

Управление образования администрации МР «Сосногорск»

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества» г. Сосногорска

РЕКОМЕНДОВАНА
Методическим советом
Протокол № 1
от « 28 » августа 2020 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 176
от « 01 » сентября 2020 г.
Директор Е.Ю. Борисова

ПРИНЯТА
педагогическим советом
Протокол № 1
от « 31 » августа 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ВДОХНОВЕНИЕ»
(Студия современного танца)**

Направленность:
художественная
Возраст обучающихся: **5-18 лет**
Срок реализации: **6 лет**

Составитель:
Ананьина Ольга Владимировна,
педагог дополнительного
образования

г. Сосногорск
2020 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, ориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вдохновение» имеет художественную направленность. Программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. N 273-ФЗ.
- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утверждён приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 г. № 196).
- «Концепцией развития дополнительного образования детей».
- «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09-3242).
- СанПин 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей", утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года N 41.
- Уставом МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.
- Положением о разработке, структуре и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.

Актуальность. В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает своё особое значимое место. Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства. Танец – искусство многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

Каждая эпоха требует активной целенаправленной работы с подрастающим поколением, требует новые формы и методы воспитания и обучения, такие которые отвечают настоящему времени. Воспитание личности, способной действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения, обладающих самостоятельностью при выборе видов деятельности и умеющих выразить свой замысел в творческой деятельности.

Педагогическая целесообразность. Данная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству; сохранение и охрана здоровья детей.

Цель программы: формирование профессионально-прикладных знаний и навыков исполнительской деятельности в области хореографического творчества.

Задачи:

обучающие:

- удовлетворение познавательных интересов учащихся, приобщение их к лучшим образцам танцевального и музыкального наследия, расширение кругозора в области художественной культуры;
- приобретение учащимися необходимых в танцевальном искусстве знаний, умений и навыков;
- приобретение учащимися умений выражения собственных ощущений, используя язык хореографии;
- приобретение учащимися умения понимать «язык» движений.

воспитательные:

- формирование интереса к занятиям хореографией;
- воспитание ответственности, дисциплины и самостоятельности;
- воспитание настойчивости, инициативности, решительности, самообладания;
- формирование культуры общения и взаимодействия в учебной и внеучебной деятельности;
- формирование эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- формирование потребности в ведении здорового образа жизни;
- воспитание нравственных и эстетических чувств: любви к ближнему, к своему народу, к Родине, уважение к истории, традициям, культуре разных стран мира.

развивающие:

- развитие физических данных;
- развитие координации, выносливости, пластичности, точности и согласованности движений, двигательной памяти, внимания;
- развитие музыкальности, эмоционального отношения к музыкальному материалу – умения согласовывать движения в соответствии с музыкальным ритмом, темпом, образом;
- развитие аналитического, пространственного, образного мышления;
- развитие эстетической и общей культуры;
- формирование потребности к познанию и творчеству, самопознанию и саморазвитию;
- развитие коммуникативных способностей.

Отличительные особенности программы. Данная программа рассчитана на практическое освоение учащимися основ хореографии, поэтому основная форма занятий – практическая. Но так как практическая деятельность не может проходить без освоения теоретических основ, значительное время в учебном плане отведено этой форме деятельности. Теоретическая подготовка включает освоение учащимися специальной терминологии, техники выполнения того или иного элемента или упражнения, а так же беседы о хореографическом и музыкальном искусстве. Сюда же входит использование вербальных методов в процессе обучения и воспитания детей.

Преобладающее количество занятий проводится в групповой форме. Учащиеся изучают и отрабатывают программные элементы и упражнения, вырабатывают грамотность, синхронность, музыкальность исполнения, учатся оценивать свои

достижения и достижения сверстников. У учащихся развиваются организационные умения, связанные с самостоятельным выполнением задания, установлением последовательности упражнений при выполнении экзерсиса, умение сотрудничать в коллективе сверстников.

Принципы обучения

Принцип доступности и индивидуализации, предусматривающий учет возрастных особенностей и возможностей обучающегося, и определение посильных для него заданий.

Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед обучающимся и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объёма и интенсивности нагрузок.

Принцип систематичности – непрерывность и регулярность занятий.

Принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение обучающегося к своим действиям.

Принцип повторяемости материала, заключается в многократном повторении вырабатываемых двигательных навыков.

Принцип гуманности выражается в безусловной вере в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения.

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и детей, на создании эмоционально-комфортного климата в детском коллективе.

Принцип наглядности. На начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, поэтому очень важен высококачественный практический показ движений педагогом в сочетании с образным словом.

Характеристика программы:

По типу: дополнительная общеразвивающая

По направленности: художественная.

По виду: модифицированная.

По цели обучения: программа, развивающая творческие и физические способности

Организационно-педагогические основы обучения

Программа рассчитана на 6 лет обучения.

Возраст обучающихся 5-18 лет.

Списочный состав объединения составляет: оптимальную наполняемость объединения 10 человек, допустимую – 15 человек, а также в соответствии с СанПиН2.4.4.3172-14

Прием и отчисление обучающихся в объединение производится в соответствии с Уставом учреждения.

Набор обучающихся осуществляется в начале учебного года. Зачисление обучающихся в объединение производится на основании заявления родителей или законных представителей и медицинского заключения. С согласия родителей обучающийся с 14 лет может самостоятельно написать заявление на имя директора.

Структура учебного процесса по годам обучения

Год обучения	Периодичность в неделю	Часов в неделю	Недель в году	Всего часов в год
1	3	3	36	108
2	2	4	36	144
3	3	6	36	216
4	3	6	36	216
5	3	6	36	216
6	3	6	36	216

Режим занятий

Год обучения	Периодичность в неделю	Продолжительность занятий (час)	Количество часов в неделю
1	3	1	3
2	2	2	4
3	3	2	6
4	3	2	6
5	3	2	6
6	3	2	6

Педагогические технологии, применяемые в программе:

- Личностно – ориентированные технологии.
- Культурно - воспитывающие технологии.
- Здоровьесберегающие технологии (сохранение и укрепление здоровья обучающихся).
- Коллективно-творческая деятельность (КТД).

Требования к знаниям и умениям

По мере освоения данной программы у обучающихся должны выработаться следующие навыки:

- Правильная осанка и походка.
- Правильное дыхание при выполнении различных движений.
- Ориентация в закрытом пространстве. Умение перестраиваться в различные построения и рисунки.
- Развитие физических данных: гибкость, устойчивость, силу ног, выворотность и подвижность в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах; выработку шага, эластичность мышц ног, рук и корпуса.
- Развитие координации у обучающихся.
- Развитие пластичности тела.
- Умение слушать музыку, чувствовать ритм и максимально точно его повторить

Ожидаемые результаты

Качества личности обучающихся, развитые в процессе освоения программы

В процессе овладения искусством танца и музыки формируются организационные умения, связанные с самостоятельным выполнением заданий, самосовершенствованием. Развиваются умения сотрудничать в коллективе сверстников и разновозрастных группах, а также такие качества как:

- настойчивость, инициативность, решительность, самообладание;
- коммуникативность;
- активная жизненная позиция;
- художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;
- нравственные и эстетические чувства: любви к ближнему, к своему народу, к Родине, уважение к истории, традициям, культуре разных стран мира.

Система отслеживания и оценивания результатов

Знания, умения и навыки обучающихся отслеживаются в процессе мониторинга результатов реализации программы. Мониторинг включает ежегодную входящую диагностику в начале каждого учебного года, промежуточную диагностику знаний и умений в декабре, а также итоговые и открытые занятия по окончании учебного года в мае. Ежегодно в апреле-мае проходит отчетный концерт объединения, учреждения.

В систему отслеживания результатов также входит участие коллектива в конкурсах-фестивалях хореографического искусства разных уровней (муниципальных, региональных, Российских, международных).

Личностные результаты

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- сформированность мотивации к обучению и познанию, основ гражданской идентичности;
- ценностное отношение к своей Родине, культуре танца.

Метапредметные результаты

познавательные

обучающиеся научатся:

- усваивать сложную информацию абстрактного характера и использовать её для решения разнообразных учебных и поисково-творческих задач;
- находить необходимую информацию в различных источниках; анализировать предлагаемую информацию;
- сравнивать, характеризовать и оценивать возможности её использования в собственной деятельности;
- использовать знаково-символические средства для решения задач в умственной или материализованной форме;
- выполнять символические действия моделирования и преобразования модели.

регулятивные

обучающиеся научатся:

- планировать предстоящую практическую работу, соотносить свои действия с поставленной целью, устанавливая причинно-следственные связи между выполняемыми действиями и их результатом и прогнозировать действия, необходимые для получения планируемых результатов;

- осуществлять самоконтроль выполняемых практических действий, корректировку хода практической работы;
- самостоятельно организовывать своё рабочее место в зависимости от характера выполняемой работы.

коммуникативные

обучающиеся научатся:

- организовывать совместную работу в паре или группе: распределять роли, осуществлять деловое сотрудничество и взаимопомощь;
- формулировать собственное мнение и варианты решения, аргументированно их излагать, выслушивать мнения и идеи товарищей, учитывать их при организации собственной деятельности и совместной работы;
- проявлять заинтересованное отношение к деятельности своих товарищей и результатам их работы, комментировать и оценивать их достижения в доброжелательной форме, высказывать им свои предложения и пожелания.

Предметные результаты

В результате освоения программы **1 года обучения** обучающиеся должны овладеть коммуникативными навыками работы в коллективе, осознать свою значимость в коллективе, смогут

знать:

- позиции рук и ног;
- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.

уметь:

- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения классического экзерсиса.

В конце **2 года обучения** обучающиеся закрепляют знания 1 года обучения, умеют чувствовать и ценить красоту движений, смогут

знать:

- названия классических движений нового экзерсиса;
- значение слов «легато», «стоккато», ритм, акцент, темп.

уметь:

- грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.

В конце **3 года обучения** обучающиеся продолжают развивать художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, смогут

знать:

- новые направления, виды хореографии и музыки;
- классические термины;
- жанры музыкальных произведений.

уметь:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку.

В конце **4 года обучения** продолжается развитие способностей личности учащихся, укрепление физического здоровья. Учащиеся смогут

знать:

- виды и жанры хореографии;
- историю создания танцев народов мира;
- термины классической хореографии;
- лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

уметь:

- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- создавать танцевальные композиции;
- сопереживать, осуществлять взаимовыручку и взаимопомощь.

В конце **5 года обучения** учащиеся смогут

знать:

- последовательность исполнения классического экзерсиса у станка;
- технику выполнения вращений в продвижении, на середине зала;
- приёмы артистичности, эмоциональности и выразительности;
- основные термины танца джаз-модерн.

уметь:

- выполнять батман тондю жете на середине (модерн);
- выполнять экзерсис у станка танца джаз-модерн;
- выполнять вращения на середине зала;
- выполнять вращения в продвижении;
- выполнять движения в соответствии с динамическими оттенками;
- применять навыки креативного мышления в работе над хореографическими образами;
- выполнять упражнения на смену уровней.

В конце **6 года обучения** учащиеся смогут

знать:

- правила культуры поведения на сценической площадке;
- навыки технического выполнения основных упражнений на середине зала;
- правила бережного обращения с концертными костюмами и атрибутикой.

уметь:

- выполнять сложные акробатические упражнения, как в паре, группе, так и solo;
- проявлять интерес и фантазию в создании хореографических композиций;
- выполнять самостоятельно задания на импровизацию;
- выполнять изученные стили хореографии в постановках.

1 год обучения

Задачи:

Обучающие

- приобретение умений по выполнению элементарных танцевальных движений;
- приобретение умения согласовывать движения с текстом и музыкой;
- приобретение представления о возможности мимики и жестов для передачи различных эмоциональных состояний.

Развивающие

- развитие двигательных качеств и умений;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- развитие ручной умелости и мелкой моторики;
- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей.

Воспитательные

- воспитание дружелюбия в коллективе, взаимопомощи;
- воспитание морально-волевых качеств личности: коммуникативности, инициативности, самостоятельности.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов			Формы занятий	Формы контроля
		всего	теория	практика		
I.	Вводное занятие	1	1	-	беседа	анкетирование
II.	Игротанцы	48	15	33		
2.1	Хореографические упражнения	12	3	9	комбинированные	Зачет, наблюдение
2.2	Танцевальные шаги	12	4	8		
2.3	Танцы с атрибутами	10	4	6		наблюдение
2.4	Общие танцы	14	4	10		Класс-концерт
III.	Креативная партерная гимнастика	22	8	14		
3.1.	Музыкально-творческие задания	6	3		практические	наблюдение
3.2.	Специальные комплексы упражнений	12	4	8	комбинированные	наблюдение
3.3.	Релаксационные упражнения	6	2	4		

IV.	Пальчиковая гимнастика	9	3	6		
4.1.	Общеразвивающие упражнения для пальчиков	3	1	2	игровое	наблюдение
4.2	Игры-потешки Выполнение фигурок из пальцев	6	2	4		
V.	Игровой самомассаж	9	2	7	игровые	наблюдение
VI.	Музыкально-подвижные игры	18	4	14		
6.1	Музыкально-подвижные игры по ритмике	9	2	7	комбинированные	наблюдение
6.2	Сюжетно-ролевые игры	9	2	7		
VII.	Итоговое занятие	1	-	1	Открытое занятие	
	Итого:	108	33	75		

СОДЕРЖАНИЕ

I. Вводное занятие.

Теория. Искусство хореографии. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятиях.

Практика. Игры на знакомство. Расстановка и распределение детей в линии по своим местам.

Поклон -танцевальное приветствие.

II. «Игротанцы»

2.1. Хореографические упражнения.

Теория. Объяснение приёмов выполнения упражнений.

Показ упражнений:

- «хлопки»;
- «покачивания»;
- «кружения»;
- свободные, плавные движения руками;
- полуприседания;
- полное приседание;
- притопы;
- «фонарики» галоп;
- держимся в паре («лодочки»);
- ходьба вперед и, пятясь, назад;

- бег;
- прыжки на месте.

Практика. Выполнение комбинаций упражнений.

2.2. Танцевальные шаги.

Теория. Виды и приёмы танцевальных шагов.

Практика. Выполнение танцевальных шагов: маршировка, шаги на полупальцах, шаги на пятках выставление ноги на носок и на пятку.

2.3. Танцы с атрибутами.

Теория. Виды атрибутов для танцев, использование их в танце.

Практика. Разучивание танцев с погремушками, с цветочками, сидя, танец утят, с куклами, с платочками.

2.4. Общие танцы

«Приседай», «Ай, да», новогодний хоровод, «Маленькая полечка», «Кузнечик», «Веселая пляска».

III. «Креативная партерная гимнастика»

Теория. Нетрадиционная методика развития мышечной силы и гибкости. Здесь используются элементы и упражнения детской йоги, выполняемые в игровой форме.

Практика.

3.1. Музыкально-творческие задания.

«Дождик», «Большие и маленькие дома», «Лодка», «Велосипед», «Фасолинки», «Неваляшка».

3.2. Специальный комплекс упражнений:

«Тянем спинки», «Массажируем животик», «Змея», «Кошка», «Собака», «Лягушка», «Тигр», «Лодочка», «Гребля», «Летающие карпузы».

3.3. Релаксационные упражнения «Снеговик», «Бабочки», «Лифт», «Спим».

IV. «Пальчиковая гимнастика»

Теория. Упражнения, превращающие учебный процесс в увлекательную игру, которая не только обогащает внутренний мир ребенка, но и оказывает положительное воздействие на улучшение памяти, мышления и развивает фантазию малыша. Этот раздел служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук.

Практика.

4.1. Общеразвивающие упражнения для пальчиков

«Семья», «Здравствуй, это я», «Пианино», «Комарики».

4.2. Игры-потешки: «Снеговик», «Мышки», «Ладушки», «Сорока, сорока».

4.3. Выполнение фигурок из пальцев

«Дом», «Ворота», «Забор», «Бинокль», «Лодочка», «Цепочка».

V. «Игровой самомассаж».

Теория. Разучить упражнения самомассажа в игровой форме, от которых дети получают радость и хорошее настроение. Упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления. Раздел является основой закаливания и оздоровления детского организма.

Практика. Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме «Поколоти», «Поезд», «Утюжки», «Кошечка», «Ветерок», «Обжорики», «Стряхни пыль», «Устали наши ножки».

VI. Музыкально-подвижные игры.

Теория. Дети осваивают элементы музыкальной грамоты. Музыкальная характеристика
Ритм, тембр, размер.

Практика.

6.1 Музыкально-подвижные игры по ритмике.

6.2 Сюжетно-ролевые игры.

VII. Итоговое занятие

Практика. Открытое занятие. Показательные выступления.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2 год обучения

№	Разделы, темы	Теория	Практика	Всего	Формы занятий	Формы контроля
I.	Вводное занятие	1	1	2	беседа	анкетирование
II.	Учебно-тренировочная работа	22	62	84		
	1. Азбука музыкального движения	2	10	12	комбинированные	
	2. Элементы классического танца.	4	8	12		зачет
	3. Элементы народного танца.	2	6	8		зачет
	4. Элементы современного танца	6	14	20		наблюдение
	5. Танцевальная импровизация.	2	10	12		зачет
	6. Акробатика.	6	14	20		зачет
III.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера.	13	5	18		
	1. Беседы	4	-	4	беседы	опрос
	2. Прослушивание музыки.	3	5	8	Круглый стол	наблюдение
	3. Организационная работа	6	-	6		
IV.	Специальная танцевально-художественная работа	10	28	38		
	1. Репетиционная работа	6	20	26	Комбинированные занятия	концерт
	2. Постановочная работа	4	8	12		
X.	Итоговое занятие	1	1	2	Открытое занятие	зачет
	Итого:	47	97	144		

СОДЕРЖАНИЕ

I. Вводное занятие.

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Правила пожарной безопасности.

Беседа «Правила поведения на занятиях по хореографии».

Практика. Выполнение заданий входной диагностики.

II. Учебно-тренировочная работа.

1. Азбука музыкального движения.

Теория. Характер музыкального произведения. Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный, умеренный). Динамические оттенки (громко, тихо, умеренно).

Правильное исполнение танцевальных шагов:

- танцевальные шаги по Ипозиции;
- шаги на полупальцах по Ипозиции;
- танцевальный шаг по Ипозиции с выбросом ног на 35 .

Практика. Слушание музыки, определение ее характера (веселая, грустная, тревожная).

Воспроизведение хлопками и притопами ритмического рисунка (перед собой, по коленям, по бедрам). Игра «тихо - громко». Исполнение танцевальных шагов в различных темпах.

2. Элементы классического танца.

Теория. Беседа: «История хореографического искусства». Знакомство с основами хореографического искусства.

- Позиции ног: I,II,III,V.
- Позиции рук: подготовительная, I,II,III.
- Постановка корпуса.
- Методика выполнения упражнений

Практика. Правильное исполнение элементов классического танца.

3. Элементы народного танца.

Теория. Русский танец. Основные положения рук, ног. Особенности русского танца:

- основные шаги;
- постановка корпуса, головы.

Практика. Исполнение элементов русского танца.

- простой бытовой с носка, с каблука.
- шаркающий, с ударом.
- переменные шаг
- подскоки.

4. Элементы современного танца.

Теория. Современный танец. Его особенности. Беседа «Современный танец сегодня». Хип-хоп. Основы хип-хоп танца DanceSpring.

- Кач – работа корпусом в бит.
- Степы (шаг) – работа ног. Просмотр видеоматериала. Обсуждение.

Практика. Разбор комбинаций по видеоматериалу Исполнение танца в силе хип-хоп.

5. Танцевальная импровизация.

Теория. Беседа «Что такое импровизация». Как научиться импровизировать в танце?

Практика. Исполнение образов в танце.

6. Акробатика.

Теория. Что такое акробатика. Равновесие.

Практика. Исполнение простейших элементов акробатики:

- группировка;
- кувырок вперед и назад, вращательные движения «перекат», но с переворачиванием через голову вперед и назад в группировке;
- мост (лежа, стоя);
- полу-шпагат;
- ласточка;
- колесо-переворот в сторону;
- перекаты – вращательные движения, напоминающие раскачивания на качелях;
- равновесие (флажок, ласточка);
- подготовка к шпагату.

III. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

1. Беседы.

Теория. История хореографического искусства. Беседы: «Что такое танец», «Виды хореографии».

Практика. Опрос по теме: «Что такое танец», «Виды хореографии».

2. Прослушивание музыки.

Теория. Знакомство с музыкой для хореографических постановок.

Практика. Разбор музыки в танце поэтапно.

3. Организационная работа.

Теория. Правила поведения на концертах. Настрой на выступления.

Практика. Игра «Концерт».

IV. Специальная танцевально-художественная работа.

1. Постановочная работа.

Теория. Что такое постановка танца. Этапы постановки танца.

Практика. Разучивание связок и комбинаций, рисунка в танце. Работа над эмоциональной окраской постановок.

3. Репетиционная работа.

Теория. Рисунки танцев. Характера танца.

Практика. Работа с ансамблем. Репетиции в костюмах. Генеральные репетиции.

Отработка рисунка танцев. Характера танца.

V. Итоговое занятие.

Теория. Подведение итогов года.

Практика. Конкурсно-игровая программа. Тестирование.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3 год обучения

№	Разделы, темы	Теория	Практика	Всего	Форма занятий	Форма контроля
I.	Вводное занятие	1	1	2	беседа	опрос
II.	Учебно-тренировочная работа	28	94	122		
	1. Элементы классического танца.	4	30	34	комбинированные	зачет
	2. Элементы народного танца.	2	8	10		зачет
	3. Танцевальная импровизация.	8	-	8		наблюдение
	4. Элементы современного танца	8	26	34		зачет
	5. Акробатика.	6	30	36		
III.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера.	18	4	22		
	1. Беседы	4	-	4	беседы	реферат
	2. Просмотр видеоматериалов.	4	4	8	Круглый стол	наблюдение
	3. Организационная работа	10		10		
IV.	Специальная танцевально-художественная работа	10	58	68		
	1. Репетиционная	4	40	44	комбинированные	концерт
	2. Постановочная	6	18	24		
V.	Итоговое занятие	1	1	2	Открытое занятие	зачет
	Итого:	58	158	216		

СОДЕРЖАНИЕ

I. Вводное занятие

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Правила пожарной безопасности. План работы и мероприятий на учебный год. Расписание занятий.

Практика. Выполнение заданий входной диагностики. Расстановка и распределение детей в линии и у станка по своим местам. Поклон – танцевальное приветствие.

II. Учебно-тренировочная работа.

1. Элементы классического танца.

Теория. Экзерсис лицом к станку, на середине зала.

- Позиции ног: I, II, III, V.
- Понятие рабочей и опорной ноги.
- Постановка корпуса.

Методика выполнения упражнений.

- Demi-plie по I, II, III позициям.
- Releve по I, II, III позициям.
- Battement tendu по I и VI позициям вперед, в сторону, назад. Понятие «крест».
- Passe – проходящее положения ноги.
- Прогибы корпуса вперед и назад у станка из VI, I позиции ног.
- Растяжка у станка.
- Прыжки:
 - 1) на середине зала;

- 2) с поджатыми назад ногами;
- 3) с подъемом колен к груди;
- 4) «лягушка».

Практика. Правильное исполнение элементов классического танца у станка и на середине.

2. Элементы народного танца.

Теория. Хоровод. Рисунки хоровода. Рисунок танца:

- рисунки;
- построение и перестроения из одного рисунка в другой;
- ориентация в пространстве.

Практика. Исполнение хоровода, четкость исполнения рисунка.

- «Круг».
- «Линия».
- «Колонна»(построение колонны, построение 2 колонн).

3. Танцевальная импровизация.

Теория. Беседа «Что такое импровизация».

Практика. Самостоятельное составление танцевальных комбинаций.

4. Элементы современного танца.

Теория. Что такое рок-н-ролл? Зарождение рок-н-ролла. Основные движения рок-н-ролла.

Практика: Исполнение эстрадного танца.

5. Акробатика.

Теория. Акробатика в парах. Вращательные упражнения.

Практика. Исполнение простейших элементов акробатики.

- мост, с маха мост;
- колесо, колесо с одной рукой;
- переворот с моста;
- комбинации в парах;
- прыжки в группировке;
- подготовка к шпагату, шпагат продольный.

III. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

1. Беседы.

Теория. Знакомство с ансамблем «АсяКыя», просмотр видео материала. Правила поведения на фестивалях, в поездках.

Практика. Обсуждение видео материала, применение элементов в своих постановках.

3. Организационная работа.

Теория. Правила поведения на концертах. Настрой на выступления.

Практика. Круглый стол.

IV. Специальная танцевально-художественная работа.

1. Постановочная работа.

Теория. Особенность и яркие моменты постановки.

Практика. Разучивание связок и комбинаций, рисунка в танце. Работа над эмоциональной окраской постановок.

2. Репетиционная работа.

Теория. Рисунки танцев. Характера танца. Образы в танце.

Практика. Выполнение схемы построения рисунка танца.

2. Постановочная работа.

Теория. Этапы постановки танца

Практика. Работа с ансамблем. Репетиции в костюмах. Генеральные репетиции
Отработка рисунка танцев. Характера танца.

V. Итоговое занятие.

Теория. Подведение итогов года. Планы на будущий год.

Практика. Конкурсно-игровая программа. Тестирование.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

4 год обучения

№	Разделы, темы	Теория	Практика	Всего	Форма занятий	Форма контроля
I.	Вводное занятие	1	1	2	беседа	анкетирование
II.	Учебно-тренировочная работа	28	98	126		
	1. Элементы классического танца.	6	28	34	комбинированные	зачет
	2. Элементы народного танца.	4	8	12		
	3. Танцевальная импровизация.	2	12	14		
	4. Элементы современного танца	8	28	36		наблюдение
	5. Акробатика.	8	22	30		зачет
III.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера.	8	4	12		
	1. Беседы	3	-	3	беседы	реферат
	2. Прослушивание музыки.	2	4	6	Круглый стол	наблюдение
	3. Организационная работа	6	-	6		
IV.	Специальная танцевально-художественная работа	12	62	74		
	1. Репетиционная работа	6	40	46	комбинированные	концерт
	2. Постановочная работа	6	24	30		
X.	Итоговое занятие	1	1	2	Открытое занятие	зачет
	Итого:	50	166	216		

СОДЕРЖАНИЕ

I. Вводное занятие.

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Правила пожарной безопасности. Планы работы и мероприятий на учебный год. Расписание занятий.

Беседа «Правила поведения на занятиях по хореографии».

Практика. Выполнение заданий входной диагностики. Расстановка и распределение детей в линии и у станка по своим местам. Поклон – танцевальное приветствие.

II. Учебно-тренировочная работа.

1. Элементы классического танца.

Теория. Знакомство с основами хореографического искусства. Основные положения рук, ног.

Практика. Правильное исполнение элементов классического танца.

2. Элементы народного танца.

Теория. Методика выполнения шагов.

Практика. Движение по кругу

- переменный шаг проходящий;
- моталочка;
- шаг с каблука.

Вращение. Методика выполнения вращений. По диагонали:

- шене;
- бегунец.

На середине с места:

- по IV позиции;
- бегунец.

3. Танцевальная импровизация.

Теория. Техника танцевальной импровизации, контактная импровизация.

Практика. Исполнение образов в танце.

4. Элементы современного танца.

Теория. История возникновения джаз-модерна. Элементы джаз-модерна.

Практика.

Стоя:

- верхний уровень (на полупальцах);
- средний уровень (на всей стопе);
- нижний уровень (колени согнуты).

«На четвереньках»:

- опора на руках и коленях;
- одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки;
- одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.

На коленях:

- стоя на двух коленях;
- стоя на одном колене, другая нога открыта на пол в любом направлении.

Сидя:

- frogposition («лягушка»- колени согнуты, стопы вместе);
- первая позиция (ноги вместе, вытянуты вперед);
- вторая позиция (ноги разведены в стороны);
- третья позиция (положение «swastika», но столпы плотно прижаты к ягодицам);
- четвертая позиция или «swastika»;
- пятая позиция (ноги согнуты в коленях, щиколотки скрещены);
- колени согнуты и соединены вместе (стопы стоят на полу параллельно);
- соссух - позиция: ноги вместе, колени согнуты, голени в воздухе и параллельны полу;
- джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади согнута);
- сидя на одном бедре (колени опорной ноги согнуто, на ней тяжесть корпуса, свободная нога открыта назад или в сторону);
- crossedswastika (скрещенная свастика).

Лежа:

- на спине;
- на животе;
- на боку.

Упражнения в партере на изоляцию:

- изоляция головы (может исполняться во всех уровнях);
- изоляция плеч (исполняется в позициях «сидя»);
- изоляция грудной клетки;
- изоляция таза (в положении «стоя на четвереньках» и в положении «стоя на коленях»);
- изоляция рук;
- изоляция ног.

Упражнения stretch-характера (растяжка):

- Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): П.Н –flex, Л.Н. – point и наоборот.
- Упражнения stretch-характера в положении лежа.
- Упражнения stretch-характера в положении сидя.

Постановка номера.

5. Акробатика.

Теория. Инструктаж по технике безопасности на занятиях акробатики. Группировки.

Практика. Исполнение акробатических элементов:

- мост, с маха мост;
- колесо, колесо с одной рукой;
- переворот с мост;
- махи и наклоны стоя на коленях;
- седы углом;
- упоры и стойки на руках;
- упоры лежа на партнере;
- равновесие (затяжка двумя руками).

III. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

1. Беседы.

Теория. Беседы с обучающимися о балете из современной литературы, журнальных и газетных статей на тему о хореографическом искусстве, с рецензиями на балетные постановки.

Практика. Рефераты на тему о хореографическом искусстве.

2. Прослушивание музыки.

Теория. Круглый стол.

Практика. Наблюдение. Обсуждение произведений.

3. Организационная работа.

Теория. Правила поведения на концертах. Настрой на выступления.

Практика. Выполнение упражнений.

IV. Специально танцевально-художественная работа.

1. Постановочная работа.

Теория. Особенность и яркие моменты постановки.

Практика. Отработка рисунка танцев. Характера танца. Разучивание связок и комбинаций, рисунка в танце. Работа над эмоциональной окраской постановок.

2. Репетиционная работа.

Теория. Разучивание связок и комбинаций, рисунка в танце. Работа над эмоциональной окраской постановок. Работа с ансамблем.

Практика. Репетиции в костюмах. Генеральные репетиции.

Отработка рисунка танцев. Характера танца. Зачет.

V. Итоговое занятие.

Теория. Открытое занятие. Подведение итогов года. Планы на будущий год.

Практика. Конкурсно-игровая программа.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

5 год обучения

№	Разделы, темы	Теория	Практика	Всего	Форма занятия	Форма контроля
I.	Вводное занятие	1	1	2	беседа	опрос
II.	Учебно-тренировочная работа	32	96	128		
	1.Элементы классического танца.	10	24	34	комбинированные	зачет
	2. Элементы народного танца.	3	12	15		
	3.Танцевальная импровизация.	3	12	15		
	4.Элементы современного танца	8	26	34		зачет
	5. Акробатика.	8	22	30		зачет
III.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера.	16	3	19		
	1. Беседы	4	-	4	беседы	опрос
	2. Просмотр видеоматериалов.	3	3	6	Круглый стол	реферат
	3. Организационная работа	9	-	9		
IV.	Специальная танцевально-художественная работа	9	56	65		
	1. Репетиционная	4	36	40	комбинированные	концерт
	2. Постановочная	5	20	25		
X.	Итоговое занятие	1	1	2	Открытое занятие	зачет
	Итого:	59	157	216		

СОДЕРЖАНИЕ

I. Вводное занятие

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Правила пожарной безопасности.

Беседа «Правил поведения на занятиях по хореографии».

Практика. Опрос обучающихся.

II. Учебно-тренировочная работа.

1. Элементы классического танца.

Экзерсис у станка

Теория.

1. Изучение IV позиции ног.
2. Понятия attitude и terbucher.
3. Методика выполнения упражнений.

Практика.

1. Demi-grand – pliepoI, IIVпозициямисportdebras, добавлением акцентов руками.
2. Demi-grand – pliepoIV позиции.

3. Battement tendu из V позиции крестом во всех направлениях.
4. Battement tendu из V позиции.
5. Battement tendu jete из V позиции крестом во всех направлениях.
6. Battement tendu jete позах.
7. Rond de jambe par terre «endehors» и «en dedans» на прямых ногах в demi – plie проходящие.
8. Passe par terre на 45 градусов.
9. Releve на 45 градусов из V позиции крестом.
10. Battement developpe из V позиции крестом.
11. Grand battement jete на 90 градусов.
12. Перегибы корпуса – вперед, назад, в сторону по V позиции, держась одной рукой за станок.
13. Поза attitude и terbucher.
14. Полу поворот в V позиции на полупальцах, позже целый поворот.
15. Подготовительные упражнения для туров из VI и II позиции «endehors» и «endedans».
16. Растяжка у станка.

Экзерсис на середине:

1. Поза efface.
2. Port de bras.
3. Demi grand – plie по I, II V позициям и sport de bras, добавлением акцентов руками.
4. Demi grand – plie по IV позиции.
5. Battement tendu из V позиции крестом во всех направлениях.
6. Battement tendu из V в позах.
7. Battement tendu jete из V позиции крестом во всех направлениях.
8. Battement tendu jete в позах.

Allegro

Теория. Методика выполнения прыжков.

Практика.

1. Sautee с паузами по I, II, III и V позициям.
2. Raeharre по II, III позициям.
3. Shagman de pied по III позиции.

Во все прыжки постепенно вводится V позиция ног, комбинации становятся более разнообразными.

Вращения

Теория. Методика выполнения вращений.

Практика.

1. По диагонали:
 - с ногой на sou- depied;
 - с прыжком на sou- depied
2. По кругу:
 - шене;
 - с ногой на sou- depied.

Правильное исполнение элементов классического танца.

2. Элементы народного танца.

Теория. Танцы народов мира. Китайский танец, его особенности.

Практика. Постановка танца. Работа с веером

3. Танцевальная импровизация.

Теория. Зарисовка схем и рисунков на заданную музыкальную тему.

Практика: Исполнение образов в танце. Самостоятельное составление схем и рисунков танца и флеш-мобов.

4.Элементы современного танца.

Теория. История возникновения рок-н-ролла. Основные положения ног, рук.

Практика. Базовые фигуры:

- пружина, пружина с точкой;
- двойная пружина;
- броски;
- слипы;
- Буги-вуги;
- цыплячий ход,
- твист;
- диагональ простая;
- диагональ с точкой;
- диагональ с двумя точками;
- открытая диагональ;
- канкан.

4. Акробатика.

Теория. Поддержки в акробатике. Равновесие.

Практика:

- шпагаты (супер);
- равновесия (затяжка с захватом двумя руками);
- выход в стойку силой (спичаг);
- фляк, сериями;
- курбет, сериями;
- выход в стойку на руках силой (спичаг) с помощью;
- темповые перевороты;
- переворот-рондат-фляк.

III. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

1. **Беседы.** Современный танец сегодня, новые стили танца.

2. **Практика.** Опрос по теме Новые стили танца

3. Просмотр видеоматериалов.

Теория. Создавать условия для активизации творческих возможностей учащихся:

Практика. Посещение музеев, выставок, просмотр фильмов-балетов.Выполнение реферата. Защита реферата.

3. Организационная работа.

Теория. Правила поведения на концертах. Настрой на выступления.

Практика. Реферат.

IV. Специальная танцевально-художественная работа.

1. Постановочная работа.

Теория. Продолжение знакомства обучающихся с законами драматургии. Особенность и яркие моменты постановки. Знакомство с костюмами и их значение в танце.

Практика. Разучивание связок и комбинаций, рисунка в танце. Работа над эмоциональной окраской постановок. Зачет.

2. Репетиционная работа.

Теория: Индивидуальная работа с солистами. Технические репетиции. Репетиции на сцене, в костюмах.

Практика: Отработка рисунка танцев. Характера танца.

Генеральные репетиции.

V. Итоговое занятие.

Теория: Подведение итогов.

Практика: Открытое занятие.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

6 год обучения

№	Разделы, темы	Теория	Практика	Всего	Форма занятия	Форма контроля
I.	Вводное занятие	1	1	2	беседа	опрос
II.	Учебно-тренировочная работа	31	101	132		
	1. Элементы классического танца.	10	24	34	комбинированные	зачет
	2. Танцевальная импровизация.	3	12	15		зачет
	3. Элементы современного танца	8	30	38		зачет
	4. Акробатика.	10	35	45		зачет
III.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера.	17	3	20		
	1. Беседы	6	-	6	беседы	реферат
	2. Просмотр видеоматериалов.	3	3	6	Круглый стол	выставки
	3. Организационная работа	8		8		
IV.	Специальная танцевально-художественная работа	8	52	60		
	1. Репетиционная работа	3	32	35		
	2. Постановочная работа	5	20	25		
X.	Итоговое занятие	1	1	2	Открытое занятие	экзамен
	Итого:	58	158	216		

СОДЕРЖАНИЕ

I. Вводное занятие

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Правила пожарной безопасности.

Беседа «Правила поведения на занятиях по хореографии».

Практика. Выполнение заданий входной диагностики.

II. Учебно-тренировочная работа

1. Элементы классического танца.

Экзерсис у станка

Теория:

1. Изучение IV позиции ног.
2. Понятия attitude и terbucher.
3. Методика выполнения упражнений.

Практика:

1. Demi и grand – plie по I, II V позициями с portdebras, добавлением акцентов руками.
2. Demi и grand – plie по IV позиции.
3. Battementtendu из V в позиции крестом во всех направлениях.
4. Battementtendu из V в позах.

5. Battement tendujete из V в позиции крестом во всех направлениях.
6. Battement tendujete в позах.
7. Rond de jambe par terre «endehors» и «en dedans» на прямых ногах в demi – plie проходящие.
8. Passepartere на 45 градусов.
9. Relevelent на 45 градусов из V позиции крестом.
10. Battement developpe из V позиции крестом.
11. Grand battement jete на 90 градусов.
12. Пергибы корпуса – вперед, назад, в сторону по V позиции, держась одной рукой за станок.
13. Поза attitude и terbucher.
14. Полу поворот в V позиции на полупальцах, позже целый поворот.
15. Подготовительные упражнения для туров из V и II позиции «endehors» и «endedans».
16. Растяжка у станка.

Экзерсис на середине:

1. Поза efface.
2. Port de bras.
3. Demi и grand – plie по I, II V позициями с port de bras, добавлением акцентов руками.
4. Demi и grand – plie по IV позиции.
5. Battement tendu из V в позиции крестом во всех направлениях.
6. Battement tendu из V в позах.
7. Battement tendujete из V в позиции крестом во всех направлениях.
8. Battement tendujete в позах.

Allegro

Теория. Методика выполнения прыжков.

Практика.

1. Sautee с паузами по I, II, III и V позициями.
2. Raeharre по II, III позициям.
3. Shagmandepied по III позиции.

Во все прыжки постепенно вводится V позиция ног, комбинации становятся более разнообразными.

Вращения

Теория. Методика выполнения вращений.

Практика:

1. По диагонали:
 - с ногой на sou- depied;
 - с прыжком на sou- depied.
2. По кругу:
 - шене;
 - с ногой на sou- depied.

Правильное исполнение элементов классического танца.

2. Элементы современного танца.

Теория. Основные техники танца contemporary. Основные положения ног, рук.

Практика:

Подготовительная часть

- Основные позиции ног. Правильное вертикальное положение тела. Ощущение веса тела и гравитации.
- Комбинация, направленная на общий разогрев тела.

(Пример: 4 счета – rolldown, 4 счета – smallball, 4 -выход в foursposition, 4 счета «положение собаки», 4 счета волна вперед от копчика и волна назад, 8 счетов - растяжка в положении rolldown. 4 счета rollup.

- Упражнения на дыхание.

Основная часть

Упражнения в партере

Лежа на полу, почувствовать свое тело. Почувствовать ось тела и центр тела. Основные положения на полу (X, дуга, параллельная позиция, foursposition)

Базовые движения на полу на одном месте:

- переверот от руки или от ноги (чувствовать связь частей тела);
- открытая и закрытая позиция (движение внутрь и наружу, менять положение через положение X);
- движение внутрь и баланс на боку;
- переход через колени и уход в пол;
- движение со спины на живот, рука проходит под телом;
- свинги на полу (на спине, на боку.)

Базовые движения на полу со сменой уровня:

- выход в положение свастики;
- выход в вертикальное положение, используя импульс и вес тела.

Комбинация на полу (в партере), включающая основные элементы. По мере совершенствования техники добавляются новые движения, увеличивается темп и амплитуда движения. Комбинация разучивается в две стороны (направо и налево).

Движения сквозь пространство в партере:

- Упражнение inandout (внутри и наружу).
- Спираль от ноги, от руки, от центра.
- Переход через колени.
- Упражнение “snake.”
- Слайд на полу.
- Растяжка на полу.
- Переверот через спину и выход положение pushup.
- Выход в стойку на руках crossfloor.
- смена уровня в продвижении (бег и слайд в пол).

Упражнения для развития ощущения пространства.

Ходьба, бег, спиной, лицом, меняя направление, заполнение пустого пространства (цель – научиться осознавать свое тело в пространстве, координировать свои движения с движениями другими учащимися). Комбинировать ходьбу и бег с элементами движений (падения, прыжок, контакт). Остановка в пространстве. Проверить позицию (параллельная позиция). Растяжка задней поверхности спины в положении rolldown

Импровизация

В этой части урока используются различные задания на импровизацию. Основная цель – избавиться от стереотипных паттернов движения, научиться чувствовать импульсы,

возникающие в теле и проявлять их в движении. Импровизация дает представление о различном качестве движения, развивает способность чувствовать партнера и пространство. Импровизация служит также средством создания хореографического материала. Используемые приемы импровизации зависят от конкретной задачи. Можно их условно подразделить на импровизацию в группе, в паре и соло-импровизацию. Отдельно рассматривается тема импровизации на сцене.

Некоторые примеры упражнений на импровизацию в техническом классе:

- импровизация с партнером (передача импульса через прикосновение)
- импровизация «соединение двух точек в теле»
- импровизация «падение и восстановление баланса»
- импровизация «пустое пространство внутри тела»
- импровизация «отражение», следование или сопротивление партнеру
- импровизация на полу, пересекая пространство -3 уровня. Добавлять смену

динамики. Спротивляться и поддаваться чувству гравитации. Инициировать движение от разных частей тела. Учиться следовать импульсам, возникающим в теле.

Примечание: от импровизации следует отличать исследование движения “вглубь” (movement exploration) путем повторения его многократно с целью нахождения нового качества. Это отдельная тема, которая используется в основном в классах по композиции.

3. Танцевальная импровизация.

Теория. Зарисовка схем и рисунков на заданную музыкальную тему.

Практика. Передача образа в танце. Самостоятельное составление схем и рисунков танца и флеш-монов.

4. Акробатика.

Теория. Составляющие акробатики. Равновесие.

Практика:

- С разбега два переворота вперед.
- Сальто вперед.
- Перекидка назад (девочки).
- Перекидка вперед (девочки).
- Рондат-фляк.
- Сальто назад (батут).
- Батут-фляк-сальто.

III. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

1. Беседы

Теория. Структура музыкального произведения.

Практика. Анализ структуры музыкальных произведений.

2. Просмотр видеоматериалов.

Теория. Театр и танец. Мюзикл. Костюмы для танцев.

Практика. Просмотр фильмов – балетов, мюзиклов. Выполнение рефератов. Защита рефератов.

3. Организационная работа.

Теория. Правила поведения в общественных местах, в поездках на конкурсы, на концертах.

Практика. Посещение концертов, музеев, выставок.

IV. Специально танцевально-художественная работа.

1. Постановочная работа.

Теория: Законы драматургии. Особенности и яркие моменты постановки. Костюмы и их значение в танце.

Практика: Разучивание связок и комбинаций, рисунка в танце. Работа над эмоциональной окраской постановок.

3. Репетиционная работа.

Теория: Индивидуальная работа с солистами.

Практика: Технические репетиции. Репетиции на сцене, в костюмах. Отработка рисунка танцев. Характера танца.

Генеральные репетиции.

V. Итоговое занятие.

Теория: Открытое занятие. Результативность обучения.

Практика: Отчетное выступление.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводные занятия.

Педагог знакомит в игровой форме с одним из видов искусства – хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида обучающегося.

2. Танцы народов мира.

Цикл бесед знакомит с разнообразными видами и жанрами хореографии:

Бальные танцы – танго, вальс, полька, краковяк.

Народные танцы – русские народные, испанские танцы, танцы Казахстана, Китая, Африки, Индии.

Особенности восточного танца – Турция, Сирия, Египет.

Классический танец – история балетного искусства, танец – как вид искусства, искусство миллионов.

Современные танцы XX века – чарльстон, рок-н-ролл, свободные танцы, джазовые танцы, твист, танец модерн.

3. Танец сегодня.

Беседы знакомят с популярными танцевальными группами, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве, рассказывают о выдающихся танцорах нашего времени.

Самая титулованная пара России Тимохин Дмитрий и Анна Безикова. Вечернее танго в Буэнос-Айресе. Стремление быть не как все (Московская академия хореографии) Анастасия Волочкова. Музыкальная таблетка (о лечебной силе музыки). Жизненная энергия, шоу – балет «Тодес» (энергия танца, составляющая часть здоровья). Две грани искусства. На всё нужна сноровка (о курьёзах во время выступления на сцене). Учитель танцев. Танец живота – красота и здоровье. Если болезнь нельзя вылечить, её можно затанцевать, (психотерапевтическая роль танца). Поговорим о ...

4. Игровые технологии.

«Человеком можно стать, только играя», утверждал Ф.Шиллер. По его мнению, человек в игре и посредством игры творит себя, и мир в котором живет.

С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «вращения» личности. Личностное самоопределение – это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность. Личностный подход реализуется посредством деятельности, которая имеет не только внешние атрибуты совместности, но и своим внутренним содержанием предполагает сотрудничество, саморазвитие субъектов учебной деятельности, проявление их личностных функций. Игра в достаточной мере способствует становлению этих функций.

Роль игры в обществе исторически менялась, но она всегда была фактором развития культуры.

Особое место игра всегда занимала и продолжает занимать в сфере культуры и искусства.

В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере «...о каком бы народе или эпохе не шла речь, - пишет он, всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что Танец есть сама Игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны в хороводе и в фигурном танце с другой – в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение, как, например, в менуэте или кадрили.

Игровые технологии программы: сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Музыкальный теремок». «Игры на развитие актёрского мастерства».

5. Интегрированные занятия «Фэнтази-Данс» с элементами импровизации.

Данное занятие было создано для обучающихся, которые уже имеют определённый баланс знаний по хореографии, музыке, литературе. Занятия «Фэнтази-Данс» способствуют непринуждённому получению навыков, развивают «самость», снимают перенапряжение и утомляемость за счёт переключения на разнообразные виды деятельности. Вид деятельности ребёнок может выбирать самостоятельно, педагог только предлагает. На занятиях обучающиеся прослушивают мелодии, и возникшие ощущения выражают или через танцевальные движения, или через рисунок, или через художественное слово. Импровизация – один из главных элементов данного занятия. Если обучающийся изучает по программе восточный танец или современный, то на занятиях «ФэнтазиДанс» предлагается придумать и смоделировать костюм, изобразив его на бумаге, или изобразить костюм для себя с учётом своей индивидуальности, а так же предлагается пофантазировать о новой постановке танца, когда педагог предлагает новую мелодию или обучающийся приносит на занятие понравившуюся ему музыку.

Задачи занятия «Фэнтази-Данс»:

- раскрыть потенциальные способности;
- закрепление музыкальных и хореографических знаний;

- увеличить границы самостоятельного творчества;
- содействовать личностному самоопределению.

6. Ритмика.

Раздел «Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма. При этом в первую очередь, следует обратить внимание на те навыки, развитие которых не могут в полной степени обеспечить другие дисциплины учебного плана. К ним относятся: умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и, особенно, умение согласовывать музыку с движением.

На занятиях «Ритмика» обучающиеся слушают классические мелодии, современную музыку, изотерические мелодии, музыку для души, анализируют, разбирают музыкальные произведения.

7. Азбука классического танца.

Изменение позиции рук и ног. Pile , Portdebra , Releve, Battemen, Grandplie, Ronddejambe, основные движения "Allegro", расширение знаний в области классических терминов «па», изучение и исполнение классического экзерсиса. Выполняя движение классического экзерсиса, дети приобретают aplomb , выразительность и четкость в движениях, что важно для любого танцовщика. Оздоровительный момент экзерсиса это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

8. Акробатика.

Большое разнообразие акробатических упражнений, их высокая эмоциональность представляют педагогу широкие возможности для разностороннего воздействия на обучающихся.

Различают три вида акробатических упражнений: акробатические прыжки, парные и групповые упражнения.

Упражнения прыжковой акробатики состоят из различных переворотов и сальто с вращением вперед, в сторону и назад. Прыжки являются основным средством всех видов акробатической подготовки.

Парные упражнения подразделяются на мужские, женские и смешанные. Они отличаются насыщенностью силовыми и вольтижными упражнениями, стойками, поддержками и равновесиями, элементами, требующими хорошей гибкости, пластики, хореографии.

Групповые упражнения состоят из упражнений для девушек и юношей. Эта группа упражнений включает акробатические прыжки, упражнения на гибкость и равновесие, разнообразные пирамиды и вольтиж, балансирование и элементы хореографии.

В этих группах выделяются вращательные и балансовые упражнения.

Вращательные упражнения характеризуются частичным, полным или многократным переворачиванием обучающегося через голову вперед, назад, в сторону. Они выполняются в группировке, согнувшись, прогнувшись, с места, с разбега и прыжком. Выделяют следующие группы упражнений: перекаты, кувырки, перевороты, полуперевороты и сальто.

Балансовые упражнения характеризуются сохранением собственного равновесия и уравниванием одного или нескольких партнеров. Из этой группы используются одиночные и парные упражнения. В одиночных упражнениях выделяются четыре группы: шпагаты, мосты, равновесия, стойки. В парных упражнениях применяются различные виды поддержек, их освоение начинается с изучением основных хватов руками.

9. Репетиционно-постановочная работа.

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления обучающиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование обучающихся в начале года по принципу «нравится - не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед для раздела «Танец сегодня».

Дети очень интересуются жизнью в других странах, поэтому в репертуаре есть любимые нами и нашими зрителями танцы народов мира «Восточный», «Испанский», «Цыганский». Современная жизнь также предоставляет разнообразный интересный материал.

Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков не менее сильно, чем классическим танцем.

Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам». Не менее важно, чтобы заложенные в танец мысли, воссозданные реальные события или сказка волновали детей, были очень близки к их душевному миру. Ведь дети чутки не только к внешней стороне танца, но и к идеям, к нравственному заряду каждой картины, потому что они хотят и делают это для себя, для своей души.

10. Индивидуальные занятия.

Каждый новый танец становится для ребенка «открытием ума, сердца и души». Душа ребенка самобытна, индивидуальна. Для каждого ребенка необходим индивидуальный подход. Индивидуальные занятия 3-го и 4-го года обучения направлены на:

- развитие творческой индивидуальности;
- развитие коммуникативного воображения;
- развитие логического мышления;
- развитие изобретательности;
- формирование устойчивого интереса к поисковой творческой деятельности.

Индивидуально-дифференцированная форма организации образовательного процесса наиболее сложная, так как требует уровня высокой профессиональной культуры педагога. Она ориентирована на создание условий для творческой самореализации, как ребенка, так и педагога. Суть данной формы состоит в том, что педагог создает в группе насыщенные, разнообразные эмоционально-личностные и пространственно-предметные условия, побуждающие ребенка самостоятельно избирать деятельность, организовывать вокруг себя предметное пространство и общение.

Концертная деятельность

11. Итоговые занятия

Открытые занятия для родителей. В роли итоговых занятий выступают конкурсно-игровые программы, урок-концерт, викторина «Путешествие в мир танца», игровые программы.

Материально-техническое обеспечение

В распоряжении танцевального объединения: костюмы, головные уборы, магнитофон. На интегрированных занятиях обучающиеся используют для работы: альбомные листы, картон, карандаши, акварельные краски, кисточки, фломастеры, клей, фольгу, аудиокассеты.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога

1. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1999.
2. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
4. Вьютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - Просвещение, 1991.
5. Гимнастика с методикой преподавания / под ред. Н.К.Меньшиковой.- М.: Просвещение, 1990.
6. Ильенко Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы. - М., 2001.
7. Колесникова Н.А. Театр большой гимнастики. - М.: Сов. Россия, 1982. – 176 с., 8 л. ил.
8. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 1982.
9. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985.
10. Программы для социально-психологического сопровождения детей с отклоняющимся поведением. - Ростов-на-Дону, 2002.
11. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 1988.
12. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
13. Собинов Б., Суворов Н. Эстрадно-спортивные танцы
14. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, 2003.
15. Сюжетные танцы / Сост. И.А. Спиридонова. – М.:Сов. Россия, 1983. – 112 с., ил., ноты. – (Б-чка «В помощь худож. Самодеятельности» №15)
16. Т. Барышникова. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС». – 256 с., ил.
17. Хаустов В.В. Методическое пособие для начальной стадии преподавания акробатического рок-н-ролла. - Ростов-на-Дону, 1999. Дополнительная литература.

18. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам / Джим Холл; пер. с англ. Т.В.Сидориной. – М.: АСТ: Астрель, 2009. – 409, {7}с. – (После уроков)
19. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.

Для обучающихся

1. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг, 2004.
2. Игры в школе. - М.: АСТ, 2000.
3. Новиков С.Ю. Любимые праздники. - М.: АСТ - ПРЕСС СКД, 2003.
4. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 1988.