсис - экзерсис у станка - экзерсис на середине - прыжки - упражнения по диагонали - танцевальные элементы	Закрепление материала второго года обучения. Повторение и совершенствование навыков исполняемых упражнений. Задача третьего года обучения: • Научить детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений. • Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы. • Воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца.	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, алгоритмического обучения, технология формирующего оценивания результата	Специальная литература, подборка музыкального материала	Комплекс упражнений, анализ, оценка
1	2	3	4	5	6	7

3	Постановочная работа	Постановка и отработка концертных номеров	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, алгоритмического обучения, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Анализ, оценка
4	Отработка концертных номеров	Отработка концертных номеров.	учебное занятие	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный частично-поисковый технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, алгоритмического обучения, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Анализ, оценка

1	2	3	4	5	6	7
5	Концерты и выступления, участие в конкурсных мероприятиях	Концерты и выступления.	выступления	методы: объяснительно-иллюстративный репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Анализ, оценка
6	Итоговое занятие	Подведение итогов года. Награждения и поощрения учащихся.	открытое занятие	методы: репродуктивный технологии: здоровье сберегающая технология, групповая технология, игровые технологии, технология формирующего оценивания результата	Подборка музыкального материала	Отчетный концерт.

6. Учебно- методическое обеспечение программы 1, 2, 3 года обучения

№ п/п	Разделы программы	Методическая литература	Методические разработки	Методические папки и пособия
1	Вводное занятие		ДОП «Экзерсис»	Инструкции по ТБ и ПБ
2	Комплексное освоение элементов хореографического мастерства: партерный экзерсис, экзерсис у станка, середина, прыжки, диагональ, танцевальные элементы)	- Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006 - Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004 - Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005 - Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999 - Руднева С. Фиш Э. Ритмика Музыкальное движение. – М., 1972 - Танцы – начальный курс. – М., 2001		
3	Постановочная работа			Подборки фонограмм
4	Отработка концертных номеров			Подборки фонограмм
5	Концерты и выступления, участие в конкурсных мероприятиях			Подборки фонограмм Положения конкурсов
6	Итоговое занятие		Конспект открытого занятия	

7. Учебно - материальная база

Для успешной реализации программы обеспечены условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;
- танцевальный станок;
- зеркальная стена;
- репетиционная форма;
- танцевальная обувь;
- музыкальный центр;
- коврики;

По мере необходимости планируется усовершенствование материально-технического оснащения:

- пошив новых комплектов костюмов (в соответствии с тематикой постановки);
- аудио материалы с фонограммами;
- DVD материалы с записями выступлений творческого объединения;
- DVD и видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов.

8. Список литературы для педагога

1. Жуковицкая Н.Н. Технология проектирования как способ интеграции программ общего и дополнительного образования в условиях внеурочной деятельности: метод. пособие/ Н.Н. Жуковицкая. - СПб.: ЛОИРО, 2013. - 118 с.
2. Малыхина Л.Б. «Методика анализа учебных занятий в системе дополнительного образования детей // Дополнительное образование и воспитание: Научно-методический журнал.- М.: «Витязь- М»,2010.-№11
- 3.Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
- 4.Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
- 5.Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2003
- 6.Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2005
- 7.Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
- 8.Руднева С. Фиш Э. Ритмика Музыкальное движение. – М., 1972
- 9.Танцы – начальный курс. – М., 2001
- 10.Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
- 11.Шпилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004

Использованные материалы INTERNET

1. Поисковые системы:

- <http://nsportal.ru>
- <http://plie.ru>
- <http://ped-kopilka.ru/vospitateljam/zanjatija-s-detmi/konspekt-zanjatija-po-horeografi-v-starshei-grupe.html>

2. Специализированные сайты по теме:

- <http://www.horeograf.com>
- <http://video-dance.ru>
- <http://dancehelp.ru>
- <http://secret-terpsihor.com.ua>

9. Список литературы для учащихся

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону 2007
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003
3. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
4. Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2003

