

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ Г.ШАХТЫ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
Г.ШАХТЫ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ГОРОДСКОЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МБУ ДО ГДДТ г.Шахты

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО ГДДТ г.Шахты

 — И.В. Агалакова



Протокол № 1 от 31.08. 2023г.

Приказ № 243 от 31.08.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«МАГИЯ ТАНЦА И ЭСТЕТИКИ»

Уровень программы: базовый

Вид программы: модифицированная

Тип программы: традиционная

Возрастная категория: от 7-15 лет

Срок реализации программы: 3 года (468ч)

Форма обучения: очная

Условия реализации программы: муниципальное задание

Разработчик:

педагог дополнительного образования

Бородина Валерия Станиславовна

Шахты

2023

№п/п	Раздел	Страницы
РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ		
1.1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1.1	Направленность и вид программы	3
1.1.2	Новизна, актуальность и целесообразность программы	4
1.1.3	Отличительные особенности программы	4
1.1.4	Адресат программы	5
1.1.5	Уровень программы, объем и сроки реализации	5
1.1.6	Форма обучения	5
1.1.7	Особенности организации образовательного процесса	6
1.1.8	Режим занятий	6
1.2	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	6
1.2.1	Цель программы	6
1.2.2	Основные задачи программы	6
1.3	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	6
1.3.1	Учебный план 1 год обучения	7
1.3.2	Учебный план 2 год обучения	10
1.3.3	Учебный план 3 год обучения	13
1.3.4	Содержание учебного плана 1 года обучения	17
1.3.5	Содержание учебного плана 2 года обучения	21
1.3.6	Содержание учебного плана 3 года обучения	27
1.4	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	31
1.4.1	Планируемые результаты 1 года обучения	31
1.4.2	Планируемые результаты 2 года обучения	32
1.4.3	Планируемые результаты 3 года обучения	33
1.5.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	34
1.5.1	Кадровое обеспечение	34
1.5.2	Материально-техническое обеспечение	34
РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ		
2.1	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	35
2.2.	ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И АТТЕСТАЦИИ	35
2.3.	ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ	39
2.4.	МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.	41
2.5	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	44

РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Танец называют матерью всех искусств. Музыка и поэзия существуют во времени; живопись, архитектура – в пространстве. А танец живет одновременно и во времени и в пространстве. Творец и творение - являются одним целым. Среди множества форм художественно-эстетического 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.

Согласно «Концепции развития дополнительного образования детей», содержание программы «Магия танца и эстетики» направлено на формирование и развитие творческих способностей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, привлечению наибольшего числа детей к художественному образованию и эстетическому воспитанию, а также устойчивого интереса к творческой деятельности.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»; Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ, Уставом МБУ ДО ГДДТ г.Шахты и другими нормативными документами, регламентирующими деятельность организации дополнительного образования.

1.1.1 Направленность и вид программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Магия танца и эстетики»** носит **художественную направленность**, вводит ребёнка в удивительный мир творчества, фантазии и воображения, даёт возможность для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Ведь основой хореографического обучения детей является возможность способствовать эстетическому развитию подрастающего поколения.

Вид программы - **модифицированная.**

1.1.2 Новизна, актуальность и целесообразность программы

Известно, что эффективность дополнительного образования детей во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волея-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Актуальность программы сегодня осознаётся всеми. Современная жизнь стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Новизна данной программы обуславливается тем, что работа обучающихся строится на основе массового вовлечения участников, привлечения их интереса к хореографическому искусству. Ведь возможности дополнительного образования в плане организации внеурочной работы детей чрезвычайно широки. Воспитание и обучение представлено разнообразной художественно-эстетической деятельностью.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия хореографией: укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние обучающихся; развивают силу, гибкость, ловкость, быстроту и координацию движений; способствуют формированию интереса к занятиям хореографией; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку.

1.1.3 Отличительные особенности программы

Программа «Магия танца и эстетики» позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, привить трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручку, общение друг с другом. Это ведущие моменты в процессе обучения. Педагог стремится раскрыть способности детей, учит воспринимать искусство танца, раскрывает и повышает их мастерство, прививает вкус и любовь к прекрасному.

А оригинальность данной программы заключается в том, что она направлена на формирование определенной среды:

– создание резервной школы МА песни и пляски «Надежда», чтобы в дальнейшем обучающиеся становились профессионалами своего любимого дела;

- знакомство с танцами народов мира, а также народов, проживающих на территории РФ;
- прививает учащимся любовь и уважение к танцевальному искусству, народному творчеству, национальным традициям;
- развивает творческие танцевальные и актерские способности детей, а также пластику, ритмичность;
- способствует расширению кругозора и воспитанию в детях нравственных качеств;
- создает учащимся социокультурную среду общения.

1.1.4 Адресат программы

Программа «Магия танца и эстетики» рекомендована на разные возрастные категории от 7 до 15 лет. На первый год обучения дети принимаются по желанию, без предварительного отбора. Возможно зачисление на второй и третий года обучения - по итогам тестирования по выявлению уровня подготовленности и развитости детей.

1.1.5 Уровень программы, объём и сроки реализации

Уровень программы: базовый

Срок обучения - по программе составляет 3 года.

Количество детей:

1 года обучения: 15 - 20 человек

2 года обучения: 12-15 человек,

3 года обучения: 10-15 человек.

Объем программы: 468 часов.

1.1.6 Форма обучения

Форма обучения – очная.

В дни невозможности посещения занятий обучающимися по неблагоприятным погодным условиям, по болезни или в период карантина, а также в другие периоды особых режимных условий возможна реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий и в форме самообразования.

Условием реализации программы на очном обучении с применением дистанционных технологий является наличие у педагога и обучающегося одного из устройств с выходом в сеть интернет: гаджета, компьютера или ноутбука. При переходе на дистанционное обучение программа будет реализовываться с помощью интернет-сервисов: SberJazz, Сферум и др.

1.1.7 Особенности организации образовательного процесса:

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с календарно-тематическим планом-графиком. Образовательный процесс имеет развивающий характер, направлен на развитие у детей природных задатков и интересов.

1.1.8 Режим занятий

Занятия 1 года обучения проводятся по 4 часа в неделю - 144 часа в год.

Занятия 2 года обучения проводятся по 4 часа в неделю - 144 часа в год.

Занятия 3 года обучения проводятся по 5 часов в неделю - 180 часов в год

Занятия проводятся во вторую половину дня 2-3 раза в неделю.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1.2.1 Цель программы

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного и эстетического вкуса и физического совершенствования.

1.2.2 Основные задачи:

ЗАДАЧИ 1-го года обучения:

Образовательные – обучить навыкам музыкально-двигательного движения. *Развивающие* – развить музыкально-ритмическую координацию, мышечное чувство, осанку, стопу; музыкально-двигательную память.

Воспитательные – воспитать у детей умение слушать, воспринимать, оценивать музыку.

ЗАДАЧИ 2-го года обучения:

Образовательные – обогатить детей новыми выразительными средствами.

Развивающие – совершенствовать приемы музыкально-двигательной выразительности, осанки, работы стоп; развить пластику тела; развить двигательное воображение.

ЗАДАЧИ 3-го года обучения:

Образовательные – совершенствовать творческие способности.

Развивающие – совершенствовать навыки пластического движения, пробудить образное мышление.

Воспитательные – воспитать личностные качества, такие как воля, целеустремленность, создать творческий коллектив единомышленников.

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения:

1. Вводное занятие (2 ч)

2. Учебно-тренировочная работа (142 ч)

1. Гимнастика (60ч)
2. Ритмика (21ч)
3. Танец (61 ч)

2 год обучения:

1. Вводное занятие (2 ч)
2. Учебно-тренировочная работа(142 ч)
 1. Гимнастика (25 ч)
 2. Классический танец (43 ч)
 3. Эстрадный танец (20 ч)
 4. Народно-сценический танец (46 ч)
3. Концертная деятельность(4 ч)
4. Воспитательно-познавательная, досуговая деятельность(4 ч)

3 год обучения:

1. Вводное занятие(2 ч)
2. Учебно-тренировочная работа(178 ч)
 1. Классический танец(56 ч)
 2. Историко-бытовой танец(16 ч)
 3. Народно-сценический танец(31 ч)
 4. Современный танец(15 ч)
 5. Подготовка репертуара(50 ч)
3. Концертная деятельность(6 ч)
4. Воспитательно-познавательная, досуговая деятельность(4 часа)

1.3.1 Учебный план 1 года обучения.

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ « Гимнастика. Ритмика. Танец»

Режим занятий – 4 часа в неделю

№ п/п	Наименование разделов, модулей, тем	Количество часов			Формы аттестации, диагностики, контроля
		теория	практика	Всего	
1.	<i>Введение в программу</i>	2		2	Входной контроль
	ГИМНАСТИКА				
I.	Теория дисциплины.				
1.	Основные задачи гимнастики	2		2	Текущий контроль
II.	Элементы партерной гимнастики			42	

	(исполняются на гимнастических ковриках).				
1.	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.		6		Текущий контроль
2.	Упражнения, развивающие подъем стопы.		6		Промежуточный контроль
3.	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.		6		Текущий контроль
4.	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.		6		Текущий контроль
5.	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.		6		Текущий контроль
6.	Упражнения, развивающие выворотность ног.		6		Промежуточный контроль
7.	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.		6		Текущий контроль
III.	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)			16	
1.	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.		4		Педагогическое наблюдение
2.	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.		4		Педагогическое наблюдение
3.	Упражнения на развитие поясничного пояса.		4		Педагогическое наблюдение
4.	Упражнения на развитие силы мышц и		4		Промежуточный контроль

	подвижности суставов ног.				
	РИТМИКА				
I.	Теория дисциплины.			4	
1.	Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки	2			Текущий контроль
2.	Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер	2			Текущий контроль
II.	Музыкально-ритмические игры.			17	
1.	Упражнения, игры и метр		3		Педагогическое наблюдение
2.	Упражнения, игры и фразировка.		3		Педагогическое наблюдение
3.	Упражнения, игры и темп.		3		Педагогическое наблюдение
4.	Упражнения, игры и динамика.		3		Педагогическое наблюдение
5.	Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	2	3		Тематический контроль
	ТАНЕЦ				
I.	Теория дисциплины.				
	Понятия «мелодия», «поза», «движение».	1		1	Педагогическое наблюдение
II.	Ориентационно-пространственные упражнения			16	
1.	Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объемных (круг, «цепочка»).		16		Текущий контроль
III.	Танцевальные элементы.			44	
1.	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	1	13		Текущий контроль
2.	Реверанс для девочек и		1		Текущий

	поклон для мальчиков на 4/4.				контроль
3.	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	2	25		Итоговый контроль
4.	Итоговое занятие	1	1		Итоговый контроль
Всего часов		15	129	144	

1.3.2. Учебный план 2 года обучения.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ «Гимнастика. Классический танец. Эстрадный танец. Народно-сценический танец»
Режим занятий – 4 часа в неделю

№ п/п	Наименование разделов, модулей, тем	Количество часов			Формы аттестации, диагностики, контроля
		Теория	практика	Всего	
1.	<i>Вводное занятие</i>	2		2	Входной контроль
ГИМНАСТИКА					
I.	Теория дисциплины.				
1.	Основные задачи гимнастики	3		3	Текущий контроль
II.	Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису			14	
1.	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.		2		Текущий контроль
2.	Упражнения, развивающие подъем стопы.		2		Текущий контроль
3.	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.		2		Текущий контроль
4.	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.		2		Текущий контроль
5.	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.		2		Текущий контроль
6.	Упражнения, развивающие выворотность ног.		2		Текущий контроль
7.	Упражнения на		2		Текущий

	растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.				контроль
III.	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)			8	
1.	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.		2		Текущий контроль
2.	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.		2		Текущий контроль
3.	Упражнения на развитие поясничного пояса.		2		Текущий контроль
4.	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.		2		Текущий контроль
	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ				
I.	Теория дисциплины.			6	
1.	Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.	3			Промежуточный контроль
2.	Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца.	3			Тематический контроль
II.	Экзерсис у станка			16	
1.	Постановка корпуса (в выворотных позициях).		4		Текущий контроль
2.	Позиции ног: I, III, II, V	1	2		Текущий контроль
3.	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции	1	2		Текущий контроль
4.	Разучивание элементов классического танца у станка.	2	4		Текущий контроль
III.	Экзерсис на середине зала			15	

1.	Постановка корпуса (в выворотных позициях)		4		Текущий контроль
2.	Позиции ног: I, III, II, V		3		Текущий контроль
3.	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции		3		Текущий контроль
4.	Разучивание элементов классического танца на середине зала		5		Тематический контроль
IV. Allegro				6	
1.	Temps levés sautés в I и II свободной позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.		2		Промежуточный контроль
2.	Трамплинные прыжки в I и II свободной позиции ног – на середине зала		4		Текущий контроль
ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ					
I. Теория дисциплины.				4	
1.	История возникновения современного танца	4			Промежуточный контроль
II. Экзерсис на середине зала				16	
1.	Техника изоляции		2		Текущий контроль
2.	Основные шаги		4		Промежуточный контроль
3.	Основные движения корпуса		3		Промежуточный контроль
4.	Прыжки		3		Текущий контроль
5.	Танцевальная комбинация		4		Тематический контроль
НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ					
I. Теория дисциплины				4	
1.	Народный танец как вид хореографического искусства	4			Педагогическое наблюдение
II. Экзерсис на середине				34	

	зала				
1.	Русский танец	3	3		Промежуточный контроль
2.	Элементарные ходы и проходки	1	3		Текущий контроль
3.	Бег, подскоки		3		Текущий контроль
4.	«Гармошка», «ёлочка»		3		Промежуточный контроль
5.	«Моталочки» одной ногой без подскока с двойным притопом		2		Промежуточный контроль
6.	«Молоточки» одной ногой с подскоком и двойным притопом		2		Промежуточный контроль
7.	Дробные выстукивания	2	3		Тематический контроль
8.	Хлопки		3		Текущий контроль
9.	Присядки, прыжки и трюки	3	3		Тематический контроль
10.	Прослушивание музыки	6		6	Тематический контроль
1.	Посещение концертов творческих коллективов города и области		4	4	Текущий контроль
2.	Итоговое занятие		2	2	Итоговый контроль
3.	Концертная деятельность		4	4	Итоговый контроль
Итого часов		38	106	144	

1.3.3 Учебный план 3 года обучения.

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ «Классический танец. Историко-бытовой танец. Народно-сценический танец. Современный танец. Подготовка репертуара»

Режим занятий – 5 часов в неделю

№	Разделы и темы	Количество часов			Формы аттестации, диагностики,
		Теория	практика	Всего	

					контроля
1.	<i>Вводное занятие</i>	2		2	Входной контроль
	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ				
I.	Теория дисциплины.			4	
1.	Русская школа классического танца	2			Промежуточный контроль
2.	Отличительные черты русского классического балета и его школы	2			Промежуточный контроль
II.	Экзерсис у станка			21	
1.	Подготовительные движения рук(и) – <i>préparations</i> .	1	2		Текущий контроль
2.	Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.	1	2		Текущий контроль
3.	Координация ног, рук и головы в движении – <i>temps relevé par terre</i> .		3		Текущий контроль
4.	Разучивание элементов классического танца у станка.		12		
III.	Экзерсис на середине зала			23	
1.	Подготовительные движения рук(и) – <i>préparations</i>	1	1		Текущий контроль
2.	Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда	1	2		Текущий контроль
3.	Координация ног, рук и головы в движении – <i>temps relevé par terre</i> .		3		Промежуточный контроль
4.	Разучивание элементов классического танца на середине		15		Тематический контроль
IV.	Allegro			8	
1.	Понятие <i>épaulement</i>	1	3		Педагогическое

					наблюдение
2.	Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет		4		Текущий контроль
	ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ				
I.	Теория дисциплины.			3	
1.	Особенности танцев XIX века	3			Текущий контроль
II.	Экзерсис на середине зала			13	
1.	Исполнение простейших композиций на основе элементов историко-бытовых танцев, пройденных на этапе 3 года обучения		3		Текущий контроль
2.	Изучение элементов танцев XIX века	2	3		Текущий контроль
3.	Разучивание танцев XIX века		5		Тематический контроль
	НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ				
I.	Теория дисциплины				
1.	Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем	4		4	Педагогическое наблюдение
II.	Экзерсис на середине зала			27	
1.	Русский танец	2	2		Педагогическое наблюдение
2.	Усложнение пройденных элементов		4		Текущий контроль
4.	Бег, подскоки, галоп, полька	1	4		Текущий контроль
5.	«Припадания», «маятник», «подбивки»,	2	5		Текущий контроль

	«ковырялочки»				
6.	Подготовка к «верёвочке»	2	5		Текущий контроль
	СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ				
I.	Теория дисциплины			3	
1.	Стили современного танца. Их отличительные особенности	3			Тематический контроль
II.	Экзерсис на середине зала			12	
1.	Изучение новых танцевальных элементов		6		Текущий контроль
2.	Изучение танцевальных элементов современной хореографии		6		Текущий контроль
	ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА				
I.	Теория дисциплины			6	
1.	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	3			Текущий контроль
2.	Знакомство с музыкальным материалом постановки	3			Текущий контроль
II.	Экзерсис на середине зала			42	
1.	Создание сценического образа	3	2		Текущий контроль
2.	Изучение танцевальных движений		4		Текущий контроль
3.	Соединение движений в танцевальные композиции		4		Промежуточный контроль
4.	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах		2		Текущий контроль
5.	Отработка элементов		4		Текущий контроль
6.	Работа над музыкальностью		3		Текущий контроль
7.	Развитие пластичности		3		Текущий контроль

					контроль
8.	Синхронность в исполнении		6		Педагогическое наблюдение
9.	Работа над техникой танца		5		Педагогическое наблюдение
10.	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений		4		Педагогическое наблюдение
11.	Выразительность и эмоциональность исполнения		2		Текущий контроль
1.	Посещение концертов творческих коллективов города и области		4	4	Тематический контроль
2.	Итоговое занятие		2	2	Итоговый контроль
3.	Концертная деятельность		6	6	Итоговый контроль
Итого часов		39	141	180	

1.3.4. Содержание учебного плана 1 года обучения.

Введение в программу

Теория. Определение планов на учебный год. Правила техники безопасности.

Содержание «Гимнастика. Ритмика. Танец».

ГИМНАСТИКА

I. Теория

Основные задачи гимнастики:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- развитие выносливости и постановка дыхания;
- выработка навыков высокой культуры движений.

II. Практика. Элементы партерной гимнастики.

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины;

«День — ночь»

«Змейка»

«Рыбка»

2. ***Практика.*** Упражнения, развивающие подъем стопы:

- вытягивание и сокращение стопы;

- круговые движения стопой;

3. **Практика.** Упражнения, развивающие гибкость позвоночника:

«лодочка»;

«складочка»;

«колечко»;

4. **Практика.** Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

«ступеньки»;

«ножницы»;

Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава:

«Неваляшка»

«Passe' с разворотом колена»

5. **Практика.** Упражнения, развивающие выворотность ног:

«Звездочка»

«Лягушка»

6. **Практика.** Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага:

«Боковая растяжка»

«Растяжка с наклоном вперед»

«Часы»

III. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

1. **Практика.** Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках:

повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;

наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;

круговые движения головой по кругу и целому кругу;

поднимание и опускание плеч;

поочередное поднимание и опускание плеч.

2. **Практика.** Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках:

-разведение рук в стороны;

-подъемы рук вперед на высоту 90°;

-отведение рук назад;

-подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны;

-подъемы рук вверх–вперед и опускания вниз–вперед;

-сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;

-сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперед и вниз–вперед;

-сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперед, назад;

-сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперед–в стороны–назад;

- сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны-вверх-в стороны, вперёд-вверх-назад;
- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

3. Практика. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- наклоны корпуса в стороны;
- наклоны корпуса вперёд.

4. Практика. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- полуприседания;
- отведение ноги в сторону на носок;
- отведение ноги в сторону на каблук;
- отведение ноги вперёд на носок;
- отведение ноги вперёд на каблук;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- подъёмы согнутой в колене ноги вперёд;
- отведение ноги назад на носок;
- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок с полуприседанием;
- подъёмы на полупальцы;
- многократные прыжки на двух ногах;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на каблук.

РИТМИКА

I. Теория

Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато.

Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

II. Практика. Музыкально-ритмические игры.

Упражнения, игры и метр.

Сильные доли и такт:

Здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).

Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер:

Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.

2. Практика. Упражнения, игры и фразировка.

Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):

Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):

Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):

3. Практика. Упражнения, игры и темп.

Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы:

Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки:

Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением:

Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе:

4. Практика. Упражнения, игры и динамика.

Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением:

Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением:

5. Практика. Упражнения, игры и характер музыкального произведения.

Соотношение характеров музыки и движения:

ТАНЕЦ

Теория

-Понятия «мелодия», «поза», «движение».

Практика.

Ориентационно-пространственные упражнения.

-Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»);

-Изучение одноплановых рисунков и фигур:

линейных (плоскостных) - шеренга горизонтальная; колонна горизонтальная;

объёмных - круг; «цепочка»;

-Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые:

из линейных в линейные:

из шеренги горизонтальной в шеренгу горизонтальную;

из колонны горизонтальной в шеренгу горизонтальную;

из объёмных в объёмные;

сужение и расширение круга;

из круга в «цепочку»;
из объёмных в линейные и наоборот:
из круга в горизонтальную шеренгу;
из круга в горизонтальную колонну;
из горизонтальной шеренги в круг;
из колонны горизонтальной в «цепочку»;
-Танцевальные элементы.
-Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.
-Изучение различного вида шагов с руками, находящимися в положении «ладони на талии»:
танцевальный шаг с носка;
маршевый шаг на месте;
шаги на полупальцах
легкий бег с поджатыми ногами;
прыжки с вытянутыми ногами;
прыжки с поджатыми ногами;
подскоки на месте и с продвижением.
-Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.
-Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

Итоговое занятие

Практика: Работа по закреплению изученного материала. Открытое занятие. Подведение итогов года.

1.3.5. Содержание учебного плана 2 года обучения.

Вводное занятие

Теория. Определение планов на учебный год. Правила техники безопасности.

Содержание «Гимнастика. Классический танец. Эстрадный танец. Народно-сценический танец»

ГИМНАСТИКА

I. Теория.

Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису. Комплекс партерной гимнастики выполняется на гимнастических ковриках. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционным классическому и народно-сценическому экзерсисам у станка, требующим высокого физического напряжения.

II. Элементы партерной гимнастики.

Повторение и закрепление материала 1 года обучения. Более сложные комбинации движений. Четкое воспроизведение всех элементов в характере музыкального сопровождения.

Практика.

- Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Группировка» «Карандаш»
- Упражнения, развивающие подъем стопы:
- Разворот стопы из VI позиции в I позицию
- Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. «Корзиночка» «Полумостик» «Мостик»
- Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. «Плуг» «Уголок»
- Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов. «Неваляшка» «Passe' с разворотом колена»
- Упражнения, развивающие выворотность ног. «Лягушка» во всех положениях «Солнышко»
- Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага. «Шпагат» вперед с обеих ног «Шпагат» поперечный
- Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.
- Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в ускоренных (по сравнению с первый годом обучения) музыкальных раскладках:
 - повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
 - наклоны и подъёмы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
 - круговые движения головой по кругу и целому кругу;
 - поднимание и опускание плеч;
 - поочередное поднимание и опускание плеч.
- Упражнение для развития плечевого сустава и рук в ускорение разведение рук в стороны:
 - подъёмы рук вперёд на высоту 90°
 - отведение рук назад;
 - подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;
 - подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;
 - сгибание рук в локтях в направлении: вверх – в стороны и вниз – в стороны;
 - сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
 - сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;
 - сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд – в стороны - назад;
 - сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперёд–вверх–назад;

- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
 - вращения кистями во II позиции;
 - вращения кистями с руками, поднятыми вверх.
- Упражнения на развитие поясничного пояса
- перегибы корпуса назад;
 - повороты корпуса вокруг вертикальной оси;
 - круговые движения корпуса.
- Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:
- отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием
 - отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием;
 - отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием;
 - отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
 - отведение ноги вперёд с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
 - подъёмы согнутой в колене ноги в сторону;
 - отведение ноги назад на носок с полуприседанием.

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

I. Теория.

1. Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.
2. Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца. Наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения классического танца у станка и на середине зала.

II. Экзерсис у станка

Практика.

1. Постановка корпуса (в выворотных позициях).
 2. Позиции ног: I, III, II, V.
 3. Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. После освоения на середине зала и лицом к станку.
 4. Разучивание элементов классического танца у станка.
- Demi-pliés. Изучается лицом к станку в I II III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
 - Battements tendus. Повторяются изученные элементы темы 2. Затем изучаются лицом к станку из I позиции назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).
 - Battements tendus с demi-pliés. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).
 - Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга). Изучается лицом к станку с I позиции по точкам – вперед в

сторону, в сторону вперед. Затем назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение и 8 тактов, если музыкальный размер – 2.4.4. Позднее, при музыкальном размере 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

- Подготовительное port de bras. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1.

- Положения ноги sur les cou-de-piéd – «условное» и «обхватное». Изучается из I позиции в сочетании с battements tendus в сторону, вперед. Затем продолжается изучение лицом к станку с I позиции по точкам назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.

- Battements relevés lents на 45о. . Изучается из I позиции, стоя лицом к станку в сторону. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

III. Экзерсис на середине зала

Практика.

1. Постановка корпуса (в выворотных позициях).
2. Позиции ног: I, II, III, V.
3. Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.
4. Разучивание элементов классического танца на середине зала.

IV. Allegro Практика.

ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ

I. Теория.

История возникновения современного танца. Появление эстрадного танца в России.

II. Экзерсис на середине

1. Практика. Техника изоляции.

Один из основных принципов современного танца. Изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног. На первом этапе обучения координируется 1, а затем 2 центра в одновременном параллельном или разнонаправленном движении, ритмический рисунок ровный, без синкоп.

2. Практика. Основные шаги

приставной шаг с plié. Сначала изучается в чистом виде, а потом соединяется с работой корпуса

выпады в сторону, сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса

подъем на носки, разворот стоп «краб»

3. Практика. Основные движения корпусом

Раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону.

4. Практика. Прыжки

прыжки на месте

прыжки вперед – назад

прыжки вправо-влево

прыжки «крестом»

прыжки «ноги вместе - ноги врозь»

5. Практика. Танцевальная комбинация.

Танцевальная комбинация строится на основе изученных элементарных движений.

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

I. Теория.

Народный танец как вид хореографического искусства.

II. Практика. Экзерсис на середине зала.

1. **Практика. Русский танец.** Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Позиции ног выворотные (только для экзерсиса), свободные, прямые (параллельные), обратные (закрытые). Три позиции рук и положения рук: подготовительное, на талии, под грудью, на груди, на поясице, на затылке. Платочек в русском танце. Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны.

2. **Практика. Элементарные ходы и проходки.**

- Основной шаг – с продвижением назад.
- Основной шаг с притопом – с продвижением назад.
- Основной шаг с проскальзывающим притопом.
- Шаг на ребро каблука с притопом – с продвижением вперед.
- Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом – с продвижением вперед.
- Перекрещивающийся шаг с продвижением вперед.

3. **Практика. Бег, подскоки, галоп.**

- Бег назад с выбрасыванием вытянутых в коленях ног вперед (на носок и на ребро каблука).
- Скользящие подскоки по VI (I прямой) позиции на полуприседании.

4. **Практика. «Гармошка», «ёлочка».**

- «Гармошка» с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах.
- «Гармошка» с полуприседанием по I обратной (закрытой) позиции.
- «Ёлочка» с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах.
- «Ёлочка» с полуприседанием при повороте пяток обеих ног.

5. **Практика. «Моталочки» одной ногой без подскока с двойным притопом.**

6. **Практика.** «Моталочки» одной ногой с подскоком и двойным притопом.

7. **Практика.** Дробные выстукивания.

- Удары полупальцами.
- Удары каблуком.
- Двойные притопы.

7. **Практика.** Хлопки – одинарные прямые (фиксированные) – спереди, сзади, сбоку.

8. **Практика.** Присядки, прыжки и трюки.

- «Мячик» на полуприседании.
- «Мячик» с одинарным выносом ноги вперёд на ребро каблука в конце муз фразы (на полуприседании) – на месте.
- «Мячик» с одинарным выносом ноги в сторону на каблук в конце муз фразы (на полуприседании) – на месте.
- «Разножка» в стороны на каблук («одноимённая» разножка).
- Малые прыжки на двух ногах – с вытянутыми ногами.
 1. Temps levés sautés в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.
 2. Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.
 3. Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращёнными стопами («Лягушка») – лицом к станку, затем на середине зала.
 4. Трамплинные прыжки. «Разножка» из I свободной (полувыворотной) позиции с вытянутыми стопами – лицом к станку, затем на середине зала.

Прслушивание музыки

Теория. прослушивание музыки дается с учетом направленности хореографического искусства. Воспитанники получают знания о специфике музыкального искусства, осваивают знания музыкальной терминологии, актуальной для хореографического искусства. Также изучают музыкальный размер 2/4, 4/4, 3/4, 6/8. Сильные доли такта, слабые доли, акцент. Конкретный художественный образ в музыкальном отображении.

Практика. Упражнения по развитию ритмичности, музыкальности. Ритмические упражнения под музыку.

Посещение концертов творческих коллективов города и области

Практика. **Практика дисциплины:** Посещение концертов с последующим анализом просмотренного, использование для детального разбора видеоматериалов. Привлечение старших ребят для показа движений данных номеров, разучивание этих движений.

Итоговое занятие

Практика. Работа по закреплению изученного материала. Открытое занятие. Подведение итогов года.

Концертная деятельность

Практика. Участие в конкурсах и фестивалях различного уровня.

1.3.6. Содержание учебного плана 3 года обучения.

Вводное занятие

Теория. Определение планов на учебный год. Правила техники безопасности.

Содержание «Классический танец. Историко-бытовой танец. Народно-сценический танец. Современный танец. Подготовка репертуара»

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

I. Теория.

1. Становление русской школы классического танца.
2. Отличительные черты русского классического балета и его школы (содержательность, многонациональный характер репертуара балетных спектаклей и школы классического танца, осмысленность и выразительность исполнительской техники, не смотря на высокую техничность исполнения, воспитание исполнителей-индивидуумов, педагогов, балетмейстеров).

II. Практика. Экзерсис у станка

Подготовительные движения рук(и) – préparations. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.

Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Разучивание элементов классического танца у станка.

В ускоренном темпе повторяются упражнения, указанные в теме 2, держась за станок одной рукой и усложняются за счет увеличения темпа и добавления V позиции.

Дополнительно изучается: положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (sou de pied), икры и колена.

Demi-pliés в V позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.

Battements tendus из V позиции. Изучается вначале в сторону, вперед, в конце года – назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение (по мере усвоения – 1 такт).

Battements tendus с demi-pliés из V позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга) с I позиции – с préparation и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции – с préparation и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

Battements tendus jetés. Изучается из I, V позиций. Изучаются, стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции), затем – вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

Battements frappés в сторону, вперед, назад (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30о). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.

Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом. Изучается из I и V позиций: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés.

Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.

Battements fondus. Исполняется в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45о. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4, по мере усвоения, при музыкальном размере 2/4 и 3/4 – 2 такта.

Battements relevés lents на 45о из V позиции, стоя боком к станку (в сторону, позднее вперед и назад). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку – исполняются в конце экзерсиса у станка. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

Grands pliés. Изучается в I, II позициях (лицом к станку). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

Préparations к ronds de jambe par terre en dehors et en dedans. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения,

Battements retirés «до колена». Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.

1-е port de bras. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

III. Практика. Экзерсис на середине зала

Подготовительные движения рук(и) – préparations.

Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.

Повторяются упражнения, разученные в теме 2.

Дополнительно изучается понятие:

épaulement .

Épaulemént croisé (с ногой на полу)

épaulemént éffacé (с ногой на полу)

IV. Практика. Allegro

Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет. Фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Temps levé sauté. Изучается по I, II, V позициям. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.

Pas écharré. Изучается из V позиции во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое движение.

ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ

I. Теория.

Особенности танцев XIX века. Музыка, стиль, манера, костюмы, прически.

II. Практика. Экзерсис на середине зала

- Танцы XIX века.
- Исполнение простейших композиций на основе элементов историко-бытовых танцев, пройденных на первом году обучения.
- Изучение элементов танцев XIX века:

- положений рук, корпуса и головы;

движений:

– pas de basque (сценический);

– pas glissé;

– pas chassé (усложнение форм, изученных в классе).

Практика. Разучивание танцев XIX века:

- полонез; экосез.

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

I. Теория.

Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем.

II. Практика. Экзерсис на середине зала

Русский танец.

Бег, подскоки, галоп, полька.

Подскоки по VI (I прямой) позиции – на месте и с продвижением
Галоп.

Подготовка к польке по III позиции.

«Припадания», «маятник», «подбивки», «ковырялочки».

«Припадание» по VI позиции.

«Припадание» по III позиции (с продвижением в сторону).

«Припляс» (pas de basque) как разновидность припадания (из стороны в сторону).

«Маятник» (перескоки с ноги на ногу по VI позиции) на месте.

«Ковырялочка» без подскока – с паузой и без неё.

Подготовка к «верёвочке».

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

I. Теория.

Стили современного танца. Их отличительные особенности.

II. Практика. Экзерсис на середине зала

Изучение новых танцевальных элементов.

- партер;

- небольшие танцевальные фрагменты.

Практика. Изучение танцевальных элементов современной хореографии.

Практика. Основные шаги

Практика. Прыжки

ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА

I. Теория.

1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

II. Практика. Экзерсис на середине зала

Практика.

1. Создание сценического образа

2. Изучение танцевальных движений

3. Соединение движений в танцевальные комбинации

4. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах

5. Отработка элементов

6. Работа над музыкальностью

7. Развитие пластичности

8. Синхронность в исполнении

9. Работа над техникой исполнения

10. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений

11. Выразительность и эмоциональность исполнения

Посещение концертов творческих коллективов города и области

Практика. Посещение концертов с последующим анализом просмотренного, использование для детального разбора видеоматериалов. Привлечение старших ребят для показа движений данных номеров, разучивание этих движений.

Итоговое занятие

Практика. Работа по закреплению изученного материала. Открытое занятие. Подведение итогов года.

Концертная деятельность

Практика. Участие в конкурсах и фестивалях различного уровня.

1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1.4.1 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Личностные результаты:

- готовность и способность учащихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- сформированное целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития хореографии и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, духовное многообразие современного мира;
- наличие коммуникативной компетентности, проявляющейся в общении и сотрудничестве сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, концертной и конкурсной деятельности;
- осознанное принятие системы базовых национальных ценностей.

Метапредметные результаты:

По окончании курса учащиеся должны знать и уметь применять на практике:

- методы исследования;
- методы обработки информации;
- продуктивно взаимодействовать со сверстниками и педагогом при реализации хореографии.

Предметные результаты:

По окончании курса учащиеся должны:

- знать основные понятия «мелодия», «поза», «движение».
- владеть специальными знаниями, умениями и навыками по партерной гимнастике, ритмике и детскому танцу;

- раскрыть свой творческий потенциал, опираясь на хорошее физическое развитие;
- иметь общепринятые манеры культуры общения и поведения в коллективе, быть аккуратными, опрятными, элегантными.

1.4.2 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Личностные результаты

- Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторимый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преобразаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты

- **регулятивные**
 - проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
 - умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
 - воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.
- **познавательные**
 - умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
 - самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
 - передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
 - передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
 - повторять любой ритм, заданный педагогом;
 - уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
 - уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
 - выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
 - иметь навыки актёрской выразительности;
 - распознать характер танцевальной музыки;
 - иметь понятие о детальных оттенках музыки.

- **коммуникативные**
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участие в музыкально-концертной жизни ансамбля.

1.4.3 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 3 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Личностные результаты

- Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.
- Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты

- **регулятивные**
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели.
- **познавательные**
Учащиеся должны уметь:
 - отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
 - различать основные характерные движения некоторых народных танцев;
 - исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
 -
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;

- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- уметь импровизировать под заданную музыку.
- **коммуникативные**
- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
 - с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
 - умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.
 - получить знания о танцах XIX века, русском танце, современном танце;
 - владеть общими сведениями об искусстве хореографии, её специфике и особенностях;
 - иметь ясные представления о развитии хореографического искусства;
 - владеть информацией о культурных традициях родного края.

1.5 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1.5.1 Кадровое обеспечение

Занятия проводит педагог дополнительного образования, имеющий хореографическое образование, владеющий основами методики обучения хореографическому искусству, широким спектром профессиональных компетенций. Педагог, работающий по данной программе, должен проявлять знание сценического мастерства, умение подбирать материал для занятий и комбинировать его, последовательно вводя в танцевальные эпизоды элементы актерской подачи и стилистической отделки, а также обладает личностно-профессиональными качествами, позволяющими успешно работать с данной возрастной категорией.

1.5.2 Материально-техническое обеспечение.

Необходимые условия реализации программы:

- Материально-техническое обеспечение;
- Танцевальный зал;
- Музыкальный центр;
- Компьютер;
- Записи фонограмм в режиме «+» и «-»;

- Медиа техника;
- Зеркало;
- Шумовые инструменты (палочки, ложки, самодельные инструменты из бросового материала);
- Записи аудио, видео, формат CD, MP3;
- Записи выступлений, концертов;

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график размещен в рабочих программах по годам обучения.

2.2. Формы контроля и аттестации

Подведение итогов обучения имеет большое воспитательное значение. Цель учета и контроля знаний и умений – содействовать воспитанию у учащихся ответственности за результат своего труда, самоконтроля и самонаблюдения, а это в свою очередь формирует навык самоанализа.

Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки:

<i>Параметры</i>	Критерии
<i>Балетные данные</i>	осанка выворотность танцевальный шаг подъем стопы гибкость прыжок
<i>Музыкально-ритмические способности</i>	чувство ритма координация движений: нервная мышечная двигательная музыкально-ритмическая координация

<i>Сценическая культура</i>	эмоциональная выразительность создание сценического образа
-----------------------------	---

Контролю результатов обучения подлежат:

Осанка - для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.

Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.

Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.

Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).

Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

Музыкально – ритмическая координация

Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.

Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

Входной, направленный на выявление требуемых на начало обучения знаний, дает информацию о музыкальном и ритмическом развитии обучающихся. Для этого вида контроля используются методы:

- наблюдение;
- игры: имитационные, ролевые, драматизации.

Промежуточный контроль.

Текущий, осуществляемый в повседневной работе с целью проверки усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях обучающихся. Для этого вида контроля можно использовать такие методы:

- устные (фронтальный опрос, беседа);
- индивидуальные (дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей обучающихся); - наблюдения.

Тематический, осуществляемый по мере прохождения темы, раздела и имеющий целью систематизировать знания и умения обучающихся. Этот вид контроля подготавливает обучающихся к открытым занятиям. Здесь можно использовать следующие методы: - практические: (сдача элементов танца);

- индивидуальные;
- комбинированные (творческий проект);
- самоконтроля (самостоятельное нахождение ошибок, анализ причины неправильного исполнения танцевальных элементов, устранение обнаруженных пробелов).

Итоговый, проводимый в конце четвертей, полугодий, всего учебного года. Здесь целесообразно проводить концерты, фестивали обучающихся, соревнования, участие в конкурсах.

В качестве системы оценивания в творческом объединении используется коллективный анализ исполнительского мастерства обучающихся, где отмечаются наиболее удачные решения, оригинальные подходы, разбираются типичные ошибки.

К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования: - индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого обучающегося;

- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;
- разнообразие форм проведения, повышение интереса к его проведению; - всесторонность, то есть должна обеспечиваться проверка теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков обучающихся; - дифференцированный подход.

2.3. Диагностический инструментарий

Критерии	Показатели	Индикаторы	Число баллов	Методы диагностики
Теоретическая подготовка				
Уровень теоретических знаний по основным разделам учебно-тематического плана программы	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> ■ не усвоил теоретическое содержание программы; ■ овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой; ■ объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$, ■ освоил весь объем знаний, предусмотренный программой за конкретный период 	0	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
			1	
			2	
			3	
Уровень владения специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	<ul style="list-style-type: none"> ■ не употребляет специальные термины; ■ знает отдельные специальные термины, но избегает их 	0	Наблюдение, собеседование
			1	

		употреблять; ■ сочетает специальную терминологию с бытовой;	2	
		■ специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.	3	
Практическая подготовка				
Уровень умений и навыков, предусмотренных программой (по основным разделам учебно-тематического плана)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	■ не овладел умениями и навыками; ■ овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков; ■ объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2, ■ овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период	0	Наблюдение, контрольное задание
			1	
			2	
			3	
Уровень владения специальными предметами.	Отсутствие затруднений в использовании специальных предметов.	■ не пользуется специальными предметами; ■ испытывает серьезные затруднения при работе с предметами;	0	Наблюдение, контрольное задание
			1	

		<ul style="list-style-type: none"> ■ работает с предметами с помощью педагога; ■ работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей 	2	
			3	
Уровень креативности	наличие творческого подхода при выполнении практических заданий	<ul style="list-style-type: none"> ■ начальный (элементарный) уровень развития креативности-ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога; ■ репродуктивный уровень - в основном, выполняет задания на основе образца; ■ творческий уровень (I) — видит необходимость принятия творческих решений, выполняет практические задания с элементами творчества с помощью педагога; ■ творческий уровень (II) - выполняет практические задания с элементами творчества самостоятельно. 	0	Наблюдение, контрольное задание
			1	
			2	
			3	

2.4 Методическое обеспечение программы

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Для получения наилучшего образовательного результата необходимо создать условия для организации учащихся, а именно обеспечить всем необходимым оборудованием: зеркалами, танцевальным станком, техническими средствами обучения.

Главной задачей педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности обучающихся.

С целью более глубокого изучения теоретического материала рекомендуется ведение тетрадей, в которых дети записывают музыкальные и танцевальные термины, изучаемые танцевальные жанры названия балетов, имена известных исполнителей, слушаемую музыку и другую необходимую информацию.

Однако, педагог, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Методические принципы реализации программы:

Реализация данной программы базируется на следующих принципах:

- принцип дидактики (построение учебного процесса от простого к сложному).
- принцип актуальности (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения).
- принцип системности (подразумевает систематическое проведение занятий).
- принцип творческой мотивации - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные

особенности обучающихся. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Данная программа состоит из отдельных танцевальных направлений, но в связи со спецификой обучения в хореографическом ансамбле границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение различных элементов и танцевальных техник, которые используются в подготовке текущего репертуара. В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Вид работы:

1. Знакомство с историей хореографического искусства.
 2. Беседа об особенностях занятий.
 3. Знакомство с классическим и современным искусством (просмотр видеозаписи, музыкального материала).
 4. Работа над развитием образной памяти.
 5. Учебные занятия по владению элементами сценического движения. Работа над выразительностью и синхронностью в движении, над гибкостью тела, пластикой движения.
 6. Контактная импровизация.
 7. Работа над созданием танцевальной программы. Распределения ролей в танцевальных номерах.
 8. Выступления, обсуждение программы. Взаимодействие с семьёй, проведения творческих мероприятий.
 9. Индивидуальная работа с учащимися.
 10. Методическая помощь школам.
- Методы работы;
1. Методы формирования познания;
 - 1.1. Словесные:
 - Объяснение
 - Беседа
 - Рассказ
 - Инструктаж
 - 1.2. Наглядные;
 - Показ движения
 - Демонстрация рисунков, иллюстраций, фильмов.
 - 1.3. Самообразование.
 2. Методы формирования опыта поведения;
 - 2.1. Упражнения или тренировка.
 - 2.2. Приучения (напоминание).

- 2.3. Педагогическое требование.
- 2.4. Общественное мнение.
- 2.5. Поручение.
- 2.6. Воспитательная ситуация.
3. Методы стимулирования.
- 3.1. Поощрение.
- 3.2. Соревнование.
- 3.3. Манипулирование.

Принципы работы;

1. Природосообразности.
2. Культуросообразности.
3. Индивидуально – личностного подхода.
4. Коллективизма
5. Наглядность.
6. Креативность (творчества)

Методы обучения

Словесный метод обучения (рассказ, беседа, объяснение, описание, анализ, указания, обсуждение);

– Наглядный метод обучения (показ, наблюдение, зеркальное изображение);

– Метод практический (подводящие упражнения, имитационные упражнения, направляющая помощь преподавателя, облегчение внешних условий, выполнение основ техники, с усложнением условий, в комбинациях упражнений, упражнения на развитие двигательных качеств в условиях близких к соревновательным условиям);

– Методы, формирующиеся на основании уровня деятельности обучающихся;

– репродуктивный метод обучения (точное воспроизведение движений по показу);

– творческий метод (импровизация).

Формы проведения занятий: практические занятия, конкурсы, мастер-классы, совместные концерты с другими творческими коллективами города, отчетные концерты, творческие мастерские, класс-концерты, открытые занятия, фестивали. Любое занятие возможно провести дистанционно.

- групповая (основная форма занятий);
- по звеньям (отдельно мальчики, отдельно девочки);
- индивидуальная (используется индивидуальная форма работы).

2.5.Список литературы

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Из-во «Айри Пресс», М., 1999.
3. Базарова Н Классический танец... Методика обучения в 4-5 классе. Из-во "Искусство", Л., 1975г.
4. Базарова Н.,Мей В. . Азбука классического танца. Методика обучения в 1-3 кл. Из-во "Искусство"; Л. 1983 г.
5. Барышникова Т. Азбука хореографии. Из-во "Айри Пресс", М., 1999г
6. Ваганова А. Основы классического танца. Учебник. Из-во "Искусство". Л. 1980г.
7. Васильева - Рождественская М. Историко-бытовой танец. Из-во "Искусство", М., 1987г.
8. Горшкова Е.В. От жеста к танцу: Методика и конспекты занятий по развитию у детей творчества в танце. М.: Издательство «Гном и Д», 2002.
9. Костровицкая В.100 уроков классического танца. (1-8 кл.). Учебно-методическое пособие. Из-во "Искусство", Л., 1981г.
- 10.Полятков С.С. Основы современного танца. Изд. 2-е - Ростов н/Д: Феникс, 2006.- 80 с. 13. К
- 11.Основы классического танца. Учебник. Из-во «Искусство», Л., 1980г.
- 12.Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2003.
- 13.Самоукина И.В. Игровые методы в обучении и воспитании. - М.: 1992.
- 14.Федорова Г.П. Танцы для детей: Методическое пособие. - СПб.: Детство-пресс, 2000.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 265170146627871538706179163738914973990086477827

Владелец Агалакова Ирина Владимировна

Действителен с 23.11.2023 по 22.11.2024