

Государственное бюджетное оздоровительное общеобразовательное учреждение санаторного типа для детей, нуждающихся в длительном лечении «Верхнесаянтуйская санаторная школа-интернат»

<p>Рекомендована к использованию П/с ГБОУ «Верхнесаянтуйская санаторная школа-интернат» Протокол № <u>4</u> от «<u>04</u>» <u>09</u> 2024 г.</p>	<p>Утверждаю Директор ГБОУ «Верхнесаянтуйская санаторная школа-интернат» Гатапов Р.В. Приказ № <u>1</u> от «<u>04</u>» <u>09</u> 2024 г.</p> 
--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дополнительная общеобразовательная программа
Культурно-досуговая
«Хореография»

Кулакова Л.Г.,
педагог дополнительного образования

с. Верхний Саянтуй
2024– 2025 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

№	разделы	страница
1	Пояснительная записка	3-7
2	Учебно-тематический план	9-15
3	Содержание программы	16-31
4	Методическое обеспечение программы	32-37
5	Литература	37

Пояснительная записка

В основу программы положена следующая **нормативно-правовая база:**

- 1 Конституция Российской Федерации.
- 2 Федеральный Закон “Об образовании Российской Федерации”
- 3 Примерная основная образовательная программа одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15)
- 4 Программа внеурочной деятельности школьников Д.В.Григорьева, П.В.Степанова
- 5 Конвенция о правах ребенка
- 6 Основная образовательная программа ГБОУ «Верхнесаянтуйская санаторная школа-интернат»
- 7 Устав ГБОУ «Верхнесаянтуйская санаторная школа-интернат», локальных актов школы-интерната.

Программа рассчитана на воспитанников ГБОУ «Верхнесаянтуйская санаторная школа-интернат» в возрасте от 10 до 15 лет. Особенность воспитанников заключается в динамичности состава группы в связи со спецификой образовательного учреждения и в том, дети имеют ослабленное здоровье.

Программа направлена на знакомство воспитанников 5-7 классов с искусством хореографии как средством эстетического и физического совершенствования человека, развития художественного вкуса, воспитания благородства манер, укрепления мышц тела, формирования правильной осанки, развития ловкости, пластики и координации движения.

Данная программа предназначена для занятий в хореографическом кружке, где занятия проводятся в течение учебного года с воспитанниками, имеющими интерес и желание к танцевальной деятельности.

Объем часов, отведенных на занятия в неделю составляет 9 часов занятий с младшей группой (5-6 классы) и 9 часов занятий с воспитанниками старшей группы (7 -9 класс).

Продолжительность одного занятия составляет 90 минут с 10 минутной валеологической паузой. Периодичность занятий составляет 3 раза в неделю с каждой возрастной группой и индивидуальные занятия с солистами 1 раз в неделю.

Цель программы:

-создание условий для формирования танцевальной культуры, посредством изучения современных направлений в хореографии.

-развитие физического потенциала учащихся для выполнения танцевальных композиций в различных жанрах хореографии.

-формирование условий для разностороннего развития индивидуальных особенностей личности обучающихся посредством изучения различных направлений в хореографии.

Задачи: Задачи программы:Образовательные:

- обучить основным танцевальным направлениям данной программы (классический танец, народный танец)
- обучить технике выполнения классического и современного экзерсиса
- обучить практическому применению теоретических знаний.
- выработка у обучающихся личностных качеств, способствующих умению планировать свою деятельность, приобретению навыков творческой деятельности, в том числе коллективной работы, осуществлению самостоятельного контроля за своей деятельностью, умению давать объективную оценку своему труду, формированию навыков взаимодействия с другими воспитанниками, определению наиболее эффективных способов достижения результата.

Формы и методы работы:*Формы:*

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;
- соревнования;
- игры;
- проекты;
- самоанализ и самооценка.

Методы:

- наглядный (наглядно-слуховой, наглядно-двигательный);
- словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- практический (**упражнения воспроизводящие и творческие**).

2. Содержание учебного материала.

На каждом этапе обучения дается материал по основным четырем разделам: 1) ритмика и музыкальная грамота, 2) азбука классического танца, 3) элементы народного танца, 4) подготовка концертных номеров. Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в

хореографическом кружке границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического и народного танца.

4

Отличительные особенности.

Программа является продолжением программы «Азы хореографического мастерства» Василевских Т.В., включает в себя такие разделы как: - Классический танец 25%; народно-сценический танец 25%; %, джаз-танец 15%; партерная и ритмическая гимнастика-10%; постановка танца 25%.

1. Стержневая специализация программы, ее основная художественно-эстетическая направленность – народный и модерн танец с элементами свободной (тематической) пластики.

Основной акцент в хореографической работе с детьми делается на освоение народной танцевальной культуры, национальных фольклорных традиций – фундаментальных, преемственных, генетически проверенных на протяжении веков, оптимистических и жизнерадостных по своему образно-художественному строю. Все это совпадает с мироощущением ребенка, делает творческий процесс успешным, интересным, легкоусвояемым, понятным и близким по духу и восприятию. Ритмика, гимнастика, элементы классического, современной и джазового танца имеют свои локальные задачи. Они – средства в достижении основной цели.

2. Использование синтеза методик, адаптированных для детей школьного возраста, обеспечивающего их всестороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

3. Комплексный подход в обучении, его многожанровый характер. Разнообразные виды ритмики на народно-сценической основе, партерная гимнастика, национальная хореография, классический танец, джаз-танец – все это обеспечивает комплексный характер обучения. А это, в свою очередь, задействует наибольшее количество чувств ребенка (его анализаторов-рецепторов). Без комплексного подхода обучение станет менее содержательным, формальным, эмоционально обедненным. Кроме того, комплексность и многожанровость обеспечивает не только оптимальное обучение ребенка по многим параметрам, но и позволяет на начальном этапе выявить его наклонности и развить творческие способности в определенном виде танцевального искусства. Такой подход не исключает, а предполагает функциональную самостоятельность каждого раздела программы.

4. Создание оптимистической комфортной психоэмоциональной атмосферы занятий, в которой ребенок может радостно и свободно работать без чрезмерных усилий. Сохранить радость, детскую непосредственность восприятия, эмоционально раскрепостить душу ребенка, создать жизнерадостный характер обучения, благоприятную среду для успешного освоения им хореографического материала, проявления творческих способностей – главное условие успеха.

5. Использование разнообразного арсенала конкретных методов и приемов, направленных на эффективное освоение ритмики, танца, на развитие и реализацию творческого потенциала школьников.

Программа построена с учетом интеграции с другими общеобразовательными предметами, которая отражена в ее структуре: музыка, мировая художественная культура, история, физкультура.

Программа по хореографии составлена с учетом возрастных особенностей детей среднего школьного возраста с 11 до 15 лет.

Программа рассчитана на пять лет обучения (1044 часов) из расчета 18 часов в неделю, 5-8 Класс 210 часов в год и 9 класс 204 часов в год.

Разделы распределяются по этапам обучения:

Первый этап.

5 Класс (10-11 лет) Классический танец. Народно-сценический танец. Ритмической и партерной гимнастики. Постановка танцев (ансамбль).

5

Второй этап

6-7 класс (12-14 лет). Классический танец. Народно-сценический танец. Ритмической и партерной гимнастики. Постановка танцев (ансамбль).

Третий этап.

8-9 класс (15-16 лет). Народно-сценический танец. Джаз - танец. Постановка танцев (ансамбль).

Методы и формы работы.

Педагогические методы и формы работы:

- тематический принцип планирования учебного материала;
- единство воспитания и образования;
- словесные методы (лекция, беседа, диспут, анализ) в сочетании с практическими занятиями (творческим показом);
- наглядные методы (демонстрация, иллюстрирование тематического материала);
- внеурочная деятельность, связанная с просмотром хореографических ансамблей, балетов с дальнейшим обсуждением и анализом материала;
- творческая практика (тестирование, упражнения на закрепление материала, упражнение на развитие художественно-образного мышления, этюды, танцевальные комбинации, танцы и т.п.).

Педагогические технологии.

- игровые технологии;
- личностно-ориентированный подход к учащимся.

Образовательная программа «Хореография» предусматривает формирование общеучебных ЗУН, универсальных способов деятельности и **ключевых компетенций** воспитанниками:

В процессе освоения учащимися курса дополнительного образования «Хореография» формируются **основные ключевые компетенции**: учебно-познавательные, коммуникативные, социально-бытовые, здоровьесберегающие, а так же **предметные компетенции**: культурологические, эстетикообразующая, креативная, художественно-пластическая. исполнительская:

1. **учебно-познавательная** – формирует способность трансформировать полученные на занятиях хореографии искусством знания в творческую практику и самостоятельно искать и находить недостающие сведения, помогающие созданию художественного образа, воспитывает стойкий интерес к танцу;
2. **коммуникативная**: способствует продуктивному межличностному общению на уровне и формирует стойкие этические понятия разных социальных форм общения: «исполнитель-педагог», «партнер-партнер», «участник-коллектив».
3. **социально-бытовая**: формирует умение использовать исполнительские навыки, приобретенные в коллективном творческом труде вне учебного пространства (дополнительное образование, досуг, дом).
4. **здоровьесберегающая**: способствует развитию мышечной выразительности тела, формирует фигуру и осанку; устраняет недостатки физического развития, укрепляет здоровье, формирует правильный тип дыхания (диафрагмно-брюшное), учит выбирать оптимальные формы труда для достижения поставленной цели без ущерба для здоровья;
5. **культурологическая**; способствует формированию мироощущения построенного на принципах психологии развития искусства в его историческом развитии, учит выявлять

причинно-следственную связь возникновения духовных ценностей на основе материальной культуры, развивает художественно-образное мышление.

6. эстетикообразующая: способствует формированию этического и эстетического

6

понимания искусства в различных социальных, исторических, этнических проявлениях.

5. **креативная:** формирует способность преобразовывать полученную информацию в художественный сценический образ.

6. **художественно-пластическая:** формирует умение владеть телом и выражать им все оттенки настроения, музыкально исполнять движения танца.

7. **исполнительская:** формирует умение донести до зрителя сформированный на репетициях художественный образ во время публичных выступлений;

Данная программа основывается на следующих принципах:

- принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу;

- принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений;

- принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному;

- принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий;

- принцип гуманности в воспитательной работе (безусловная вера 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);

Модель выпускника:

Требования к модели выпускника по окончании курса направлены на реализацию лично-ориентированного, деятельностного и практико-ориентированного подходов; освоение учащимися интеллектуальной и практической деятельности; овладение знаниями и умениями, востребованными в повседневной творческой жизни, позволяющими ориентироваться в окружающем мире, значимыми для сохранения окружающей среды и собственного здоровья. Ожидаемые результаты обучения по данной программе:

- способность выпускников ориентироваться в классическом, народно-сценическом, бытовом, в современных танцах;

- овладеть практическими навыками танцевального искусства;

- знать историю и теорию хореографии и уметь применять ее на практике;

- иметь представление об основных этапах формирования и развития хореографического искусства;

- грамотно и правильно исполнить танец в соответствии с хореографическим жанром;
- исполнять танец в ансамбле;
- использовать полученные навыки в повседневной жизни;

7

- устанавливать адекватность между характером музыки и характером исполнения;
- знаниями хореографической этики и пользоваться ими в коллективном творческом труде, работать с партнером;
- свободно фантазировать, развивать заданные и собственные образные системы, переходить от образа к образу, комбинировать их;
- выполнять индивидуальные, парные и групповые танцевальные комбинации, танцы разных разделов;
- грамотно исполнять программные танцы (умение свободно координировать движения рук, ног, головы, корпуса, владеть сценической площадкой и ансамблевой техникой, музыкально и выразительно исполнять);
- анализировать исполнения танцев
- организовать коллективную работу над танцевальными этюдами и воплотить свой замысел, подключив к работе своих партнеров .
- оценивать выразительность исполнения:
 - различать благородную манеру от навязчиво-крикливой. Пошлой;
 - различать выразительные средства в передаче характера, настроения.
 - выполнять учебные и творческие задания, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.
 - использовать полученные знания в повседневной жизни и ситуациях общественной дискуссии.

Формы подведение итогов результатов.

1. Творческие постановочные работы (участие обучаемых детей в городских и окружных фестивалях-конкурсах детского творчества)
2. Постановка музыкально-танцевальных представлений, театральных спектаклей с участием хореографического коллектива, организация концертных программ для школьных праздников.
3. Открытые уроки, класс-концерты с целью реальной и объективной оценки знаний, навыков и умений, полученных за определенный период (этап обучения в конце полугодия, года).

Учебное распределение часов по разделам

	5	6	7	8	9
Вводное занятие	1	1	1	1	1
Ритмическая гимнастика	30	30	30	30	30
Классический танец	70	70	36	36	-
Народный танец	36	36	70	70	30
Джаз-модерн танец	-	-	-	-	70
Репертуар	72	72	72	72	72

Практика зрителя	1	1	1	1	1
1044	210	210	210	210	204

8

Учебно-тематический план

№ п/п	Тематическое содержание	Всего часов	теория	практика
	5-й Класс 1год.	210	31	179
1	Вводное занятие	1	1	
1.1	История развития классического танца	1	1	
2	Раздел: Классический танец .	72	8	64
2.1	Упражнения классического танца у станка.	30	3	27
	Методика исполнения: Demi-plie,	2	0.25	1.75
	Battmenets tendus,	3	0.25	2.75
	Passe par terre,	2	0.25	1.75
	Battements tendus jetes,	2	0.25	1.75
	sur le cou- de-pied ,	3	0.25	2.75
	Relevés ,	2	0.25	1.75
	Перегибы корпуса лицом к станку.,	2	0.25	1.75
	Grand plie ,	2	0.25	1.75
	Grand battmenets jetes ,	2	0.25	1.75
	Battements developpes.	3	0.25	2.75
	Первое, второе, третье port de bras.	3	0.25	2.75
	Battement releve lent.	2	0.25	1.75
2.2	Упражнения классического танца на середине зала	32	2	30
2.3	Аллегро (прыжки).	10	2	8
3.1	Методика исполнения прыжков	4	2	2
3.2	Техника исполнения прыжков	6		6
	Раздел : Ритмическая и партерная гимнастика	30	2	28
4.	КУ на разогрев и развитие гибкости тела	15	1	14
5.	Партерный комплекс на развитие выворотности, укреплению мышц пресса и гибкости тела.	15	1	14
	Раздел: Народно-сценический танец.	36	8	28
6	Танцы Прибалтийских республик.	12	2	10
5.1	Положение ног, рук , корпуса и головы в парных и массовых танцев.	3	0,5	2,5
5.2	Переводы рук из положения в положение.	3	0,5	2,5
5.3	Основные шаги и движения танцевального этюда.	3	1	2
5.4	Танцевальный этюд.	3		3
6.	Тема Русский танец.	24	4	20
6.1	Основные виды танцевальных шагов:	4	0,5	3,5
6.2	Ходы в русском танце:	4	1	3
6.3	Поклон в русском танце.	4	0,5	3,5

6.4	Основные виды движений	4	1	3
	ЗаклЮчения танцевальных движений и комбинации	4	0,5	3,5
6.6	Простейшие элементы исполнительской техники для мальчиков	4	0,5	3,5
7	Постановка танцев(ансамбль).	72	12	60
	4.1 Изучение композиции танца.	12	2	10
	4.2 Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера. Прослушивание и анализ музыкально сопровождения.	6	1	5
	4.3Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.	12	2	10
	4.4Разучивание основных шагов и движений.	24	4	20
	4.5Разучивание композиции танца	12	2	10
	4.6Работа над техникой и манерой исполнения.	6	1	5
		210	32	178
	6-класс 2 год			
	Раздел: Классический танец.	70	7	63
1.	Упражнения классического танца у станка.	30	3	27
1.1	Методика исполнения упражнений классического танца	3	3	
1.2	Изучение упражнений экзерсиса классического танца в комбинациях:	17		17
1.3	Закрепление упражнений классического танца у станка.	10		10
2.	Упражнения классического танца на середине зала.	32	2	30
2.1	Изучение упражнений классического танца на середине зала.	2	2	
2.2	Закрепление упражнений классического танца на середине зала	30		30
3.	Аллегро (прыжки)	8	2	6
3.1	Техника исполнения прыжков	8	2	6
	Раздел : Ритмическая и партерная гимнастика	30	2	28
4	КУ на разогрев и развитие гибкости тела	15	1	14
5	Партерный комплекс на развитие выворотности, укреплению мышц пресса и гибкости тела.	15	1	14
5.	Раздел: Народно-сценический танец. Основы русского народного танца.	36	1	34
5.1	Истоки русского танцевального искусства.	1	0,5	0.5
5.2	Характерные положения рук для юношей и девушек	7	0,5	6.5
5.3	Виды танцевальных шагов	7		7
5.4	Основные элементы	7		7
5.5	Подготовка к присядкам.	7		7
5.6	Подготовка к «хлопушкам». Виды хлопков и ударов.	7		7

	«Хлопушки».			
7	Постановка танцев(ансамбль).	72	12	60
	4.1 Изучение композиции танца.	12	2	10
	4.2 Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера. Прослушивание и анализ музыкально сопровождения.	6	1	5
	4.3Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.	12	2	10
	4.4Разучивание основных шагов и движений.	24	4	20
	4.5Разучивание композиции танца	12	2	10
	4.6Работа над техникой и манерой исполнения.	6	1	5
	7-класс 3 год	210	14	196
	Раздел: Народно-сценический танец.	72		
1.	Упражнения народно- сценического танца у станка.	35	7	28
1.2	Методика исполнения упражнений народно – сценического танца:	10	2	8
	Изучение упражнений экзерсиса народно-сценического танца в комбинациях:	20	5	15
	Закрепление упражнений народно- сценического танца у станка .	5		5
2	Упражнения народно-сценического танца на середине зала.	37	3	16
2.1	Методика исполнения: движений в национальных характерах	37	3	16
2.2	Закрепление упражнений народно-сценического танца на середине зала.			
	Раздел : Ритмическая и партерная гимнастика	30	2	28
3	КУ на разогрев и развитие гибкости тела	15	1	14
	Партерный комплекс на развитие выворотности, укреплению мышц пресса и гибкости тела.	15	1	14
	Раздел: Классический танец.	36	5	31
1.	Упражнения классического танца у станка.	21	3	18
1.1	Методика исполнения упражнений классического танца:	3	3	
1.2	Изучение упражнений экзерсиса классического танца в комбинациях:	8		8
1.3	Закрепление упражнений классического танца у станка.	10		10
2.	Упражнения классического танца на середине зала.	10	2	8
2.1	Изучение упражнений классического танца на середине зала.	2	2	
2.2	Закрепление упражнений классического танца на середине зала	8		8
3.	Аллегро (прыжки)	4		4
3.1	Техника исполнения прыжков	4		4
	Постановка танцев(ансамбль).	72	12	60

	Изучение композиции танца.	12	2	10
	Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера. Прослушивание и анализ музыкально сопровождения.	6	1	5
	Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.	12	2	10
	Разучивание основных шагов и движений.	24	4	20
	Разучивание композиции танца	12	2	10
	Работа над техникой и манерой исполнения.	6	1	5
	8-ой класс 4 год	210		
	Раздел: Народно-сценический танец.	70		
1.	Упражнения народно- сценического танца у станка.	18	4	14
1.1	Методика исполнения упражнений народно – сценического танца в танцевальных комбинациях сочетая несколько упражнений.	4	4	
1.2	Изучение упражнений экзерсиса народно-сценического танца в комбинациях:	5		5
1.3	Закрепление упражнений народно - сценического танца у станка	9		9
2.	Упражнения народно-сценического танца на середине зала.	16	2	14
2.1	Методика исполнения движений в Бурятском, Русском, характере музыкального произведения.	2	2	
2.2	Изучение движений в Бурятском, Народном, характере:	6		6
2.2	Закрепление движений народно - сценического танца	8		8
3	Раздел : Ритмическая и партерная гимнастика	30	2	28
3.1	КУ на разогрев и развитие гибкости тела	15	1	14
3.2	Партерный комплекс на развитие выворотности, укреплению мышц пресса и гибкости тела.	15	1	14
	Раздел: Классический танец.	36	7	63
1.	Упражнения классического танца у станка.	21	3	18
1.1	Методика исполнения упражнений классического танца:	3	3	
1.2	Изучение упражнений экзерсиса классического танца в комбинациях:	8		8
1.3	Закрепление упражнений классического танца у станка.	10		10
2.	Упражнения классического танца на середине зала.	10	2	8
2.1	Изучение упражнений классического танца на середине зала.	2	2	
2.2	Закрепление упражнений классического танца на середине зала	8		8
3.	Аллегро (прыжки)	4		4
1.	Постановка танцев(ансамбль).	72	12	60
	Изучение композиции танца.	12	2	10
3.	Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера. Прослушивание и анализ	6	1	5

	музыкально сопровождения.			
3.1.	Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.	12	2	10
3.2	Разучивание основных шагов и движений.	24	4	20
3.3	Разучивание композиции танца	12	2	10
3.4	Работа над техникой и манерой исполнения.	6	1	5
	9 класс 5 год	204	25	178
	Вводное занятие	1	1	
1.	Тема 1. История развития джаз танца	1	1	
2	Раздел : Ритмическая и партерная гимнастика	30	2	28
2.1	КУ на разогрев и развитие гибкости тела	15	1	14
2.2	Партерный комплекс на развитие выворотности, укреплению мышц пресса и гибкости тела.	15	1	14
1.1	. Основные этапы развития джаз танца.	1	1	
1.2	. Этапы развития джаз-танца в России.	1	1	
3	Раздел: джаз-танца.	70	9	1.5
3.1	Основные законы техники джаз-танца	6	1.5	4.5
3.1.1	Полицентрика	2	0.5	0.5
3.1.2	Изоляция.	2	0.5	0.5
3.1.3	Релаксация.	2	0.5	0.5
3.2	Приемы джазового танца. Их общая характеристика.	12	3	9
3.2.1	Коллапс. Танец внутри корпуса.	2	0.5	1.5
3.2.2	Координация.	2	0.5	1.5
3.2.3	Комбинация.	2	0.5	1.5
3.2.4	Параллелизм и оппозиция.	2	0.5	1.5
3.2.5	Импульс. Шейк.	2	0.5	1.5
3.2.6	Мультипликация.	2	0.5	1.5
3.3	Использование законов и приемов джазового танца для различных центров тела.	10	1	9
3.3.1	I область: голова и шея.	2	0.5	1,5
3.3.2	Виды изолированных движений.	2	0,25	1.75
3.3.4	Темп и стили исполнения.	2	0.25	1.75
3.3.5	Комбинации внутри центра.	2		1
3.3.6	Координация с изолированными движениями других центров.	2		2
3.4	II область: плечевой пояс.	8	0.5	7.5
3.4.1	Виды изолированных движений.	2	0.25	1.75
3.4.2	Темп и стили исполнения.	2	0.25	1.75

3.4.3	Комбинации внутри центра.	2		2
3.4.4	Координация с изолированными движениями других центров.	2		2
3.5	III область: грудная клетка.	4	0.5	3.5
3.5.1	Виды изолированных движений.	2	0.5	1.5
3.5.2	Координация с изолированными движениями других центров	2		2
3.6	IV область: верхняя часть корпуса (включает часть торса, грудь и плечевой пояс).	4	0.5	3.5
3.6.1	Виды изолированных движений. Темп и стили исполнения.	2	0.5	1.5
3.6.2	Комбинации внутри центра.	2		2
3.7	V область: таз.	8	1	7
3.7.1	Значение таза в джаз-танце.	2	0.5	1.5
3.7.2	Виды движений в тазобедренном суставе.	2		2
3.7.3	Виды изолированных движений.	2	0.5	1.5
3.7.4	Комбинации внутри центра.	2		2
3.8	VI область: руки.	4	0.5	3.5
3.8.1	Кисти в джаз-танце. Позиции рук. Движения рук.	2	0.5	1.5
3.8.2	Координация с изолированными движениями других центров.	2		2
3.9	5.7. VII область: ноги.	8	0.5	7.5
3.9.1	5.7.1. Изоляция, оппозиция и мультипликация области ног (колена, голени, стопы).	2	0.5	1.5
3.9.2	5.7.2. Виды движений (на месте, в продвижении, прыжки, повороты).	2		2
3.9.4	5.7.4. Комбинации внутри центра.	2		2
3.9.5	5.7.5. Координация с изолированными движениями других центров.	2		2
3.10	Уровни в джаз-танце.	14	1	12
3.10.1	Суть и задачи уровней.	2	0.5	
3.10.2	Разновидности уровней («нормальные», акробатические).	2	0.5	1
3.10.3	Простая смена (чередование) уровней. Простые упражнения для уровней.	2		2
3.10.4	Специальные изоляции уровней в джазовом танце.	2		2
3.10.5	Техника свастики.	2		1
3.10.6	Упражнения в положении лежа на спине и на животе.	2		2
3.10.7	Специальное чередование джаз-уровней.	2		2
3.10.8	Движения падения (в положение «лежа на животе», «лежа на спине», в сторону и т.д.)	2		2

3.11	Джазовая гимнастика.	8		8
3.11.1	Вспомогательные упражнения.	4		4
3.11.2	Урок джаз-гимнастики	4		4
4	Постановка танцев(ансамбль).	72	12	60
4.1	Изучение композиции танца.	12	2	10
4.2	Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера. Прослушивание и анализ музыкально сопровождения.	6	1	5
4.3	Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.	12	2	10
4.4	Разучивание основных шагов и движений.	24	4	20
4.5	Разучивание композиции танца	12	2	10
4.6	Работа над техникой и манерой исполнения.	6	1	5

Условия реализации программы

1. Научно-методические:

Методическая литература для педагогов:

1. Ваганова А.Я. основы классического танца. – Москва-Петербург 2001.
2. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца», упражнения у станка. – М.: 2002.
3. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца», упражнения на середине зала. – Москва 2003.
4. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – Москва, 2003.
5. Ферилева Ж.Е, Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». - Санкт-Петербург 2001.

Литература для учащихся:

1. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – Москва, 2000.
2. Печко Л.П. Основы эстетической культуры. – Москва 1998.
3. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - Москва 1989.
4. Серебряникова Ю. «Изучение курса «Познаем прекрасное» в дополнительном образовании детей 6-7 лет», Искусство и образование. – 2003 №1.

2. Материально-технические:

Для успешной работы на уроке хореографии для учащихся необходима высокая степень творческой свободы. Для этого нужны комфортные условия:

1. Светлый, просторный хорошо проветренный зал.
2. Коврики гимнастический
3. Компьютер.
4. Удобная форма

для девочек: (купальник, лосины, хитон),

для мальчиков: (шорты, футболка).

5. Обувь: балетки, народные туфли, сапоги.
6. Наполняемость группы 10-12 человек.
7. Аудио и видео аппаратура.

Содержание программы

5 Класс (210 часов).

Раздел 1. Классический танец . 72 часа. (Теория 8 часов. Практика 64 часа).

Тема 1. Упражнения классического танца у станка. (теория 4 ч., практика 26 ч.)

1.1 Методика исполнения: Demi-plie, Battmenets tendus, Passe par terre, Battements tendus jetes, sur le cou- de-pied , Releves , Перегибы корпуса лицом к станку., Grand plie , Grand battmenets jetes , Battements developpes. Первое, второе, третье port de bras.

Battement releve lent. Прыжки .

1.2 Изучение упражнений экзерсиса классического танца: Demi-plie , Battmenets tendus, Passe par terre, Battements tendus jetes, sur le cou- de-pied , Releves , Перегибы корпуса лицом к станку., Grand plie , Grand battmenets jetes , Battements developpes. Первое, второе, третье port de bras.

Battement releve lent. у станка. Прыжки .

1.3 Закрепление упражнений классического танца у станка.

Тема 2. Упражнения классического танца на середине зала. (теория 2 ч., практика 30ч.).

2.1 Методика исполнения Малые позы croessee, efface ecartee, arabesques, Temps lie par terre, Temps sauté , Releves на полупальцы I, II ,V, VI позициях, с вытянутых ног и с Demi-plies.

Pas польки.

2.2 Изучение упражнений экзерсиса классического танца на середине зала .

2.3. Закрепление упражнений классического танца на середине зала .

Тема 3. Аллегро (прыжки). (теория 2ч. практика 8ч.)

3.1 Методика исполнения прыжков: Pas echappe, Pas assemble, Changement de pieds, Pas balance, Pas be dasgue.

3.2 Техника исполнения прыжков.

Раздел 2. Ритмическая и партерная гимнастика. 36 часов. (2ч. теории, 34 ч. практики)

Тема 1. КУ на разогрев и развитие гибкости тела (1ч. Теории,17ч. практики)

2.1 КУ шагов

КУ на область шеи

КУ плечевого сустава и рук

КУ наклонов корпуса

КУ коленного сустава

КУ бросков ногами

КУ на расслабление

КУ беговой

Тема 2. Партерный комплекс на развитие выворотности, укреплению мышц пресса и гибкости тела. (1ч теории, 17ч. практики)

2.2 КУ на полу для выворотности стопы

КУ растяжки мышц бедер

КУ растяжки мышц спины

КУ на укрепление мышц брюшной полости

Раздел 3. Народно-сценический танец. (36часов).(6ч.теории, 30ч. практики)

Тема 5. Танцы Прибалтийских республик.12ч (2ч.теории, 10ч.практики)

5.1 Положение ног, рук , корпуса и головы в парных и массовых танцев.

5.2 Переводы рук из положения в положение.

5.3. Основные шаги и движения танцевального этюда.

5.4 Танцевальный этюд.

Тема 6. Русский танец.24ч (20ч. практики, 4ч.теории)

6.1 Основные виды танцевальных шагов:

- простой шаг (на 1/8 такта, с проскальзывающим ударом);
- переменный шаг (простой, с полуприседанием);
- бег (с подъемом коленей, с броском прямых ног).

6.2 Ходы в русском танце:

- боковые: «ёлочка», «гармошка»;
- «молоточки» (ход «Уральской шестеры»).

6.3 Поклон в русском танце.

- значение, разновидности и особенности исполнения бытовых и сценических поклонов;
- простой (маленький и поясной) поклон на месте.

6.4 Основные виды движений

«Моталочка»:

продольная (основной вид).

«Ковырялочка»:

- без подскока;
- с подскоком.

«Припадания»:

- в 1-м прямом положении;
- в 3-м свободном положении без подъема на полупальцы
- с переводом рук из положения в положение.

6.5 Заключение танцевальных движений и комбинаций:

- притоп (простой, двойной);
- соскок;

- концовка.

6.6 Простейшие элементы исполнительской техники для мальчиков

- подготовка к хлопущкам: одинарные хлопки и удары (фиксирующие и скользящие);

- подготовка к присядкам: глубокое приседание, полуприсядка с открыванием ноги на ребро каблука.

Раздел 4. Постановка танца (ансамбль). (72 часа)

4.1 Изучение композиции танца.

4.2 Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера.

Прослушивание и анализ музыкально сопровождения.

4.3 Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.

4.4 Разучивание основных шагов и движений.

4.5 Разучивание композиции танца.

4.6 Работа над техникой и манерой исполнения.

6 Класс (210 часов).

Раздел 1. Классический танец 72 часа. (16 ч. теории, 56 ч. практики)

Тема 1. Упражнения классического танца у станка. (теория 5 ч. практика 31 ч.)

1.1 Методика исполнения упражнений классического танца: grand plie, Battement fondu, Battement frappe, Положение ноги на passe, Battment releve lent на 45 градусов крестом, Pas de bourre, Grand battments.

1.2 Изучение упражнений экзерсиса классического танца в комбинациях:

- Demi и grand plie

а) с 1 port de bras.

б) с releve на полупальцы.

- Battment tendu

а) с pour le pied;

б) с переходом через 4 позицию;

в) с полуповоротом к станку (по усмотрению педагога).

- Battment tendu gete

а) с gete pique

б) полуповоротом к станку (по усмотрению педагога).

- Rond de jamb par terre en dehors, en dedans.

а) с passé par terre;

б) с port de bras;

в) с перегибами назад и вперед;

г) с позой в конце упражнения.

- Battement fondu носком в пол.

- Battement frappe носком в пол.

- Положение ноги на passe.

- Battment releve lent на 45 градусов крестом.

- Releve на полупальцы в комбинации (в разных темпах), с ногой в положении sur le cou - de - pied.

- Pas de bourre с переменной ног.

-Grand battments крестом.

Allegro:

-Temps Soute (по 1,2, 5 поз);

-Pas assamble носком в пол;

-Pas eshappe

1.3 Закрепление упражнений классического танца у станка.

Тема 2. Упражнения классического танца на середине зала. (4ч. теории, 12ч. практики)

2.1 Изучение упражнений классического танца на середине зала.

2.2 Закрепление упражнений классического танца на середине зала

-1, 2 ,3 arabesques (носком в пол), малые позы croise, effase вперед и назад.

-Battements tendus (по усмотрению педагога).

-Releve на полупальцы.

-Pas de bourre с переменной ног.

-Temps lie par terre.

Тема 3. Аллегро (прыжки) (7 теории, практика 13ч)

3.1 Техника исполнения прыжков -Temps Soute (по 1,2, 5 поз); -Pas assamble носком в пол; -Pas eshappe на 2 поз.

Раздел 2. Ритмическая и партерная гимнастика 36 часов. (2ч теории, 34 ч.практики)

Тема 1. КУ на разогрев и развитие гибкости тела (1ч. Теории,17ч. практики)

2.1 КУ шагов

КУ на область шеи

КУ плечевого сустава и рук

КУ наклонов корпуса

КУ коленного сустава

КУ бросков ногами

КУ на расслабление

КУ беговой

Тема 2. Партерный комплекс на развитие выворотности, укреплению мышц пресса и гибкости тела. (1ч теории, 17ч. практики)

2.2 КУ на полу для выворотности стопы

КУ растяжки мышц бедер

КУ растяжки мышц спины

КУ на укрепление мышц брюшной полости

Раздел 3. Народно-сценический танец 36 часов. (Теория 1 ч., практика 34 ч.).

Тема 5. Основы русского народного танца.

5.1 Истоки русского танцевального искусства

5.2 .Характерные положения рук для юношей и девушек (основные , комбинированные). Переводы рук из положения в положение.

5.3 Виды танцевальных шагов («припадания», «гармошка», «елочка») с переводом рук из положения в положение.

5.4 Основные элементы («ковырялочка», «подготовка к веревочке», «веревочка», «маятник», «моталочка», «переборы»).

5.5 Подготовка к присядкам .

5.6 Подготовка к «хлопушкам». Виды хлопков и ударов. «Хлопушки».

5.7 Подготовка к дробям.

Раздел 4 Постановка танцев(ансамбль). (72 часа)

4.1 Изучение композиции танца.

4.2 Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера.
Прослушивание и анализ музыкально сопровождения.

4.3 Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.

4.4 Разучивание основных шагов и движений.

4.5 Разучивание композиции танца.

4.6 Работа над техникой и манерой исполнения.

7 Класс (210 часов).

Раздел 1. Народно- сценический танец . 36 часов.

Тема 1. Упражнения народно- сценического танца у станка. (6ч. теории, 12 практики)

1.1 Методика исполнения упражнений народно – сценического танца: flic-flic, упражнения на выстукивание, подготовительные упражнения к присядкам и полуприсядками.

1.2 Выразительные средства народно- сценического танца.

1.3 Изучение упражнений экзерсиса народно-сценического танца в комбинациях:

1. Demi и grand plie

а) плавные и резки с работой руки по позициям.

2. Battment tendu

а) с переводом стопы с носка на ребро каблука;

б) с полуприседанием в момент перевода стопы с носка на ребро каблука;

в) с полупреседание или ударом в момент возврата рабочей ноги в исходную позицию.

3. Battment tendu gete

а) с акцентом «от себя»,

б) с «сокращением» стопы.

4. Rond de jamb par terre en dehors, en dedans.

а) подготовительное упражнение- скольжение на внешнем ребре рабочей стопы;

б) до стороны и до положения рабочей ноги назад;

в) с Demi plie;

5. Подготовительное упражнение к flic- flic.

а) «крестом»;

б) с поворотом в закрытое положение (croise,).

6. Упражнения на выстукивание:

а) чередование ударов стопой и полупальцами с одним и двумя ударами на музыкальный размер 2/4 ,3/4.

б) с разворотом рабочей стопы.

- в) с переносом рабочей стопы.
- 7. Подготовка к «веревочке».
- 8. Подготовка к упражнению для бедра: развороты рабочей ноги из выворотного положения в невыворотное и из невыворотного в выворотное.
- 9. Battements developpes
 - а) плавное;
 - б) резкое
- 10. Grand battmenets jetes
 - а) с вытянутой и «сокращенной» стопой;
 - б) с Demi – plie на опорной ноге.
- 11. Подготовительные упражнения к присядкам и полуприсядками (лицом к палке):
 - а) посадка на присядку;
 - б) подскоки на полном приседании («мячик»);
 - в) выталкивание ног на каблуки в стороны;
 - г) отскок с открытием ноги в сторону на ребро каблука.

1.4 Закрепление упражнений народно- сценического танца у станка.

Тема 2. Упражнения народно-сценического танца на середине зала. (6ч. теории, 12 практики)

2.1 Методика исполнения: «Веревочка», «Ковырялочка», «Молоточки», Вращения, Ключ простой, двойной, тройной в танцевальных комбинациях, Полуприсядки и присядки, Бигунец», «Вихлястник», «Угинание», «Голубец».

2.2 Изучение упражнений народно-сценического танца на середине зала.

Раскрытие и закрытие рук:

- а) одной рукой
- б) двух рук,
- в) поочередные раскрывания рук,
- г) переводы рук в различные положения.

2. Поклоны:

- а) на месте без рук и с руками,
- б) поклоны в продвижением вперед и отходом назад.

3. Притопы:

- а) одинарные (женские и мужские).
- б) тройные.
- г) Ключ простой, двойной, тройной с переступанием.

4. Перетопы тройные.

5. Простой бытовой шаг:

- а) вперед с каблука.
- б) с носка
- 6. Ходы и основные движения русского танца:
 - а) назад через полупальцы на всю стопу,
 - б) с притопом и продвижением вперед,
 - в) с притопом и продвижением назад.
 - г) Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции. «гармошка»

«елочка»

7. Припадание в сторону по 5 позиции:

а) вперед и назад по 1-й прямой позиции.

8. Виды танцевального бега;

а) Перескок с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

б) Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.

г) Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

9. «Веребочка»: простая, двойная с переступанием.

10. «Ковырялочка» с двойным притопом:

а) с тройным притопом.

11. «Молоточки».

12. «Моталочка» простая, поперечная (с маятником).

13. Вращения:

а) на подскоках,

б) на беговых шагах,

г) в сочетании с дробными движениями.

14. Полуприсядки и присядки

а) полуприсядки с открытием ноги на ребро каблука или на воздух,

б) полуприсядка с продвижением в сторону,

в) присядки и полуприсядки в сочетании с хлопками и ударами.

15. «Бигунец».

16. «Вихлястник».

17. «Угинание».

18. «Голубец».

2.3 Закрепление упражнений народно-сценического танца на середине зала.

Раздел 2. Классический танец (72 часа)

Тема 1. Упражнения классического танца у станка. (20ч. практики, 6ч. теории)

2.1 Методика исполнения: Demi-plie, Battmenets tendus, Passe par terre, Battements tendus jetes, sur le cou- de-pied , Releves , Перегибы корпуса лицом к станку., Grand plie , Grand battmenets jetes , Battements developpes. Первое, второе, третье port de bras.

Battement releve lent. Прыжки .

2.2 Изучение упражнений экзерсиса классического танца: Demi-plie , Battmenets tendus, Passe par terre, Battements tendus jetes, sur le cou- de-pied , Releves , Перегибы корпуса лицом к станку., Grand plie , Grand battmenets jetes , Battements developpes. Первое, второе, третье port de bras.

Battement releve lent. у станка. Прыжки .

2.3 Закрепление упражнений классического танца у станка.

Тема 2. Упражнения классического танца на середине зала. (теория 6 ч., практика 22ч.).

2.1 Методика исполнения : Малые позы croessee, efface ecartee, arabesgues, Temps lie par terre, Temps sauté , Releves на полупальцы I, II ,V, VI позициях, с вытянутых ног и с Demi-plies.

Pas польки.

- 2.2 Изучение упражнений экзерсиса классического танца на середине зала .
- 2.3. Закрепление упражнений классического танца на середине зала .

Тема 3. Аллегро (прыжки). (12ч. практики, 6ч. теории)

- 3.1 Методика исполнения прыжков: Pas echappe, Pas assemble, Changement de pieds, Pas balance, Pas be dasgue.
- 3.2 Техника исполнения прыжков.

Раздел 3. Ритмическая и партерная гимнастика. (36 часов)

Тема 1. КУ на разогрев и развитие гибкости тела (1ч. Теории,17ч. практики)

- 3.1 КУ шагов
- КУ на область шеи
- КУ плечевого сустава и рук
- КУ наклонов корпуса
- КУ коленного сустава
- КУ бросков ногами
- КУ на расслабление
- КУ беговой

Тема 2. Партерный комплекс на развитие выворотности, укреплению мышц пресса и гибкости тела. (1ч теории, 17ч. практики)

- 3.2 КУ на полу для выворотности стопы
- КУ растяжки мышц бедер
- КУ растяжки мышц спины
- КУ на укрепление мышц брюшной полости

Раздел 4 Постановка танцев(ансамбль). (72 часа)

- 4.1 Изучение композиции танца.
- 4.2 Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера. Прослушивание и анализ музыкально сопровождения.
- 4.3Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.
- 4.4Разучивание основных шагов и движений.
- 4.5Разучивание композиции танца.
- 4.6Работа над техникой и манерой исполнения.

8Класс(210 часов) .

Раздел 1. Народно- сценический танец . 72часа.

Тема 1. Упражнения народно- сценического танца у станка. Теория 4 часов. Практика 14 часа.

1.1 Методика исполнения упражнений народно – сценического танца в танцевальных комбинациях сочетая несколько упражнений.

1.2 Изучение упражнений экзерсиса народно-сценического танца в комбинациях:

1.Demi и grand plies с различными положениями и движениями рук.

а) Припадание

б) Releve

2. Каблучный Battment tendu

- а) с подъемом пятки опорной ноги;
- 3. Battment tendu gete
 - а) Demi - plie
 - б) с подъемом пятки опорной ноги.
 - в) сквозные броски по 1 позиции.
 - г) с коротким ударом по полу носком или ребром каблука.
- 4. Rond de jamb par terre en dehors, en dedans. (круг ребром каблука опорной ноги):
 - а) на вытянутой опорной ноге и в Demi – plie;
 - б) с поворотом стопы опорной ноги.
- 5. flic- flic.
 - а) со скачком;
 - б) со скачком и переступаниями.
- 6. Упражнения на выстукивание с шагом. (танцевальная комбинация)
- 7. «Веребочка». (танцевальная комбинация)
- 8. Pas tortilla («зигзаги»- повороты стопы):
 - а) одинарные плавные.
 - б) одинарные с ударом стопы в пол.
- 9. Battements developpes
 - а) с ударом пятки опорной ноги
 - б) с двойным ударом пятки опорной ноги
- 10. Grand battmenets jetes
 - а) с увеличением размаха;
- 11. Подготовка к «штопору», «штопор».
- 1.3** Закрепление упражнений народно - сценического танца у станка.

Тема 2. Упражнения народно-сценического танца на середине зала. Теория 2 часа. Практика 14 часов.

- 2.1** Методика исполнения движений в Грузинском, Башкирском, Венгерском характере музыкального произведения.
- 2.2** Изучение движений в Башкирском, Венгерском характере:
 - 5. Башкирский для девочек:
 - положения ног,
 - положения рук,
 - 6. Движения кистей рук:
 - а) сгибание и разгибания в запястьях,
 - б) с поворотами в запястье внутрь и наружу,
 - в) хлопки в ладоши.
 - 7. Движения рук:
 - а) плавные переводы рук в различные положения,
 - б) сгибание и разгибания от локтя,
 - в) волнообразные движения от плеча.
 - 8. Движения плеч поочередные и одновременные:
 - а) вперед и назад,
 - б) круговые движения,
 - в) быстрые движения.

9. Движения головы из стороны в сторону.
10. Ходы:
 - а) шаг вперед с последующими скользящими шагами,
 - б) поочередные переступания (одна нога на полной стопе, другая на полупальцах).
11. Дробь, и дробные комбинации.
12. Вращения.
13. Венгерский танец для девочек, мальчиков:
 - положения ног,
 - положения рук.
14. «Ключ»- удар каблуками:
 - а) одинарный
 - б) двойной.
15. Заключение (усложненный «ключ»):
 - а) одинарное,
 - б) двойное.
16. Шаг в сторону с двумя переступаниями (pas balance).
17. Перебор- три переступания на месте с открыванием ноги на 35 градусов.
18. «Веревочка» на месте , с продвижением назад и в повороте.
- Развертывание ноги (Battements developpes) вперед и в полуприседании:
 - а) с последующими шагами,
 - б) с шагом на полупальцы и продвижением другой ноги сзади.
19. «Голубец»:
 - а) простой с подгибанием ноги в сторону,
 - б) в прыжке с двойными ударами по 1-й прямой позиции.
20. Поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции.
21. Техника прыжков и вращений (по усмотрению педагога):
 - вращение с отбрасыванием ног назад.
 - «щучка» с прямыми ногами и согнутыми ногами.
 - «разножка» в воздухе.
 - вращение на каблуках
 - воздушный тур.

2.3 Закрепление движений народно - сценического танца.

Тема 3.

- 3.1. Основные движения танцевальной композиции.**
- 3.2. Хореографическая лексика танцевальной композиции.**
- 3.3. Рисунок танцевальной композиции.**
- 3.4. Композиция постановки танца.**

Раздел 2. Классический танец (72 часа)

Тема 1. Упражнения классического танца у станка. (20ч. практики, 6ч. теории)

2.1 Методика исполнения: Demi-plie, Battmenets tendus, Passe par terre, Battements tendus jetes, sur le cou- de-pied , Relevés , Перегибы корпуса лицом к станку., Grand plie , Grand battmenets jetes , Battements developpes. Первое, второе, третье port de bras. Battement releve lent. Прыжки .

2.2 Изучение упражнений экзерсиса классического танца: Demi-plie ,Battmenets tendus, Passe par terre, Battements tendus jetes, sur le cou- de-pied ,Relevés ,Перегибы корпуса лицом к станку., Grand plie , Grand battmenets jetes , Battements developpes. Первое, второе, третье port de bras.

Battement releve lent. у станка. Прыжки .

2.3 Закрепление упражнений классического танца у станка.

Тема 2. Упражнения классического танца на середине зала. (теория 6 ч., практика 22ч.).

2.1 Методика исполнения : Малые позы croessee, efface ecartee, arabesgues, Temps lie par terre, Temps sauté , Relevés на полупальцы I, II ,V, VI позициях, с вытянутых ног и с Demi-plies.

Pas польки.

2.2 Изучение упражнений экзерсиса классического танца на середине зала .

2.3. Закрепление упражнений классического танца на середине зала .

Тема 3. Аллегро (прыжки). (12ч. практики, 6ч. теории)

3.1 Методика исполнения прыжков: Pas echappe, Pas assemble, Changement de pieds, Pas balance, Pas be dasgue.

3.2 Техника исполнения прыжков.

Раздел 3. Ритмическая и партерная гимнастика. (36 часов)

Тема 1. КУ на разогрев и развитие гибкости тела (1ч. Теории,17ч. практики)

3.1 КУ шагов

КУ на область шеи

КУ плечевого сустава и рук

КУ наклонов корпуса

КУ коленного сустава

КУ бросков ногами

КУ на расслабление

КУ беговой

Тема 2. Партерный комплекс на развитие выворотности, укреплению мышц пресса и гибкости тела. (1ч теории, 17ч. практики)

3.2 КУ на полу для выворотности стопы

КУ растяжки мышц бедер

КУ растяжки мышц спины

КУ на укрепление мышц брюшной полости

Раздел 4 Постановка танцев(ансамбль). (72 часа)

4.1 Изучение композиции танца.

4.2 Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера. Прослушивание и анализ музыкально сопровождения.

4.3Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.

4.4Разучивание основных шагов и движений.

4.5Разучивание композиции танца.

4.6Работа над техникой и манерой исполнения.

9 Класс (204ч.)

Раздел 1. Джазовый танец. Теории 13 часов. Практики 55 часов.

Тема 1. История развития джаз танца. Теория 1 час.

- 1.1 Основные этапы развития джаз танца.
- 1.2 Этапы развития джаз-танца в России.

Тема 2. Основные стили джаз-танца. Теория 1 час.

Тема 3. Основные законы техники джаз-танца. Теория 1,5 часов, практика 1,5 часов.

- 3.1 Полицентрика.
- 3.2 Изоляция.
- 3.3 Релаксация.

Тема 4. Приемы джазового танца. Их общая характеристика. Теория 3 часа, практика 3 часа.

- 4.1. Коллапс. Танец внутри корпуса.
- 4.2. Координация.
- 4.3. Комбинация.
- 4.4. Параллелизм и оппозиция.
- 4.5. Импульс. Шейк.
- 4.6. Мультипликация.

Тема 5. Использование законов и приемов джазового танца для различных центров тела. Теория 5 часов, практика 32,5 часа.

5.1. I область: голова и шея.

- 5.1.1. Виды изолированных движений.
- 5.1.2. Темп и стили исполнения.
- 5.1.3. Комбинации внутри центра.
- 5.1.4. Координация с изолированными движениями других центров.

5.2. II область: плечевой пояс.

- 5.2.1. Виды изолированных движений.
- 5.2.2. Темп и стили исполнения.
- 5.2.3. Комбинации внутри центра.
- 5.2.4. Координация с изолированными движениями других центров.

5.3. III область: грудная клетка.

- 5.3.1 Виды изолированных движений.
- 5.3.2. Темп и стили исполнения.
- 5.3.3. Комбинации внутри центра.
- 5.3.4. Координация с изолированными движениями других центров.

5.4. IV область: верхняя часть корпуса (включает часть торса, грудь и плечевой пояс).

- 5.4.1 Виды изолированных движений. Темп и стили исполнения.
- 5.4.2. Комбинации внутри центра.
- 5.4.3. Координация с изолированными движениями других центров.

5.5. V область: таз.

- 5.5.1. Значение таза в джаз-танце.
- 5.5.2. Виды движений в тазобедренном суставе.
- 5.5.1. Виды изолированных движений.
- 5.5.2. Темп и стили исполнения.
- 5.5.3. Комбинации внутри центра.
- 5.5.4. Координация с изолированными движениями других центров.

5.6. VI область: руки.

- 5.6.1. Кисти в джаз-танце. Позиции рук. Движения рук.
- 5.6.2. Координация с изолированными движениями других центров.

5.7. VII область: ноги.

- 5.7.1. Изоляция, оппозиция и мультипликация области ног (колена, голени, стопы).
- 5.7.2. Виды движений (на месте, в продвижении, прыжки, повороты).
- 5.7.3. Темп и стили исполнения.
- 5.7.4. Комбинации внутри центра.
- 5.7.5. Координация с изолированными движениями других центров.

Тема 6. Уровни в джаз-танце. Теория 1 час, практика 12 часов.

- 6.1. Суть и задачи уровней.
- 6.2. Разновидности уровней («нормальные», акробатические).
- 6.3. Простая смена (чередование) уровней. Простые упражнения для уровней.
- 6.4. Специальные изоляции уровней в джазовом танце.
- 6.5. Техника свастики.
- 6.6. Упражнения в положении лежа на спине и на животе.
- 6.7. Специальное чередование джаз-уровней.
- 6.8. Движения падения (в положение «лежа на животе», «лежа на спине», в сторону и т.д.).

Тема 7. Джазовая гимнастика. Теория 0,5 часов, практика 6 часов.

- 7.1. Вспомогательные упражнения.
- 7.2. Урок джаз-гимнастики.

Раздел 4 Постановка танцев(ансамбль). (72 часа)

- 4.1 Изучение композиции танца.
- 4.2 Знакомство темой, сюжетом, драматургией танцевального номера. Прослушивание и анализ музыкально сопровождения.
- 4.3 Изучение стилистических особенностей положений рук, ног, головы, корпуса.
- 4.4 Разучивание основных шагов и движений.
- 4.5 Разучивание композиции танца.
- 4.6 Работа над техникой и манерой исполнения.

Итого: 1044 часов.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Классический танец.

Основной хореографической подготовки учащихся является изучение танцевальных упражнений классической системы танца. Эти упражнения последовательны, имеют определенную форму, тренируют мышцы детей, придают легкость и непринужденность движениям.

Научиться свободно и пластично управлять своими движениями можно только после освоения элементов классического танца у станка. Особенность построения экзерсиса заключается в том, что в нем существует закономерность и системность, которая предполагает последовательное введение в работу определенных группы мышц. Музыкальное сопровождение экзерсиса приводит к творческой дисциплины, художественной выразительности движений и поз.

Некоторые педагоги ошибочно считают, что экзерсис у станка при обучении танцам в общеобразовательной школе не нужен. Они мотивируют свою точку зрения тем, что он отнимает много времени на уроке. Ошибочность этого мнения очевидна. В погоне за сиюминутной целью такие педагоги не закладывают в учащихся прочно фундаментальной основой танцевального движения.

Действительно, результат воздействия упражнений у станка на психомоторным функции организма проявляется не сразу. Поэтому, учитель хореографии должен объяснить учащимся цели и задачи экзерсиса, убедить их необходимости и полезности тренировочных упражнений. Крайне необходимо, чтобы дети осознанно подходили к выполнению упражнений у станка и исполняли их технически правильно. Практика показывает, что только в тех случаях, когда педагог убежден в необходимости тренировочных упражнений и сумел доказать это ученикам, экзерсис дает положительные результаты.

К элементам классического танца у станка и на середине зала необходимо приучать детей с первых уроков. Упражнения должны подбираться с учетом индивидуальных и возрастных особенностей учащихся.

Для разнообразных видов хореографического искусства, в первую очередь для классического, а также для народно-сценического и историко-бытового танца используется одна общепринятая терминология. Вопрос терминологии в хореографическом искусстве имеет большое значение, так как она является своеобразным языком этого вида искусства. Общепринятая терминология дает словесное определение танцевального элемента, поэтому ее использование обязательно.

Хореографический репертуар.

Этот главный и объемный раздел программы служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных при освоении учебного материала других разделов.

На уроках по освоению хореографического репертуара ведется процесс постановки танцев, который включает в себя обсуждение с детьми содержания будущего танцевального номера, прослушивание и анализ музыкального сопровождения, изучение особенностей характера исполнения танцевальных элементов, разучивание и оттачивание отдельных движений и развернутых комбинаций, исполнение законченной танцевальной композиции, обсуждение эмоциональных нюансов. Исполнители знакомятся с разнообразными средствами выразительности, необходимыми для раскрытия образа, учатся чувствовать своего партнера, стремятся доставлять своим исполнением радость окружающим.

Осваивая материал этого раздела, ребенок получает возможность реализовать потребность в самовыражении: участвовать концертных выступлениях, демонстрируя свое мастерство перед зрителем.

На ансамбле, используя традиционную лексику, учитывая законы развития от простого к сложному, строятся и проучиваются танцевальные комбинации, подчиненные общему замыслу танца. Затем они оттачиваются, объединяются в развернутую композицию, которая имеет начало и завершение, наполняются чувствами, выраженными понятным, убедительным танцевальным языком.

Народный танец.

Народный танец прошел долгий путь становления и развития. Он всегда был связан с историей народа, его традициями обычаями. Разнообразие композиционных форм, танцевальных движений, музыки и костюмов – все это несет в себе огромный воспитательный заряд.

Важно подчеркнуть, что обращение к изучению народной танцевальной культуры очень своевременно. Анализ детского самостоятельного творчества на современном этапе показывает, что народный танец теряет свою популярность и востребованность. Учитывая многожанровость танцевального искусства и естественную потребность творческих коллективов отражать его современные тенденции, важно не забывать о своих истоках. Поэтому, для повышения общей культуры учеников, воспитания уважения к культурным традициям народов России и других стран мира в данную программу включен раздел «Народный танец».

Материал этого раздела дает учащимся возможность овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов мира, познакомиться со сложностью их музыкальных темпов и ритмов, приобщить их к богатству танцевального и музыкального искусства.

Более ярко в программе выделен русский народный танец, который благодаря своей способности органично связывать пение и игру, музыку и костюм, лексику и рисунок имеет огромное воспитательное значение для детей школьного возраста.

Особенностью настоящей программы является включение элементов народного танца у станка и середины на четвертом, пятом этапе обучения. Занятия начинаются с освоения элементов на середине зала в тех формах и с той степенью технической сложности и нагрузкой на мышечный аппарат, которые доступны детям. Практика ведения народно-сценического в ряде школ-искусств и

школ-студий танца показывает, что работа без станка на начальном этапе обучения дает возможность заложить фундамент для развития важнейших исполнительских качеств и выявления у учащихся скрытых резервов.

Ритмическая и партерная гимнастика.

Упражнения в положении стоя на полу и партерная гимнастика позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость в суставах, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к движениям, требующим высокого физического напряжения. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, в ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность связок.

Гимнастические упражнения выполняются на всем протяжении всего курса обучения. С учетом возможностей растущего организма ребенка, на каждом новом этапе упражнения изменяются, дополняются и усложняются.

Методика предлагаемых упражнений базируется на анализе известных систем физических упражнений, приемов мануальной терапии, ритмики, хореографии. Стретчинг повышает двигательную активность, выносливость, снижает эмоционально-психические напряжения.

Джаз-танец

Занятия джаз-танцем начинаются с освоения изолированных движений, после чего переходят к их координации, следуя правилу «от простого – к сложному». Постепенно в урок вводятся танцевальные комбинации с использованием хорошо усвоенных элементов.

Практика зрителя.

Просмотр видеоматериалов, концертов, конкурсов и фестивалей позволяет ученикам познакомиться с репертуаром самодеятельных и профессиональных коллективов, оценить особенности композиционного построения, своеобразие форм и стилей, манеры исполнения танцев разных народов и жанров. Детям дается возможность погрузиться в эстетическое своеобразие танца, понять и оценить богатство его пластических выразительных средств и высокий уровень танцевальной техники.

Методические рекомендации.

Первый этап.

5 Класс

На данном этапе обучения ученики уже владеют определенным запасом танцевальной техники, первоначальной координацией движений, развито их внимание к восприятию нового материала. Занятия направлены на закрепление и развитие полученных музыкально-ритмических и хореографических навыков и на интенсивное пополнение знаний. Двигательный аппарат учащихся готов к освоению элементов народного танца у станка и более сложных элементов экзерсиса на середине зала. Упражнения классического танца объединяются в доступные комбинации.

В репертуар включаются хореографические сюжетные постановки на темы дружбы и эпизодов из школьной жизни. Большое значение в репертуаре имеют народные танцы. Но и народный танец в исполнении детей должен сохранить элементы детской игры и непосредственности.

Цель: расширить знания в области народной хореографии посредством обогащения танцевального опыта.

Задачи:

- расширять представления детей о многообразии танца, формировать стойкий интерес к хореографическому искусству;
- развивать познавательные интересы детей посредством обучения основам народно-сценического танца;
- совершенствовать начальные технические умения и навыки исполнительского хореографического искусства;
- развивать способность к анализу и самоанализу хореографической деятельности, умения сравнивать танцы, находить сходства и различия;
- воспитывать организованность, заботливое отношение к партнерам, «чувство локтя» и умение танцевать в коллективных массовых номерах;
- воспитывать уважительное отношение к самому процессу труда, волевые качества в преодолении трудностей при изучении танца (рассматривать многократную повторность при освоении хореографических па как необходимое обязательное условие совершенствования исполнительских навыков и умений).

Примерная структура занятий:

Занятие 1.

1. Вводная часть (2 минуты).

Оргмомент, линейное построение, поклон – приветствие.

2. Основная часть (76 минут).

-) упражнения раздела «Гимнастика»;

-) экзерсис классического танца у станка и на середине зала.

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание.

Занятие 2.

2. Вводная часть (2 минуты).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

2. Основная часть (76 минут).

-) экзерсис народного танца у станка и на середине зала;

-) проучивание элементов русского танца на середине зала;

-) разучивание движений, комбинаций и фрагментов танцевальных постановок.

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание.

Занятие 3.

1. Вводная часть (8 минут).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

Разогрев двигательного аппарата с помощью упражнений из раздела «Гимнастика».

2. Основная часть (70 минут).

-) экзерсис классического танца у станка и на середине зала;

-) изучение композиции танцевальных номеров.

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание.

Занятие 4.

1. Вводная часть (2 минуты).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

2. Основная часть (76 минут).

-) проучивание элементов русского танца на середине зала;

-) освоение хореографического репертуара.

3. Заключение (2 минуты). Краткий анализ, поклон – прощание

Второй этап.

6-7 КЛАСС

На этом этапе помимо тренировочных упражнений, движений классического экзерсиса изучаются и исполняются элементы народно-сценического экзерсиса у станка и на середине зала.

Движения народно-сценического экзерсиса являются подготовкой к тем или иным элементам различных народных танцев, поэтому исполняются в национальном характере, который диктует стиль и манеру данного движения.

Например, *demi-plie* и *grand-plie* может исполняться в русском или восточном характере, *battment developpe* - в польском или венгерском, *flic-flac* - в цыганском и т.д. Кроме того в экзерсис включаются сложные элементы разучиваемых танцев- подготовка к высокому голубцу, «разножке» украинского танца и другим движениям. После выполнения экзерсиса разучивается и повторяются элементы на середине зала.

Помимо материала, освоенного на предыдущих этапах обучения, руководитель может добавить более сложные элементы знакомых народных танцев, а также включить в программу новый материал по своему выбору.

Цель: закреплять и развивать интерес школьников и вырабатывать у них потребность в дальнейших занятиях хореографией; развивать художественно-творческую активность средствами танца.

Задачи:

1. развивать возрастающий интерес к хореографическому искусству путем освоения народно-сценического танца с образно-тематическими элементами пластики;
2. продолжать развивать умение слушать и слышать музыку, передавать ее содержание и характер хореографическими выразительными средствами, импровизировать;
3. развивать исполнительскую культуру детей с учетом возрастных психофизических и индивидуальных особенностей;
4. воспитывать у школьников стойкий интерес к русскому народному танцу и толерантный подход к изучению других национальных хореографических культур;
5. формирование знаний об ансамбле;
6. формирование умения ансамблевого исполнения на сценической площадке;
7. оттачивать умение ориентироваться в ограниченном пространстве сцены;
8. посредством танца развивать работоспособность, готовность к труду, волевые качества личности.

Примерная структура занятий:

Занятие 1.

1. Вводная часть (5 минут).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие, повторение основных видов движения, ритмические упражнения.

2. Основная часть (70 минут).

- упражнения из раздела «Гимнастика» в положении стоя;
- учебный экзерсис классического танца у станка и на середине зала.

3. Заключение (5 минут).

Упражнения раздела. Краткий анализ, поклон – прощание.

Занятие 2.

1. Вводная часть (5 минут).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие, ритмические упражнения.

2. Основная часть (73 минуты).

- разучивание элементов русского и народного танца;
- освоение хореографического репертуара;

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание

Занятие 3.

1. Вводная часть (2 минуты).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

2. Основная часть (76 минут).

- упражнения раздела «Гимнастика» на полу;
- экзерсис классического танца;
- повторение элементов танцевального репертуара, проучивание композиции танцев;

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание

Третий этап.

8,9 класс.

Цель: расширить знания в области народной и современной хореографии посредством обогащения танцевального опыта.

Задачи:

- расширять представления детей о многообразии танца, формировать стойкий интерес к хореографическому искусству;
- развивать познавательные интересы детей посредством обучения основам народно-сценического и джаз-танца;
- совершенствовать технические умения и навыки исполнительского хореографического искусства;
- развивать способность к анализу и самоанализу хореографической деятельности, умения сравнивать танцы, находить сходства и различия;
- воспитывать организованность, заботливое отношение к партнерам, «чувство локтя» и умение танцевать в коллективных массовых номерах;
- воспитывать уважительное отношение к самому процессу труда, волевые качества в преодолении трудностей при изучении танца (рассматривать многократную повторность при освоении хореографических па как необходимое обязательное условие совершенствования исполнительских навыков и умений).

Примерная структура занятий:

8 Класс.

Занятие 1.

2. Вводная часть (5 минуты).

Оргмомент, линейное построение, поклон – приветствие. Разминка, построенная на элементах ритмики.

2. Основная часть (70 минут).

- элементы экзерсиса народного танца у станка;
- элементы и комбинации движений русского танца на середине зала;
- освоение хореографического репертуара.

3. Заключение (5 минут).

Краткий анализ, поклон – прощание.

Занятие 2.

2. Вводная часть (10 минуты).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

Разогрев двигательного аппарата с помощью упражнений из раздела «Гимнастика».

2. Основная часть (68 минут).

- экзерсис народного танца у станка и на середине зала;
- проучивание элементов танцевальных номеров.

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание.

Занятие 3.

1. Вводная часть (10 минуты).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

Разогрев двигательного аппарата с помощью упражнений из раздела «Гимнастика».

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

2. Основная часть (68 минут).

- джазовая пластика, изучение композиций современного танца ;

- изучение композиции танцевальных номеров.

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание.

9 класс.

Занятие 1.

3. Вводная часть (2 минуты).

Оргмомент, линейное построение, поклон – приветствие.

2. Основная часть (76 минут).

- упражнения раздела «Гимнастика»;

- джазовая гимнастика.

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание.

Занятие 2.

4. Вводная часть (2 минуты).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

2. Основная часть (76 минут).

- джазовая гимнастика;

- проучивание элементов джаз-танца на середине зала;

- разучивание движений, комбинаций и фрагментов танцевальных постановок.

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание.

Занятие 3.

1. Вводная часть (8 минут).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

Разогрев двигательного аппарата с помощью упражнений из раздела «Гимнастика».

2. Основная часть (70 минут).

- экзерсис народного танца у станка и на середине зала;

- изучение композиции танцевальных номеров.

3. Заключение (2 минуты).

Краткий анализ, поклон – прощание.

Занятие 4.

1. Вводная часть (2 минуты).

Оргмомент, линейное или круговое построение, поклон – приветствие.

2. Основная часть (76 минут).

- проучивание элементов джаз-танца на середине зала;

- освоение хореографического репертуара.

3. Заключение (2 минуты). Краткий анализ, поклон – прощан

Список литературы

1. Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. – Москва-Ленинград, 1983.
2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. –М.:2001.
3. Бондаренко Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев 1985.
4. Богатка Л Танцы и игры на вечере молодежи –. М.:1955
5. Брызгалова Т., Смирнов С.. Джазовый танец для детей 8-10 лет, Экспрессивная пластика. Екатеринбург 2005г.
6. Головкина С.Н. Методические принципы построения уроков хореографии. В кн.: Уроки классического танца в старших классах. – М.:, 1989.
7. Галимов Р. Повинциальные танцы – Екатеринбург 2004.
8. Ивлева А. Джаз-танец Челябинск 1998г.
9. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – М.:, 2000.
10. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль, 1997.
11. Назарова Р.В., Филатова Л.И., Цыпкурский В.Р.. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Москва «Просвещение» 1988 г.
12. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – Москва, 2003.
13. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.:, 1989.
14. Светинская В. Танцевальные постановки для детей. – М.: 1966.
15. Стриганова В.М., Уральская В.И. Современный балетный танец. – М.:, 1977.
16. Смирнова Э.Азбука джазового танца (методика и история).М.: 2004г.
17. Хасбатов Р. Модерн видеоматериал (советы и рекомендации). . Екатеринбург 2004г
18. Череховская Р.Л. Танцевать могут все. – Минск, 1973.
19. Шестаковой Ю. Современный танец. Авторская программа. – Омск 2004

Потный материал.

- 1.Бондаренко Л.А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев 1985.
- 2.Ворновицкая Н. Музыка для уроков классического танца. – москва, 1989.
- 3.Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – Москва, 1989.
- 4.Череховская Р.В. Танцевать могут все. – Минск, 1973

CD

Аннотация по дополнительной образовательной программе «Хореография»

Направленность программы – оздоровительно-развивающая. Обучение детей по данной рабочей программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

Актуальность программы:

Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка,

для его гармоничного духовного и физического развития. Хореография закладывает надёжный фундамент для физического развития ребёнка, способствует укреплению детского организма. Хореографические упражнения совершенствуют двигательные навыки, вырабатывают умение владеть своим телом, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения. Занятия хореографией помогают успешно проводить работу по формированию у детей красивой осанки, свободы и пластичности движений.

Занятия хореографией положительно влияют на умственное развитие детей. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Занятия оказывают на них организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Музыкально-

ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков, навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Цель программы: формирование творческих способностей у детей

дошкольного возраста в процессе музыкально-ритмической деятельности в условиях сюжетно-игровых занятий.

Приоритетные задачи реализации программы:

- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении сильную долю такта, простейший ритмический рисунок;
- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом;
- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе;
- понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

Принципы и подходы

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Принципы:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Методические приемы:

- Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети

знакомятся сокружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

- Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.
- Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.
- Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.
- Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Отличительные особенности программы:

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Сроки реализации программы: 5 лет