

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
"Центр детского творчества"
(МАУДО «ЦДТ»)
«Челядьлөн творчество шөрин» содтод тодөмлун сетан муниципальной
асшөрлуне учреждение
("ЧТШ" СТС МАУ)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол
от 20.03.2018 г. № 1

УТВЕРЖАЮ

Директор

 Н. А. Старцева

21.03.2018 г.



Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа

«Ритмика. Начальная подготовка»

Направленность – художественная

Возраст учащихся – 7-10 лет

Срок реализации – 4 года

Составители:

педагоги дополнительного образования

Неверова Ольга Ивановна

Мартынова Елена Михайловна

Лисеенкова Татьяна Васильевна

Артеев Артем Николаевич

Сыктывкар

2018

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ – ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика. Начальная подготовка» (далее – программа) имеет *художественную направленность*, так как ориентирована на развитие художественно-эстетического вкуса, художественных способностей и склонностей к различным видам искусства (хореографического, театрального и музыкального), творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению великого мира искусства, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

Художественное образование – один из важнейших способов развития и формирования целостной личности. Творческое, живое приобщение к истокам, к духовно-нравственным ценностям народа посредством *танца* является единственным способом воспитания современного человека, способного адекватно воспринимать реальную действительность, интеллектуально свободного, обладающего богатой внутренней культурой. Один из важнейших приемов эстетического воспитания средствами искусства – ориентация на общечеловеческие ценности через национальную культуру.

Посредством реализации программы обеспечивается социальная поддержка учащихся, создание необходимых условий для развития творческой одарённости.

Программа модифицирована, составлена на основе танцевально-игровой гимнастики для детей «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторов Фрилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г., примерной программы по ритмике Заводиной И.В.; программы «Игровой стретчинг: Методика работы с детьми дошкольного возраста Костровицкой А.И., Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. «Учите детей танцевать»».

Актуальность программы

Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства. Танец - искусство - многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

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

Данная программа позволяет решить проблему художественного развития детей и выявления их одаренности в области хореографического искусства. В последние годы наблюдается настойчивое стремление родителей обеспечить разностороннее развитие детей с раннего возраста. В то же время, школы не могут реализовать запросы семьи по оказанию таких услуг в полном объеме, так как в этих учреждениях нет специалистов с профессиональным образованием по хореографии. В профильные хореографические школы набор детей осуществляется только с 8 или 9-летнего возраста.

Анализ программ по хореографии и программ для школ искусств показал, что в них отсутствует «многогранность» современного хореографического искусства, нет синтеза искусств. Именно того, на что сегодня обращает внимание современное дополнительное образование. Следовательно, возникла необходимость разработать программу, которая объединяет, интегрирует в единое целое хореографическое, театральное и музыкальное искусства.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого учащегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

В хореографической студии «Реверанс» МАУДО «ЦДТ» осуществляется непрерывный образовательный процесс, позволяющий учащимся выстроить индивидуальный маршрут обучения благодаря преемственности программ. К программам ознакомительного уровня относятся «Ритмика. Подготовительный курс»; «Вместе весело шагать»; «Танцевальные ритмы». На базовом уровне реализуются программы «Хореография» и данная программа «Ритмика. Начальная подготовка». К программам углубленного уровня относятся программы «Ансамбль», «Ансамбль классического танца», «Ансамбль. Предпрофильная подготовка».

Отличительной особенностью программы является то, что программа предусматривает комплексно – предметное, более углубленное обучение в отличие от типовой программы. В настоящую программу заложены основы ритмики и элементы таких видов хореографии, как классического, народно - сценического и джаз-модерн танцев. В программе предусмотрены внеаудиторные формы проведения занятий и возможности личного творческого самовыражения учащихся.

Отличительной особенностью является также то, что программа дает возможность для деятельности разновозрастных групп учащихся. Программа перекликается с различными предметами школьного курса: мировая художественная культура, история, музыка, литература. Данная программа позволяет решить проблему художественного развития детей и выявления их одаренности в области хореографического искусства. Каждый ребенок получает возможность раскрыть свой талант, проявить свои индивидуальные способности, почувствовать ситуацию успеха, ощутить себя на сцене настоящим артистом.

Программа содержит **вариативный подход**, который отражается в модульности программы: вариативный творческий модуль, формируемый участниками образовательного процесса (самостоятельная работа, проектная деятельность, выполнение работ по собственному замыслу, коллективная творческая деятельность, мероприятия программы воспитания «Росток»).

Адресат программы - учащийся 7 – 10 лет, стремящийся к самореализации и достижению высоких результатов в области хореографического искусства.

В группы принимаются дети на добровольной основе, имеющие склонность к танцевальному искусству.

Объем программы:

1 год обучения – 72 учебных часов

2 год обучения – 108 учебных часов

3 год обучения – 144 учебных часов

4 год обучения – 144 учебных часов

Формы организации образовательного процесса

Программа предусматривает использование индивидуальной и групповой форм работы с детьми на занятии.

Индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу детей. Она предполагает оказание такой помощи каждому из них со стороны педагога, которая позволяет, не уменьшая активности ребенка, содействовать выработке навыков самостоятельной работы.

Основная форма занятий - групповая. В ходе групповой работы детям предоставляется возможность построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны других, создавать совместные танцевальные этюды, миниатюры, элементарные композиции.

Виды занятий:

- Аудиторные (учебное групповое занятие, контрольное занятие, открытое занятие для родителей и педагогов, концерт и творческий отчет);
- внеаудиторные (конкурс, экскурсия, самостоятельная работа);
- проектная деятельность (самостоятельная подготовка проектов и презентаций).

Этнокультурный компонент реализуется в таких разделах программы, как «Досугово-развивающая деятельность» (экскурсии по г. Сыктывкару, посещение музеев, выставочных залов, викторины «Моя малая родина», «Моя Эжва», «Герб, флаг и гимн РК»), «Народно-сценический танец», «Ансамбль. Сценическая практика» (История коми танца и песни).

Срок освоения программы – данная программа рассчитана на 4 года обучения. Эффективность обучения напрямую связана с систематичностью занятий, с логически последовательным освоением материала, сформированность устойчивой мотивации к занятиям.

Обучение в группах образцовой детской хореографической студии «Реверанс» строится с учётом возрастных особенностей учащихся, состояния их здоровья.

На протяжении четырёхлетнего обучения в группах студии дети получают начальную подготовку для занятий по хореографии. Выпускники данных групп могут продолжить дальнейшее обучение с зачислением в первый класс студии по дополнительной общеобразовательной программе «Хореография». Программа «Ритмика. Начальная подготовка» дополняет школьные программы по предметам «Музыка» и «Ритмика в школе».

Режим занятий - обучение в группах образцовой детской хореографической студии «Реверанс» строится с учётом возрастных особенностей учащихся и индивидуальных способностей. Занятия проходят в специально оборудованном танцевальном зале.

Год Обучения	Продолжительность одного занятия	Количество занятий в неделю	Всего часов в неделю	Всего часов в год
I год обучения	30 минут	2 раза x 1 часу	2 часа	72 часа
II год обучения	35 минут	1 раз x 1 час. 2 раз x 2 часа	3 часа	108 часов
III год обучения	35 - 40 минут	2 раза x 2 часа	4 часа	144 часа
IV год обучения	45 минут	2 раза x 2 часа	4 часа	144 часа

Форма одежды на занятиях для девочек: гимнастический купальник (черный); юбка шифоновая (в тон цвету купальника); балетки белого или черного цвета, белые носки и лосины; волосы собраны в пучок. Форма одежды на занятиях для мальчиков: футболка белого цвета; шорты темного цвета; балетки белого или черного цвета, носки.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – способствовать развитию личности учащегося, его художественно-эстетических способностей (художественных, физических, нравственных и духовных качеств) посредством художественно творческой деятельности, через образные танцевальные упражнения и композиции.

Задачи программы:

Воспитательные:

1. Формировать позитивное отношение к занятиям хореографическим искусством.
2. Формировать навыки здорового образа жизни, самоконтроля.

3. Развивать чувство ответственности за результат коллективной творческой деятельности.
4. Формировать опыт позитивного социального действия через участие в творческой жизни объединения, студии, ЦДТ, города, где каждый может проявить себя, реализовать свои способности.
5. Воспитывать качества личности, востребованной в современном обществе: целеустремленность, трудолюбие, коммуникабельность, уважение к себе и окружающим людям.

Развивающие:

1. Развивать творческие и созидательные способности – воображение, находчивость, познавательную активность.
2. Развивать навыки сотрудничества, владение способами конструктивной коммуникации.
3. Развивать способность создавать образ средствами художественной выразительности.
4. Развивать творческую одаренность учащихся.
5. Формировать и развивать способности к самостоятельной и коллективной работе.

Обучающие:

1. Приобрести знания о техниках и приемах хореографического исполнения.
2. Приобрести знания о значении специальных хореографических терминов.
3. Способствовать овладению детьми определенным объемом знаний, умений и навыков: элементами свободной пластики в игровой, образно-ассоциативной, эмоциональной форме с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал при исполнении классического, народного и современного танцев.
4. Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений в хореографических композициях
5. Расширить представление о многонациональной культуре и искусстве.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

Первый год обучения (2 часа в неделю)

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	-
2	Ритмика	26	6	20
3	Элементы народного танца	16	6	10
4	Детские сюжетно-характерные танцы	14	4	10
5	Промежуточная и итоговая аттестация	2	-	2
6	Самостоятельная работа	6	-	6
7	Досугово-развивающая деятельность	4	-	4
8	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого	72	18	54

Второй год обучения (3 часа в неделю)

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	-
2	Ритмика	23	5	18
3	Элементы народного танца	22	4	18
4	Детские сюжетно-характерные танцы	20	4	16
5	Элементы классического танца	21	6	15
6	Промежуточная и итоговая аттестация	4	-	4
7	Самостоятельная работа	8	1	7
8	Досугово-развивающая деятельность	6	-	6
9	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого	108	22	86

Третий год обучения (4 часа в неделю)

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	-
2	Ритмика	18	6	12
3	Основы народного танца	30	10	20
4	Детские сюжетно-характерные танцы	16	4	12
5	Основы классического танца	30	10	20
6	Ансамбль. Сценическая практика	24	-	24
7	Промежуточная и итоговая аттестация	4	-	4
8	Самостоятельная работа	10	-	10
9	Досугово-развивающая деятельность	8	-	8
10	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого	144	32	112

Четвёртый год обучения (4 часа в неделю)

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	-
2	Ритмика	18	6	12
3	Основы народного танца	28	10	18
4	Детские сюжетно-характерные танцы	12	4	8
5	Основы классического танца	28	10	18
6	Ансамбль. Сценическая практика	18	-	18
7	Основы джаз-модерн танца	12	4	8
8	Промежуточная и итоговая аттестация	4	-	4
9	Самостоятельная работа	10	-	10
10	Досугово-развивающая деятельность	10	-	10
11	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого	144	36	108

1.3.2. Содержание учебного плана Первый год обучения

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Введение в деятельность. Знакомство с группой. Определение целей и задач на учебный год. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ и ЧС. Входящая диагностика.

Раздел 2. Ритмика.

1. Хореографические понятия и термины.

1. Центр
2. Движение в центр и из центра
3. Лицом в круг
4. Лицом из круга
5. Положение руки вдоль корпуса
6. Соединение опущенных рук с руками рядом стоящих исполнителей
7. Положение рук воротца

2. Изучение движений.

1. Поклон
2. Маршевый шаг, поворот вокруг себя на маршевом шаге
3. Дробный топающий шаг
4. Быстрый бег, легкий бег на полупальцах
5. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, перескоки с одной ноги на другую
6. Полуприседание (пружинка)
7. Приставные боковые шаги
8. Наклоны головы (вперед, назад, в стороны), круговые движения головой
9. Поднимание и опускание плеч, круговые движения плеч
10. Активные развороты корпуса, наклоны корпуса (вперед, назад, в стороны)
11. Круговой мах руками вперед и назад, махи руками вдоль корпуса, поочередное перекрещивание рук с разных сторон
12. Бег одновременно на руках и ногах.

3. Изучение пространственных рисунков-фигур (композиционные рисунки танца).

1. Построение и перестроение. Построение в колонну по одному и по два, перестроение из колонны по одному в пары и обратно, на месте и на шагах.
2. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», построение «воротца».

3. Маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте вокруг себя, вправо, влево; повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо и влево).
4. «Ручеёк»
5. «Змейка» (с соединёнными и рассоединёнными руками)

4. Партерная гимнастика.

1. Упражнения сидя на полу (движения стоп, наклоны в сторону к широко расставленным ногам, наклоны всем корпусом к широко расставленным ногам и вперед, «Сладка», «Бабочка»)
2. Упражнения для развития гибкости и силы (мостик, березка, березка наклонилась, ежик, корзиночка, кошечка, змея, лягушка, тюлень, лодочка, птичка, рыбка)
3. Партерные игровые композиции:
 - «С утра сидит на озере»
 - «Сидела два медведя»
 - «Раз-два острова»
 - «Мишка утром в понедельник»

Раздел 3. Элементы народного танца.

Теория.

1. Знакомство с разнообразием русских народных танцев. Сюжеты и темы: «хоровод», «кадриль».
2. Изучение рисунков: линий, диагонали, круги в русских движениях в сольном и групповом танцах.
3. Особенности открывания и закрывания рук.
4. Прослушивание русской фольклорной музыки, песен: «Во поле березка стояла», «Во саду ли в огороде» и т.д.

Практические занятия.

1.Поклоны:

- а) на месте без рук и с руками,
- б) поклон с продвижением вперёд и с отходом назад.

2.Позиции ног:

А) Пять прямых

- 1-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп,
- 2-я – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга,
- 3-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги находится у середины стопы другой,
- 4-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы,
- 5-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

Б) Пять свободных

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

В) Две закрытые

1-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны.

2-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками; каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

3.Позиции и положения рук:

А) Семь позиций

1-я, 2-я и 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям рук классического танца.

4-я – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

5-я – обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы собранные вместе, лежат сверху плеча разноимённой руки, чуть выше локтя.

6-я – обе руки, согнутые в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

7-я – обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию. Запястье одной лежит на запястье другой руки.

Б) Подготовительное положение – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

1-е положение – обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

2-е положение – обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями; пальцы собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

4. Изучение движений народно-сценического танца

1. Ход на полупальцах, пятках
2. Боковой галоп
3. Подскоки
4. Елочка, гармошка
5. Бег с захлестом
6. Каблук-носок
7. Шаги с высоким подниманием колен
8. Гусиный шаг
9. Тройной притоп на месте и в продвижении

Раздел 4. Детские сюжетно-характерные танцы.

Теория.

1. Понятия об интервалах.
2. Понятие о ведущей роли мальчиков в парном танце.
4. Движения «против часовой» стрелки и движение «по часовой стрелки»
5. «Лицом друг к другу», «спиной друг другу»
6. «Разные интервалы в парах»
7. Положение «руки на поясе», рук «самоварчик», в паре «лодочка».

Практические занятия.

Сюжетно-характерные танцы:

- «Веселая зарядка»;
- «Приглашение»;
- «Смени пару»;
- «Кик-марш»;
- «Пингвин»;
- «Маленькие звезды»;
- Попурри «Кузнечик, Петрушка, Индейцы»;
- «Веселые путешественники»;
- Полька «Кремена»
- Чешская полька
- Хорошее настроение
- Индейцы
- Охотники за приведениями
- Чимби-римби
- Берлинская полька

Раздел 5. Текущая, промежуточная и итоговая аттестация.

Практические занятия. Контроль качества освоения программы осуществляется в форме проведения контрольного урока, который включает в себя исполнение комплекса общеразвивающих упражнений, упражнений для выполнения музыкально-теоретических заданий (индивидуальный опрос) и коллективное выступление (танцы, игры, ритмические этюды); открытого урока (творческого отчета) для родителей и педагогов студии.

Раздел 6. Самостоятельная работа.

Практические занятия.

Ритмика -импровизация на заданную мелодию.

Элементы народного танца – отработка движений русского танца (ковырялочка, притопы, моталочка, гармошка) на середине зала.

Раздел 7. Досугово-развивающая деятельность.

Практические занятия. Коллективные творческие дела, направленные на формирование благоприятной атмосферы в детском коллективе, устойчивого интереса к хореографическому искусству;

воспитание у детей чувства сопричастности к творчеству и жизни студии, ЦДТ, общества. Мероприятия по программе воспитания «Росток».

Раздел 8. Итоговое занятие.

Практические занятия. Подведение итогов за учебный год. Награждение учащихся и родителей. Планирование летнего оздоровительного отдыха.

Второй год обучения

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Определение целей и задач на учебный год. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ и ЧС. Входящая диагностика.

Раздел 2. Ритмика.

1. Хореографические понятия и термины.

1. Музыкальное вступление
2. Припев, куплет, музыкальная фраза, предложение, квадрат
3. Положение в паре
4. Руки соединённые крест на крест, под крендель, полочка в руках

2. Изучение движений.

1. Притоп
2. Маршевый шаг, поворот вокруг себя на маршевом шаге
3. Дробный топающий шаг, тройной притоп
4. Быстрый бег, легкий бег на полупальцах, бег с высоким подниманием колен
5. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, перескоки с одной ноги на другую, крест на крест.
6. Полуприседание (пружинка)
7. Приставные боковые шаги
8. Наклоны головы (вперед, назад, в стороны), круговые движения головой
9. Поднимание и опускание плеч, круговые движения плеч
10. Активные развороты корпуса, наклоны корпуса (вперед, назад, в стороны)
11. Круговой мах руками вперед и назад, махи руками вдоль корпуса, поочередное перекрещивание рук с разных сторон
12. Бег одновременно на руках и ногах
13. Мячик

3. Изучение пространственных рисунков-фигур (композиционные рисунки танца.

1. Построение и перестроение. Построение в колонну по одному и по два, перестроение из колонны по одному в пары и обратно, на месте и на шагах.
2. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», построение «воротца».
3. Маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте вокруг себя, вправо, влево; повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо и влево).
4. «Ручеёк»
5. «Змейка» (с соединёнными и рассоединёнными руками)

6. Равнение рядом
7. Положение «Визави»
8. Точки класса.

4. Партерная гимнастика.

1. Упражнения сидя на полу (движения стоп, наклоны в сторону к широко расставленным ногам, наклоны всем корпусом к широко расставленным ногам и вперед, «Сладка», «Бабочка»)
2. Упражнения для развития гибкости и силы (мостик, березка, березка наклонилась, ежик, корзиночка, кошечка, змея, лягушка, тюлень, лодочка, птичка, рыбка)
3. Партерные игровые композиции:
 - «Движения рук сидя на коврик»
 - Упражнения классического экзерсиса на полу

Раздел 3. Элементы народного танца.

Теория.

1. Особенности народных движений.
2. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах.

Практические занятия.

Экзерсис на середине зала:

Элементы русского народного танца:

1. *Раскрывание и закрывание рук:*
 - а) одной руки,
 - б) двух рук,
 - в) поочерёдные раскрывания рук,
 - г) переводы рук в различные положения.
2. *Притопы:*
 - а) одинарные (женские и мужские),
 - б) тройные,
3. *Переступания тройные*
4. *Простой (бытовой) шаг:*
 - а) вперёд с каблука,
 - б) с носка.
5. *Простой русский шаг:*
 - а) с притопом и продвижением вперёд,
 - б) с притопом и продвижением назад
6. *Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.*
7. *«Гармошка»*
8. *«Ёлочка»*
9. *Припадание в сторону по 3-й свободной позиции,*
 - а) вперёд и назад по 1-й прямой позиции.
10. *Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).*
11. *Бег на месте и с продвижением вперёд и назад и на полупальцах.*

12. Подскоки на месте, с продвижением вперёд, назад и вокруг себя.
13. «Верёвочка» простая, с переступанием.
14. «Ковырялочка» с двойным, тройным притопом (комбинация)
15. «Моталочка»
16. «Молоточки»

Раздел 4. Детские сюжетно-характерные танцы.

Теория.

1. Понятия об интервалах.
2. Понятие о ведущей роли мальчиков в парном танце.
4. Движения «против часовой» стрелки и движение «по часовой стрелки»
5. «Лицом друг к другу», «спиной друг другу»
6. «Разные интервалы в парах»
7. Положение «руки на поясе», рук «самоварчик», в паре «лодочка».

Практические занятия.

Сюжетно-характерные танцы:

- «Веселая зарядка»;
- «Приглашение»;
- «Смени пару»;
- «Кик-марш»;
- «Пингвин»;
- «Маленькие звезды»;
- Попурри «Кузнечик, Петрушка, Индейцы»;
- «Веселые путешественники»;
- Полька «Кремена»
- Чешская полька
- Хорошее настроение
- Индейцы
- Охотники за приведениями
- Чимби-римби
- Берлинская полька
- «Нам весело»
- «Огородная – хороводная»
- «Полька», «Полька парами», «Полька тройками»
- «Порти-крайс»
- «Давайте танцевать»
- «Минутка»
- «Казачек»
- «Гавот»
- «Полонез»

Раздел 5. Элементы классического танца.

Теория.

1. Позиции рук I – III.
2. Позиции ног I – V.
3. Экзерсис классического танца и терминология.

Практические занятия.

Экзерсис у станка:

1. Постановка корпуса.
2. Позиция ног: I, II, III, V. Муз.размер: 4/4, 3/4. Для правильного усвоения позиций ног стоять в каждой позиции 4 такта при музыкальном размере 4/4 или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.
3. Demiplié на I, II, III, V. Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта по 4/4, по мере усвоения на 1 такт 4/4.
4. Battement tendu из I позиции. Муз.размер: 4/4, 2/4. Сначала движение исполняется на 2 такта по 4/4, по мере усвоения на 1 такт 4/4.
5. Battement tendu с demi pliés в I позиции. Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта (на 1 такт — battement tendu, на 1 такт — demi plié), по мере усвоения — на 1 такт.
6. Passeparterre из I позиции вперед и назад. Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта, по мере усвоения на 1 такт.
7. Rond de jambe par terre en dehors en dedans по четверти круга. Муз.размер: 4/4, 2/4. Сначала движение исполняется на 2 такта по 4/4, по мере усвоения на 1 такт 4/4.
8. Подъем на полупальцы по I и VI позициям.

Экзерсис на середине зала:

1. Позиция ног: I, II, III, V. Муз.размер: 4/4, 3/4. Для правильного усвоения позиций ног стоять в каждой позиции 4 такта при музыкальном размере 4/4 или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.
2. I Port de bras. Муз.размер: 4/4. Исполняется на 2 такта – образ цветка.

Раздел 6. Текущая, промежуточная и итоговая аттестация.

Практические занятия. Контроль качества освоения программы осуществляется в форме проведения контрольного урока, который включает в себя исполнение комплекса общеразвивающих упражнений, упражнений для выполнения музыкально-теоретических заданий (индивидуальный опрос) и коллективное выступление (танцы, игры, ритмические этюды); открытого урока (творческого отчета) для родителей и педагогов студии.

Раздел 7. Самостоятельная работа.

Практические занятия.

Ритмика –Импровизация на заданную мелодию.

Элементы народного танца –Отработка движений русского танца (ковырялочка, притопы, моталочка, гармошка, елочка, молоточки, веревочка) на середине зала.

Элементы классического танца –Отработка и повторение элементов классического экзерсиса, позиций рук, ног.

Раздел 8. Досугово-развивающая деятельность.

Практические занятия. Коллективные творческие дела, направленные на формирование благоприятной атмосферы в детском коллективе, устойчивого интереса к хореографическому искусству; воспитание у детей чувства сопричастности к творчеству и жизни студии, ЦДТ, общества.

Раздел 9. Итоговое занятие.

Практическое занятие. Подведение итогов за учебный год. Награждение учащихся и родителей. Планирование летнего оздоровительного отдыха.

Третий год обучения

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Определение целей и задач на учебный год. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ и ЧС. Входящая диагностика.

Раздел 2. Ритмика.

Теория.

1. Понятие о характере музыки
2. Понятие о темпе.
3. Понятие о громкостной динамике.
4. Понятие о ладе и ладовых связях тяготениях.
5. Метроритм.
6. Строение музыкального произведения.

Практические занятия.

Тема 1. Музыкально-пространственные упражнения:

- маршировка в темпе и ритме музыки;
- шаг на месте вокруг себя, вправо, влево;
- повороты на месте, продвижение с прыжком (вправо, влево, по кругу).
- из колонны в шеренгу и обратно;
- из одного круга в два и обратно;
- звездочка.

Тема 2. Изучение движение

- *Танцевальные шаги в образах:* оленя, медведя, спортсмена, солдата, кошки, лисы, мышки.
- *Танцевальные шаги:* с носка на пятку; подскоки; на польки; галопы (вперёд, в сторону).
- *Прыжки на образах мячика, зайца, кенгуру.*

Тема 3. Партерный экзерсис.

1. Упражнения для стоп: способствуют растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, приучают к ощущению выворотности ноги, в том числе пальцев и всей стопы.
2. Упражнения для мышц брюшного пресса способствуют укреплению, а также исправляют недостатки осанки.
3. Упражнения на гибкость плечевого и поясничного суставов.
4. Выполняют упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра и для развития танцевального шага (шпагат).
5. Выполняют упражнения на гибкость позвоночника.

6. Выполняют упражнения, которые дают возможность исправить дефекты осанки, если они не выражены резко: сутулость, поясничный лордоз, сколиоз.

Раздел 3. Основы народного танца.

Теория.

1. Терминология народно-сценического танца.
2. Истоки народно-сценического танца.
3. Музыкальное сопровождение занятий народно-сценического танца.
4. Виды русского народно-сценического танца. Все виды плясок.
Сольная пляска.
Перепляс.
Групповые пляски. Массовый перепляс.
Женская смольная пляска. Мужская сольная пляска. Парная пляска.

Практические занятия.

Экзерсис на середине зала: Русский народный танец

Основные положения ног:

1. позиции ног – 1-я, 2-я, 3-я свободные и прямые.
2. позиции ног - 1-я и 2-я закрытые.

Основные положения рук:

1. Подготовительное, первое и второе.
2. Подготовка к началу движения.
3. Положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звёздочка», «карусель», «корзиночка».

Элементы русского народного танца:

1. Раскрывание и закрывание рук:
 - а) одной руки,
 - б) двух рук,
 - в) поочерёдные раскрывания рук,
 - г) переводы рук в различные положения.
2. Поклоны;
 - а) на месте без рук и с руками,
 - б) поклон с продвижением вперёд и с отходом назад.
3. Притопы;
 - а) одинарные (женские и мужские),
 - б) тройные,
4. Переступания тройные
5. Простой (бытовой) шаг;
 - а) вперёд с каблука,
 - б) с носка.
6. Простой русский шаг;
 - а) назад через полупальцы на всю стопу,

- б) с притопом и продвижением вперёд,
- в) с притопом и продвижением назад
- 7. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.
- 8. «Гармошка»
- 9. «Ёлочка»
- 10. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции,
 - а) вперёд и назад по 1-й прямой позиции.
- 11. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции,
 - а) по 1-й прямой позиции.
- 12. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).
- 13. Бег на месте и с продвижением вперёд и назад и на полупальцах.
- 14. Подскоки на месте, с продвижением вперёд, назад и вокруг себя.
- 15. «Верёвочка» простая, с переступанием.
- 16. «Ковырялочка» с двойным, тройным притопом (комбинация)
- 17. «Моталочка»
- 18. «Молоточки»
- 19. «Ключ» простой (с переступаниями).
- 20. «Хлопки» и «Хлопушки» одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары): в ладоши, по бедру, по голенищу сапога.
- 21. Присядки *(для мальчиков)*:
 - 1) Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по 1-й прямой и свободной позициям.
 - 2) Покачивание на приседании по 1-й прямой и свободной позициям
 - 3) Подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям.
 - 4) Присядки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям с вынесением ноги на каблук вперёд и в сторону.

Эстонский танец:

1. Положения рук,
2. Положения рук в парных танцах,
3. Ходы и основные движения:
 - а) лёгкий бег
 - б) шаг с подскоком
 - в) шаг с проскальзыванием
 - г) полька
 - д) вальс с пристукиванием ногой
 - е) вальс с подскоком на одной ноге.

Раздел 4. Детские сюжетно-характерные танцы.

Теория.

1. Первоначальные сведения по историческому бальному танцу.
2. Происхождение и особенности польки, танго.
3. Изучение польки, танго.

Практические занятия.

Сюжетно-характерные танцы:

- «Зимушка»
- «Молдавские мотивы»
- «Греческие мотивы»
- «Ковбойский танец»
- «Фигурный вальс»
- «Диско» танец
- «Сударушка»
- «Коми танец»
- «Русский лирический»
- «Стирка» (современные ритмы)
- «Медленный вальс»
- «Танго».
- «Полкис»
- «Финская полька»
- «Казачек»
- «Оки-доки»
- «Уля-уля»

Раздел 5. Основы классического танца.

Теория.

1. *Терминология классического танца.*
2. *Основные требования классического танца.*
 - *Выворотность*, её эстетические функции. Анатомические предпосылки выворотности, её развитие.
 - *Осанка*, эстетические функции прямого корпуса и вытянутых ног. Необходимость правильной осанки для исполнения движений классического танца.
 - *Прыжок* как одно из выразительных средств классического танца, особенности его исполнения в женском и мужском танце.
 - *Танцевальный шаг*, его значение и способы развития на уроке классического танца. Применение танцевального шага в сценическом танце.
 - *Гибкость*, её эстетические функции, развитие пластики тела.
 - *Музыкальность* исполнения движений, развития чувства ритма.
3. *Музыкальное сопровождение занятий классического танца.*

Практические занятия.

Экзерсис у станка:

1. Постановка корпуса.

2. Позиция ног: I, II, III, V. Муз.размер: 4/4, 3/4. Для правильного усвоения позиций ног стоять в каждой позиции 4 такта при музыкальном размере 4/4 или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.
3. Demi plié на I, II, III, V. Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта по 4/4, по мере усвоения на 1 такт 4/4.
4. Battement tendu из I позиции. Муз.размер: 4/4, 2/4. Сначала движение исполняется на 2 такта по 4/4, по мере усвоения на 1 такт 4/4.
5. Battement tendu с demi plié в I позиции. Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта (на 1 такт — battement tendu, на 1 такт — demi plié), по мере усвоения — на 1 такт.
6. Passé par terre из I позиции вперед и назад. Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта, по мере усвоения на 1 такт.
7. Rond de jambe par terre en dehors en dedans по четверти круга. Муз.размер: 4/4, 2/4. Сначала движение исполняется на 2 такта по 4/4, по мере усвоения на 1 такт 4/4.
8. Battement tendu из V позиции. Муз.размер: 4/4, 2/4. Сначала движение исполняется на 2 такта по 4/4, по мере усвоения — на 1 такт 4/4.
9. Battement tendu с demi plié в V позиции. Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта.
10. Double battement tendu из I и из V позиций:
 - а) с опусканием пятки на II позицию;
 - б) с опусканием пятки на II позицию и demi plié на II позиции.
 Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт.
11. Battement tendu jeté из I позиции. Муз.размер: 2/4. Сначала движение исполняется на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт.
12. Положение ноги sur le sou-de-pied спереди и сзади (условное). (Сначала изучается из положения ноги, открытой в сторону, затем из V позиции). Муз.размер: 4/4. Сначала движение изучается на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт.
13. Battement fondu (сначала изучают носком работающей ноги в пол, позже — на 45°). Муз.размер: 4/4. Движение исполняется на 1 такт.
14. Releve на полупальцы в I, II, V позициях. Муз.размер: 2/4, 3/4. Сначала движение исполняется на 4 такта по 2/4, по мере усвоения — на 2 такта по 2/4, на 2 такта по 3/4.
15. Battement releve lent — на 45°. Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт.
16. Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к палке в I и V позициях). Муз.размер: 4/4, 3/4. Исполняется на 2 такта.

Экзерсис на середине зала:

1. Позиция ног: I, II, III, V. Муз.размер: 4/4, 3/4.
2. I Port de bras. Муз.размер: 4/4. Исполняется на 2 такта.

Прыжки (*allegro*)

1. Temps leve sauté по I, II позиции. Муз.размер: 4/4, 2/4. Движение исполняется на 1 такт 4/4, 1 такт 2/4, по мере усвоения — на 1/4.
2. Pas echarpe на II позицию. Муз.размер: 2/4. Движение исполняется на 2 такта.
3. Трамплинные прыжки по I и VI позициях. Муз.размер: 2/4. Исполняются на 1/8 и 1/16 долю муз. такта (8—16 прыжков подряд).

Раздел 6. Ансамбль. Сценическая практика.

Практические занятия. Сценический репертуар по выбору педагога: «Китайские мотивы»; «Поиграем в ковбоев»; «Незнайка на Луне»; «Ладоски»; «Финская полька», «Веселинка», «Эстонская полька», «Барбарики», «Кто пасется на лугу?».

Раздел 7. Текущая, промежуточная и итоговая аттестация.

Практические занятия. Контроль качества освоения программы осуществляется в форме проведения контрольного урока, который включает в себя исполнение комплекса общеразвивающих упражнений, упражнений для выполнения музыкально-теоретических заданий (индивидуальный опрос) и коллективное выступление (танцы, игры, ритмические этюды); открытого урока (творческого отчета) для родителей и педагогов студии.

Раздел 8. Самостоятельная работа.

Практические занятия.

Ритмика – Импровизация на заданную мелодию.

Основы классического танца – Отработка комбинаций у станка и на середине зала. Сочинение танцевальных вариаций по пройденным движениям классического танца.

Основы народного танца – Отработка комбинаций у станка и на середине зала.

Раздел 9. Досугово-развивающая деятельность.

Практические занятия. Коллективные творческие дела, направленные на формирование благоприятной атмосферы в детском коллективе, устойчивого интереса к хореографическому искусству; воспитание у детей чувства сопричастности к творчеству и жизни студии, ЦДТ, общества.

Раздел 10. Итоговое занятие.

Практические занятия. Подведение итогов за учебный год. Награждение учащихся и родителей. Планирование летнего оздоровительного отдыха.

Четвертый год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Определение целей и задач на учебный год. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ и ЧС. Входящая диагностика.

Раздел 2. Ритмика.

Теория.

1. Слышать в музыкальном сопровождении вступление.
2. Отличать припев от куплета.
3. Слышать, когда начинается и заканчивается музыкальная фраза или предложение (данные понятия воспринимаются детьми больше на интуитивном уровне).
4. Уметь не просчитывая каждую долю такта, слышать «музыкальный квадрат»

Практические занятия.

1. Музыкально-пространственные упражнения:

- маршировка в темпе и ритме музыки;
- шаг на месте вокруг себя, вправо, влево;
- повороты на месте, продвижение с прыжком (вправо, влево, по кругу).
- из колонны в шеренгу и обратно;
- из одного круга в два и обратно;
- звёздочка.

2. Изучение движение

- *Танцевальные шаги в образах:* оленя, медведя, спортсмена, солдата, кошки, лисы, мышки.
- *Танцевальные шаги:* с носка на пятку; подскоки; на польки; галопы (вперёд, в сторону).

3. Прыжки:

- *На образах мячика, зайца, кенгуру.*
- *На двух ногах в повороте.*
- *Поджатые*
- *Группировка*
- *Разножка*
- *Казачек*

4. Партерный экзерсис:

1. Упражнения для стоп: способствуют растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, приучают к ощущению выворотности ноги, в том числе пальцев и всей стопы.

2. Упражнения для мышц брюшного пресса способствуют укреплению, а также исправляют недостатки осанки.
3. Упражнения на гибкость плечевого и поясничного суставов.
4. Выполняют упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра и для развития танцевального шага (шпагат).
5. Выполняют упражнения на гибкость позвоночника.
6. Выполняют упражнения, которые дают возможность исправить дефекты осанки, если они не выражены резко: сутулость, поясничный лордоз, сколиоз.

В конце урока проводится игра:

- на слушание музыки;
- на координацию движений;
- на импровизацию (образы животных).

Раздел 3. Основы народного танца.

Теория.

1. Упражнения на середине – подготовка к более четкому исполнению народных движений.
2. Точные позиции, положения и движения рук в русских и белорусских танцах.
3. Правила исполнения народных движений.
4. Характерные рисунки и ходы танцев.

Практические занятия.

Экзерсис на середине зала:

Элементы русского народного танца

1. «Верёвочка»: простая с поочерёдными переступаниями, синкопическая, двойная, двойная с поочерёдными переступаниями (комбинация).
2. «Ковырялочка» с подскоками (комбинация).
3. «Ключ» простой на подскоках.
4. «Моталочка» с «закладкой», с «молоточками», с выпадами назад (комбинация).
5. Присядки (для мальчиков):
 - а) присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперёд и в сторону по 1-й прямой и открытой позициям,
 - б) присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперёд и в сторону,
 - в) присядка с продвижением в сторону и выбрасыванием ноги на каблук и на воздух (комбинация)
6. Хлопки и хлопучки (для мальчиков):
 - а) удары руками по голенищу сапога спереди и сзади с продвижением вперёд, назад и в сторону.
 - б) фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу.
 - в) поочерёдные удары по голенищу сапога спереди и сзади,

- г) по голенищу сапога спереди крест – накрест (комбинация)
7. Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад).

Белорусский танец

1. Положения рук.
2. Положения рук в парном танце.
3. Основные ходы и движения:
 - основной ход «Лявониха»
 - боковая скользящая подбивка
 - ход с отбивкой
 - повороты с откидыванием ноги назад
 - подскоки с откидыванием ноги назад,
 - притоп,
 - дробь с каблука
 - основной ход танца «Крыжачёк»
 - «верёвочка» с переступаниями,
 - присядка, выдвигая ногу вперёд на носок
 - присядка с закладкой на колено
 - основной ход танца «Бульба» – пляска – трясучка, на месте и в повороте
 - перескоки из стороны в сторону.

Эстонская полька

1. Простые подскоки польки
 - а) на месте,
 - б) вокруг себя,
 - в) с продвижением вперёд, назад и в сторону.
2. Простые подскоки с хлопками и поклонами.
3. Простые подскоки в повороте парами под руки.
4. Галоп в сторону.

Латышский танец

1. Основные положения рук:
 - а) на платке;
 - б) на поясе;
 - в) в стороны.
2. Основные ходы:
 - а) подскоки;
 - б) бег;
 - в) подскоки с переступанием;
 - г) выпады.
3. Вращения.

Раздел 4. Детские сюжетно-характерные танцы.

Теория. Первоначальные сведения по современным хореографическим направлениям.

Практические занятия.

Массовые танцы:

- «Зимушка»;
- «Молдавские мотивы»;
- «Греческие мотивы»;
- «Ковбойский танец»;
- «Фигурный вальс»;
- «Диско-танец»;
- «Сударушка»;
- «Коми танец»;
- «Русский лирический»;
- «Стирка» (современные ритмы);
- «Медленный вальс»;
- «Танго».
- «Уля-уля»
- «Оки-доки»

Раздел 5. Основы классического танца.

Теория.

Практические занятия.

Экзерсис у станка:

1. Demi plié на I, II, III, V. Муз.размер: 1 такт 4/4.
2. Battement tendu из Vпозиции. Муз.размер: на 1 такт 4/4.
3. Battement tendu с demi plié в Vпозиции. Муз.размер: на 1 такт 4/4.
4. Rond de jambe par terre en dehors en dedans. Муз.размер: 4/4, 2/4. Сначала движение исполняется на 2 такта по 4/4, по мере усвоения на 1 такт 4/4, к концу года — на 1 такт 2/4.
5. Relevé на 45° из I и V позиций (как подготовительное упражнение к изучению battement tendu jete). Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт.
6. Battement tendu jeté с demi plié в I и V позициях. Муз.размер: 2/4. Сначала движение исполняется на 4 такта, по мере усвоения — на 2 такта.
7. Temps relevé par terre. Муз.размер: 4/4, 2/4. Сначала движение исполняется на 1 такт 4/4, по мере усвоения — на 1 такт 2/4.
8. Положение ноги sur le sou-de-pied спереди, условное и сзади. (Сначала изучается из положения ноги, открытой в сторону, затем из V позиции). Муз.размер: 4/4. Сначала движение изучается на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт.

9. Releve на полупальцы в I, II, V позициях. Муз.размер: на 2 такта по 2/4, на 2 такта по 3/4.
10. Grand plié в I, III, V и IV позициях. Муз.размер: 4/4. Движение исполняется на 2 такта.
11. Battement fondu — на 45°. Муз.размер: 4/4. Движение исполняется на 1 такт.
12. Battement relevé lent — на 90°. Муз.размер: 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт.
13. Grand battement jeté из I и V позиций. Муз.размер: 2/4. Сначала движение исполняется на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт.
14. Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к палке в I и V позициях). Муз.размер: 4/4, 3/4. Исполняется на 2 такта.

Экзерсис на середине зала

1. I Port de bras. Муз.размер: 2 такта 4/4.
2. III Port de bras. Муз.размер: 4/4. Исполняется на 2 такта.
3. Танцевальный шаг.
4. Pas польки. Муз.размер: 2/4. Движение исполняется на 1 такт.
5. В конце урока небольшие учебно-танцевальные комбинации на основе пройденных движений.

Прыжки (allegro)

1. Temps levé sauté по I, II, V позициям. Муз.размер: 1 такт 4/4, 2/4.
2. Changement de pied. Муз.размер: 2/4. Движение исполняется на 2 такта, 1 такт, по мере усвоения — на 1/4.
3. Pas echappé на II позицию. Муз.размер: 1 такт 2/4.
4. Pas assemblé (изучается только в сторону). Муз.размер: 4/4, 2/4. Движение исполняется на 1 такт 4/4, по мере усвоения - на 1 такт 2/4.
5. Трамплинные прыжки в I и VI позициях. Муз.размер: 2/4. Исполняются на 1/8 и 1/16 долю муз. такта (8 прыжков подряд).

Раздел 6. Ансамбль. Сценическая практика.

Практические занятия. Сценический репертуар по выбору педагога: «Фонарики дружбы»; «Поиграем в ковбоев»; «Болотные радости»; «Северная фантазия»; «Ладощки»; Латышский танец «Руцавиетис», «Бульба», «Эстонская полька», «Гусарики»; «Почемучки».

Раздел 7. Основы джаз-модерн танца.

Теория.

1. Знакомство со стилями и направлениями современного танца.
2. Координировать движения.
3. Понятие изоляции.

Практические занятия

1. Изолированные движения головы:
 - Наклоны;
 - Повороты;
 - Квадрат;
 - Круг;
 - Полукруг.
2. Движения плеч:
 - Подъем и опускание;
 - Раскрытие;
 - Закрытие;
 - Полукруг;
 - Полный круг;
 - Вытягивание плеч.
3. Движения бедрами:
 - Квадрат;
 - Круг;
 - Покачивания вперед-назад;
 - Покачивания в сторону;
 - Двойное покачивание в сторону.
4. Танцевальные комбинации:
 - «Разминка»;
 - «Полуприседание»;
 - «Пружина»;
 - «Буратино»;
 - «Кик с перескоком»;
 - «Шассе с перескоком»;
 - «Лягушонок»;
 - «Маятник»;
 - «Пирамида»;
 - «Выпад-батман»;
 - «Скольжение с отскоком»;
 - «Батман вперед»;
 - «Батман назад».

Раздел 8. Промежуточная и итоговая аттестация.

Практические занятия. Курс завершается проведением контрольного урока, который включает в себя исполнение комплекса общеразвивающих упражнений, упражнений для выполнения музыкально-теоретических заданий (индивидуальный опрос) и коллективное выступление (танцы, игры, ритмические этюды); открытого урока (творческого отчета) для родителей и педагогов студии.

Раздел 9. Самостоятельная работа.

Практические занятия.

Ритмика – импровизация на заданную мелодию.

Основы классического танца – отработка комбинаций у станка и на середине зала. Сочинение танцевальных вариаций по пройденным движениям классического танца.

Основы народного танца – отработка комбинаций у станка и на середине зала.

Ансамбль. Сценическая практика – отработка комбинаций из хореографических номеров, сольных партий, положения рук, ног и корпуса. Работа над манерой и характером исполнения движений.

Раздел 10. Досугово-развивающая деятельность.

Практические занятия. Коллективные творческие дела, направленные на формирование благоприятной атмосферы в детском коллективе, устойчивого интереса к хореографическому искусству; воспитание у детей чувства сопричастности к творчеству и жизни студии, ЦДТ, общества.

Раздел 11. Итоговое занятие.

Практическое занятие. Подведение итогов за учебный год. Награждение учащихся и родителей. Планирование летнего оздоровительного отдыха.

1.4. Планируемые результаты

Результаты программы «Ритмика. Начальная подготовка», развивающей художественно-творческие способности, направлены на:

- выявление одаренных детей в области хореографии в раннем возрасте;
- создание условий для художественного образования, эстетического, духовно-нравственного развития детей;
- приобретение детьми знаний по выполнению художественного произведения;
- приобретение детьми опыта творческой деятельности;
- овладение детьми духовными и культурными ценностями своей Родины и народов мира.

Результаты и способы их проверки.

Показателем эффективности работы студии и возможными критериями результативности для учащихся могут быть:

внешняя результативность:

- стабильность функционирования детского коллектива студии «Реверанс»;
- качество знаний, умений и навыков, проявляющихся в практической деятельности.

внутренняя результативность:

- потребность в дальнейшем развитии силы и выносливости, координации;
- повышение социальной активности участников детского коллектива;
- потребность в расширении кругозора;
- потребность в здоровом образе жизни;
- желание самореализации.

Формами подведения итогов работы могут служить участие в творческих концертах, мероприятиях центра и школ, открытых занятиях, конкурсах и фестивалях.

По итогам деятельности студии планируется получить следующие виды продуктов деятельности учащихся:

- 1) личные, групповые проекты учащихся;
- 2) концертные номера;
- 3) готовые концертные программы;
- 4) сценарии театрально-танцевальных представлений.

Личностными результатами изучения являются следующие умения и качества:

1. Сформировано устойчивое желание к занятиям, стремление развивать свои способности, участвовать в концертах, показательных выступлениях и конкурсах хореографического искусства.
2. Сформированы навыки здорового образа жизни, учащиеся демонстрируют навыки опрятности в костюме и внешнем виде.
3. Учащиеся будут обладать чувством ответственности за результат коллективной творческой деятельности.
4. Развита мотивация танцевально - учебной деятельности. Участвуют в создании театрализованных и танцевально - пластических композиций, импровизаций, театральных спектаклей, танцевальных фестивалей, концертов, конкурсов и др. Приобретен опыт социально-значимой деятельности.
5. Умеют сотрудничать (общение, взаимодействие) на основе взаимоуважения с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем и различных творческих задач, в том числе и танцевальных, умение достичь поставленных целей. Демонстрируют целеустремленность и трудолюбие в достигнутых результатах.

Метапредметными результатами изучения является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Развито мышление, воображение, находчивость и познавательная активность; способности к импровизации, фантазированию, воображению.
2. Умеют сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач.

3. Будут способны создавать образ средствами художественной выразительности.
4. Развиты индивидуальные творческие способности учащихся, сформирован устойчивый интерес к творческой деятельности. Учащиеся демонстрируют свои способности через участие в концертах, показательных выступлениях и конкурсах хореографического искусства.
5. Приобретен опыт коллективной творческой деятельности; коммуникативные навыки, умение работать в малых группах.

Предметными результатами изучения сформированность следующих умений:

1. Знают о техниках и приемах хореографического исполнения.
2. Понимают значение специальных хореографических терминов.
3. Исполняют основные элементы классического танца. Пластически выразительно и эмоционально исполняют музыкально-хореографические этюды и танцы народной и современной хореографии.
4. Сформированы навыки (способности) передавать в пластике музыкальный образ: шаг и бег, передающий различные образы и др. Развита гибкость и пластичность, точность, ловкость движений, координации рук и ног, с предметами и без них; разнообразные образно-игровые движения, жесты.
5. Учащиеся имеют представление и принимают многообразие культур. Различают основные характерные движения некоторых народных танцев. Умеют передавать характерные черты национальной культуры.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

- Хореографические залы – 3:
Площадь залов 2-го этажа - 151,4 м²,
Площадь зала 4-го этажа – 102,2 м²;

Оборудование и оснащение залов:

- Мебель: стол учительский, стул, скамейки, тумба.
- Инвентарь - мячи- 15 шт., коврики- 25 шт.
- раздевалки (помещения для переодевания, соответствующие санитарно-гигиеническим нормам и правилам) – 4;
- склад реквизита (костюмерная) -1;
- музыкальные инструменты: фортепиано, баян;
- аппаратура: музыкальные центры, видеомагнитофон;
- реквизит для танцевальных постановок;
- костюмы и сценическая обувь для выступающих.

Кадровое обеспечение:

- педагоги дополнительного образования,
- концертмейстеры,
- педагоги-организаторы;
- костюмер..

Все педагоги помимо учебных занятий в группах творчески работают над созданием сценического репертуара в детском хореографическом ансамбле при студии, осуществляют воспитательную работу в детском объединении в тесном сотрудничестве с родителями.

Информационно-методическое обеспечение

Учебные и информационные ресурсы:

- Барышникова, Т. Азбука хореографии. – СПб: «Респекс», «Люкси», 1996.
- Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980.
- Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца.- СПб.: 2006.
- Никитин В. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. М.: 2006;

- разработки из опыта работы педагогов:

- сценарии театрализованных представлений, концертов;
- контрольно-измерительные материалы;
- календарно-тематический план по годам обучения;
- план-конспект открытого занятия;

Подборка нотного материала к различным жанрам

(классический танец, народно-сценический танец, ритмика) -3 папки;

Фонотека: СД-диски с музыкальными композициями – 5 шт;

Видеоматериалы:

- DVD-диски с записями концертных выступлений, КТД, гастролей, мастер-классов педагогов и коллективов ДХС «Реверанса»;
- DVD – диски с записями концертов российских и зарубежных мастеров и коллективов.

2.2. Методы и технологии обучения и воспитания

Основой для разработки общеразвивающей программы «Хореография. Совершенствование» служит деятельностный подход, базирующийся на положениях научной школы Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина, П.Я. Гальперина, В.В. Давыдова, Л.В. Занкова. Характерные особенности дополнительной общеразвивающей программы можно определить, опираясь на разработки Л.В. Занкова, который под «**общим развитием**» понимал:

- целостное развитие ребенка – его ума, воли, чувств, нравственности при сохранении здоровья, придавая каждому из этих компонентов одинаково важное значение;
- развитие способностей – свойств личности, обуславливающих успешность решения человеком тех или иных задач.

В рамках «общего развития» перечень способностей человека включает следующие:

- наблюдательность, способность воспринимать явления, факты, речевые, эстетические и другие;
- мышление, способности к анализу, синтезу, сравнению, обобщению и т.д.;
- практические действия, способности создать материальные объекты, производить ручные операции, используя (и развивая одновременно) восприятие и мышление;

На развитие этих способностей направлена методическая система программы «Ритмика Начальная подготовка».

Описание специфики занятий

Занятие классического танца

Занятие классического танца проводится в форме группового занятия (в среднем по 10 человек). Состав группы может быть смешанным (девочки и мальчики) или раздельным.

При подготовке к занятию необходимо учитывать такие факторы, как:

- объём материала;
- степень его сложности;
- особенности класса как исполнительского коллектива.

При составлении плана занятия предполагается детальная разработка каждой его части, где следует:

- определить новый материал для изучения, ввести его в различные комбинированные задания;
- наметить примеры (составить комбинации) для совершенствования накопленных знаний;
- определить музыкальный материал для каждой части занятия (размер и характер музыкального сопровождения, как к новым движениям, так и к закреплению, пройденного материала).

При проведении занятия целесообразно выдерживать структуру занятия в целом и соизмерять длительность отдельных частей; сохранять динамичность темпа занятия, живость подачи материала, деловую атмосферу.

На практических занятиях очень важно:

- переводить на русский язык французские термины, принятые в классическом танце;
- объяснять назначение упражнения и правила его исполнения;
- обращать внимание учащихся на особенность упражнения, определяющую его сходство или различия с другими;
- равномерно распределять физическую нагрузку в течение всего занятия, соотносить статические и динамические нагрузки;
- чередовать работу различных групп мышц, развивать внимание и осознанный контроль за работой мышц;
- соотносить темпы выполнения отдельных заданий;
- воспитывать самостоятельность в выполнении учебных заданий.

Занятия по хореографии проводятся в танцевальном зале. Наличие специальных станков в зале обязательно. Одна из стен зала оборудована зеркалами. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. Педагогу необходимо четко определять баланс в сочетании этих двух методов. Излишнее и подробное словесное объяснение может привести к потере внимания учащихся, вызовет скуку на занятии. В то же время нельзя ограничиваться только практическим показом, в этом случае дети воспринимают материал подражательно и неосознанно.

Главное внимание уделяется правильной постановке корпуса, рук, ног, головы, как основе равновесия и апломба; овладению первоначальными навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела в пространстве и времени; развитию физических профессиональных данных учащихся.

Новые виды упражнений начинают изучать стоя лицом к станку, держась за него двумя руками. Затем постепенно переходят к исполнению тех же упражнений, держась одной рукой за станок.

Для правильного усвоения выворотности ног ряд упражнений сначала изучается в сторону, позднее вперёд и назад.

Все упражнения исполняются поочередно с правой, затем с левой ноги.

Основные методы работы педагога-хореографа на уроке - показ движений и словесное объяснение. Они являются главными проводниками требований педагога к учащимся. В разных классах показу и объяснению отводится различная роль. Изменяются функции показа и объяснения на разных этапах обучения.

На начальном этапе обучения показу придаётся исключительно большое значение, так как он даёт первоначальное представление о движении. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.

Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых на начальном этапе обучения (французская терминология, правила исполнения).

Словесный метод приобретает очень большое значение в связи с происходящим процессом осмысления исполнения. На этом этапе слово несёт самую большую нагрузку.

Таким образом, два важнейших метода - показ и объяснение - связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряжённой физической работы по овладению танцевальными навыками.

Музыкальное оформление занятия классического танца

Танец органически связан с музыкой. Без музыки немислимы как танцевальные композиции, так и тренажные упражнения, в том числе и упражнения классического экзерсиса.

В процессе учебной работы необходимо прививать учащимся умение слышать и понимать музыку. Нельзя допускать, чтобы музыкальное сопровождение являлось «фоном» урока, так как это приводит к безразличию музыкального восприятия. Правильно подобранный музыкальный материал должен помогать осваивать хореографический материал, соответствуя его характеру, ритмическому рисунку, темпу.

Для тренажных упражнений желательно использовать музыкальный материал квадратного построения, с чётким ритмом и ярко выраженной фразировкой, чтобы учащиеся легко определяли музыкальные предложения, периоды и основное внимание уделяли правильности исполнения движений.

Музыкальное сопровождение по темпу подбирается так, чтобы при выполнении упражнений его не нужно было искусственно ускорять или замедлять. Ритмическая основа тренировочных комбинаций в основном должна совпадать с ритмическим рисунком музыкального сопровождения.

На первоначальных этапах изучения упражнений используется музыкальное сопровождение с простым ритмическим рисунком. Позднее, на этапе совершенствования движения, ритмический рисунок может быть более разнообразным.

При сочетании движений следует сохранять общую линию мелодии, изменяя лишь ритмический рисунок внутри такта, оттеняя тем самым характер сочетаемых движений. В этом плане для тренировочных упражнений желательно использовать музыкальную импровизацию, так как грамотная, разнообразная импровизация в своей идеальной форме строго подчиняется заданной педагогом комбинации, повышая тем самым качество учебной работы.

В каждом классе в зависимости от возрастной категории и подготовленности группы музыкальное сопровождение урока классического танца различно: по темпу, ритмическому рисунку, динамической окраске.

Джаз-модерн танец

В основе всех видов танцевания лежит ритм. Во многих видах европейских танцев ритм отличается движениями ног и рук, а корпус сам становится источником ритма, импульсом, который рождает движения в самом корпусе, так и в частях тела, которые к нему подлежат.

Принцип дыхания превращается в способ движения («вдох» — расширение — большая поза, растяжение; «выдох» — расслабление, сжатие, маленькая поза, падение, группировка к центру тела). Сочетание в разных амплитудах, темпах и ритмах такого принципа движений позволяет создать очень выразительную форму танца и довольно трудную в исполнении. Очень быстрый темп движения и разнообразный темп, часто сложноорганизованный, присущий джазовой музыке, обуславливает экспрессивное, стремительное движение, резко меняющие позы и направление движения.

Методика построения занятия может строиться как на изучении отдельных разделов движений, что принято на начальных этапах обучения, так и на сочетании движений из разных разделов (равномерно распределяя нагрузку на все части тела).

Разделы изучения движений объединены внутри себя или по основным понятиям (например — «изоляция»); или по движениям частей тела (движение ногами, руками); или по способам движения (прыжки, вращения). Так как джаз - это не конкретная «школа», а направление в современной хореографии, где много разных течений, которыми джаз пополняется ежегодно, то преподаватель может выбирать по своему усмотрению, в каком направлении ему работать.

По мере усваивания материала усложняется технически, ритмически и строится как общеразогревающий — для исполнения комбинаций и этюдов.

Предлагается построение урока на начальных этапах обучения:

- разминка;

- партер (1 уровень);
- полупартер (2 уровень);
- изоляция;
- экзерсис на середине;
- диагонали и линии;
- проучивание танцевальной комбинации;
- растяжка.

Музыкальное оформление занятия по джаз-модерн танцу

Музыкальное сопровождение может быть различным, но основано на четком ритме: ударные инструменты, рояль, фонограммы (различные национальные ритмы или джазовые ансамбли и поп-музыканты).

Педагогами применяются общепринятые в хореографии правила подачи учебного материала и построения урока танца. При изучении нового и повторении пройденного материала следует как можно чаще менять построение детей в зале, менять в последовательном порядке линии, по которым выстроены дети. Например, через каждые 3—4 движения учащиеся, стоящие в первой линии, переходят в последнюю («едут на Камчатку»), соответственно вторая линия становится первой и т. д. В противном случае дети, постоянно находящиеся в последних линиях, привыкнув смотреть на ноги впереди стоящих, никогда не научатся мыслить и работать самостоятельно. Кроме того, при перестроении создается оживленная, игровая атмосфера, происходит своеобразная разрядка.

Вариант структуры занятия

Первая часть занятия (подготовительная):

- построение детей в несколько линий, в 4 или более колонн (в зависимости от размеров зала и численности группы);
- поклон педагогу;
- разминка (для головы, плеч, рук, корпуса, ног).

Вторая часть занятия (основная):

- изучение музыкально-ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки;
- работа над этюдами, танцами.

Третья часть занятия (заключительная):

- закрепление музыкально-ритмического материала в игре;
- музыкально-танцевальные импровизации;
- основное построение для выхода из зала;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- выход из танцевального зала (марш).

Хореографическая тренировка (экзерсис) — это достаточно длительный процесс выработки большого числа все усложняющихся

музыкально-двигательных навыков. Позы, положения, движения и их комбинации в различных вариантах — это новые для организма двигательные навыки, новая психологическая и физическая нагрузка. При этом педагогу следует все время помнить, что овладение двигательными навыками всегда должно сопровождаться определенным эмоциональным настроением, что нельзя учить только движениям, а эмоциональную выразительность откладывать на более поздний срок (это самая распространенная ошибка в педагогической практике у начинающих руководителей детских хореографических коллективов).

Педагогической психологией введен основной закон усвоения материала: воспринять, осмыслить, запомнить, применить, проверить результат. Из этой формулы ничего нельзя исключить, и нецелесообразно разрывать этапы усвоения во времени, потому что они взаимосвязаны: восприятие сопровождается осмыслением, осмысление — запоминанием. Восприятие, осмысление и запоминание расширяются, углубляются и закрепляются в процессе их применения и проверки на практике.

При повторении танцевального движения в коре головного мозга образуются временные связи. Когда музыкальное движение выучено и прочувствовано, закрепляется определенная последовательность возбuditельно-тормозных процессов, т. е. вырабатывается динамический стереотип данного двигательного навыка.

В этой связи мы предлагаем следующую формулу: от ощущений к чувствам, от них к привычке. Такое дополнение к закону усвоения способствует более эффективному формированию стереотипа движения. Следовательно, формулу необходимо применять в такой последовательности:

воспринимая — ощущай;
осмысливая — чувствуй;
запоминая — действуй, пробуй;
проверяя результат — показывай другому.

Образованию пластического стереотипа каждого двигательного навыка способствуют условные раздражители. Они могут быть разнообразными: словесно-речевые объяснения и замечания учителя (уместно подчеркнуть, что объяснения и замечания должны сопровождаться положительными эмоциями с единственной целью, чтобы учащийся, слушая — слышал и услышал); профессиональный показ телодвижений педагогом — зрительное созерцание и осмысление (и в этом процессе очень важно следить, чтобы учащийся, глядя — видел и увидел, удивился); наблюдение за собой в зеркальном отражении.

Множественно повторяясь, движения-импульсы становятся сигналами — раздражителями для мышц и других систем и органов. Поэтому стоит принять определенное положение или позу, услышать знакомый ритм, мелодию, как дальше движения возникнут сами собой (срабатывает мышечная память).

Внешне это проявляется в правильном и точном выполнении движения в соответствии с музыкальным настроением и темпоритмом. Специалисты-практики отмечают, что мышечная память, как и психика человека, поддается тренингу. Каждое новое па или танцевальная комбинация — это новый двигательный стереотип. Но всякая переделка представляет значительный труд для нервной системы. Многие знают из собственного опыта, как трудно переучивать даже самые несложные движения. Поэтому следует сразу же добиваться правильного выполнения любого движения, не надеясь на то, что потом можно будет легко его поправить.

Принципиальный подход к усвоению танцевальных движений таков: движение, исполненное многократно, становится простым и доступным.

Каждый новый элемент, усложняющий уже заученное движение, развивает ловкость как способность переключаться с одного движения на другое, изменять направление или рисунок. Это научит детей ощущать свои движения в соответствии с темпоритмом музыки.

Согласованность движений в хореографии можно разделить на простые и сложные координации. *Простые координации* — это одновременные и однонаправленные движения рук, поочередные движения ног, одновременные и однонаправленные движения рук и ног. *Сложные координации* — одновременные разнонаправленные движения, переключения с однонаправленных на разнонаправленные движения, с одного темпа на другой, движения в выворотном положении ног, вращения с однонаправленным и одновременным продвижением по площадке.

При построении занятий и составлении порядка изучения танцевальных элементов педагогу следует все это внимательно учитывать.

При проведении занятий по данной программе приоритет отдаётся творческой самореализации учащихся, т.к. такой подход усиливает личностную направленность обучения. Но при этом важнейшим фактором в процессе эффективного обучения является руководство со стороны педагога обучением учащихся.

Темы изучаются дифференцировано, т.е. учащиеся делятся на подгруппы по возрасту. Все группы занимаются по предметам учебного курса программы, а потом для объединения их в ансамбль подбираются участники различного возраста и уровня подготовки.

В основном, знания учащиеся приобретают во время практических занятий, посещения театра оперы и балета, концертов ансамбля «Асья кья» и просмотров видеоматериалов записей балетов и конкурсных выступлений студийцев.

Разделы программы нацелены на осознанное владение тем или иным материалом, способствующим принять участие в ансамбле не менее, чем в четырёх хореографических постановках, различных по жанрам.

Для стимулирования самостоятельной познавательной деятельности индивидуализируется помощь учащимся, варьируется темп работы с ориентацией на интересы и возможности учащихся.

Обязательным направлением в деятельности студии является работа с родителями. На собраниях, в индивидуальных беседах, консультациях обсуждаются успехи учащихся, предлагаются конкретные рекомендации, помощь.

В ходе реализации программы соблюдаются *следующие принципы*:

- постепенность развития хореографических данных учащихся;
- постепенность увеличения физической нагрузки и технической трудности;
- строгая последовательность в овладении материалом;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Типы занятий

Занятия хореографией делятся на несколько *типов*:

1. Обучающие занятия.

На обучающих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения, проводится наглядный показ. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия.

Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повтор исполняются вместе с педагогом. При повторе выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия.

Дети практически самостоятельно, без подсказки должны уметь выполнять все заученные движения и танцевальные комбинации.

4. Импровизационная работа.

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют этюд, мини-композицию на тему, данную им педагогом. Такие типы занятий развивают воображение. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

5. Репетиционно - постановочная работа.

На данных занятиях происходит отработка сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

Методы обучения

Любая педагогическая система жизннна только в том случае, если она функционирует в режиме развития. Овладение психологией обучения многократно умножает силы педагога: он усваивает последовательность процедур, приводящих к успешному результату, обретает профессиональную уверенность и мастерство. Выбор методов обучения не может быть выбран единожды, и на долгое время.

Педагог хореографии рассказывает и показывает движения на своем примере, те есть, в основном, применяет метод личного показа.

В данной программе применяются как традиционные, так и новые методы обучения.

Методы **наглядного восприятия** способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися материала, повышению интереса к изучаемым упражнениям. К ним можно отнести показ упражнений, демонстрацию плакатов, видеофильмов, рисунков, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Все это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Личный показ является основным методом обучения на уроках хореографии. Преподаватель, повернувшись спиной к ученикам, показывает движение или комбинацию целиком под музыку. Этот прием применяется до тех пор, пока не усвоится материал.

Зеркальный показ применяется тогда, когда преподавателю необходимо контролировать методику исполнения движения или комбинации. Этот метод позволяет делать анализ и исправлять ошибки во время исполнения движения. Преподаватель стоит лицом к ученикам и выполняет движение по зеркальному принципу: говорим о правой стороне, а выполняем левой.

Словесный метод– универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи, раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы хореографической грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приемов использования словесного метода: рассказ, беседа, объяснения, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Практические методы основаны на активной деятельности самих детей. Это метод целостного освоения упражнений, движений, метод обучения посредством дробления их, а также игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений широко применяется на раннем этапе освоения программы, что объясняется относительной доступностью упражнений. Использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее (двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные упражнения).

Метод дробления широко используется для освоения самых разных движений и композиций. Этот метод применяется также при изучении сложных движений.

Метод КТД, когда дети включаются в коллективную творческую деятельность (участие в конкурсах, отчетных концертах, праздниках), где они сами создают свои творческие хореографические композиции, капустники.

Воспитание – процесс непрерывный, его невозможно отделить от учебной деятельности. Для того чтобы воспитательные задачи решались целенаправленно, осмысленно и системно, в ЦДТ реализуется программа воспитания «Росток», а часы на организацию коллективных творческих дел введены в учебно-тематический план.

Основные направления программы воспитания «Росток»:

- ✓ Я – кружковец
- ✓ Здоровое поколение
- ✓ Открытие
- ✓ Свой мир строим своими руками
- ✓ Семейный очаг
- ✓ Капелька добра

Использование современных образовательных технологий в процессе обучения, воспитания и развития личности учащихся.

При реализации общеразвивающей программы хореографической студии «Реверанс» используются следующие личностно-ориентированные педагогические технологии воспитания и обучения детей:

Педтехнология	Эффект использования технология
Здоровье сберегающая технология	- оптимизация роста и развития опорно–двигательного аппарата; - формирование правильной осанки; - содействие профилактики плоскостопия; - функциональное совершенствование органов дыхания, сердечно-сосудистой и нервной системы; - знакомство с основами здорового образа жизни; - роль гигиены, закаливания, режима дня, рационального питания в сохранении здоровья учащихся; - профилактика вредных привычек
Технология проектной деятельности	- выявление склонности у учащихся к ведению научно – исследовательской деятельности; - развитие интереса к познанию мира, сущности процессов и явлений в области искусства, культуры, истории, природы, общества и т.п.; - развитие умения самостоятельно, творчески мыслить

Метод портфолио	<p>- раскрытие и развитие личностных способностей каждого учащегося (через диагностику, педконтроль, индивидуальный подход во время занятия, индивидуальные внеурочные занятия);</p> <p>- осуществление мониторинга за развитием способностей учащихся, ведение дневника личных достижений;</p> <p>- создание ситуации успеха, рост личных достижений</p>
-----------------	---

Здоровьесберегающие технологии

Здоровьесберегающие технологии- это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Целевые ориентации здоровьесберегающих технологий:

- Формирование культуры здоровья
- Содействие формированию сознательного отношения ребенка к своему здоровью, как естественной основе умственного, физического и нравственного развития.

Система здоровьесберегающих мероприятий носит комплексный характер и включает в себя средства педагогического воздействия.

Педагогические средства восстановления:

1. Рациональное распределение нагрузок.
2. Создание четкого ритма и режима учебного процесса.
3. Рациональное планирование процесса учебных занятий.
4. Использование разнообразных средств и методов занятий, в том числе и нетрадиционных.
5. Соблюдение рациональной последовательности упражнений, чередование нагрузок по направленности.
6. Адекватные интервалы отдыха.
7. Упражнения для активного отдыха, на расслабление и восстановление дыхания.

Психологические средства восстановления:

1. Организация внешних условий и факторов занятий.
2. Формирование значимых мотивов и благоприятных отношений к занятиям.
3. Переключение внимания.

Психолого-педагогические средства включают специальные восстановительные упражнения на расслабление, дыхательные, на растяжение, чередование средств ОФП.

На детский организм падает нагрузка не только физическая, но и **эмоциональная** – дети выходят на сцену перед зрителем. Даже на самых первых этапах обучения от внутреннего мира и характера маленького

человека требуется самоотдача, самораскрытие. Долгими тренировками отрабатываются координация движений, сила мышц, свобода движений, устойчивость, гибкость, мягкость и т.д. Но этого еще недостаточно для формирования артиста – он еще должен обладать волевыми свойствами, эмоциональностью, темпераментом, способностью к сосредоточенности и переключению внимания, к воображению и фантазии.

Технология проектной деятельности включает комплекс умений самостоятельно и под руководством педагога осваивать новые способы деятельности в сфере хореографического творчества. Воспитывает у учащихся интерес к хореографическому искусству, к участию в хореографических постановках. При этом существенно возрастает роль искусства в духовном развитии личности. Технология весьма результативна. Формы обучения при этом могут быть групповыми, индивидуальными, с применением информационно-коммуникационных технологий. По времени исполнения проекты – долгосрочные (от 1 месяца до полугода). У каждого учащегося есть прекрасная возможность соприкоснуться с различными видами творческой деятельности, которые помогают ему раскрыть в себе талант, развить его в процессе образовательной деятельности. В работе над проектом обязательно соблюдаются определенные этапы деятельности, и на всех этапах подготовки проекта педагог выступает в роли консультанта и помощника, а не эксперта.

2.3. Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации.

Порядок аттестации учащихся определяется «Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации учащихся» МАУДО «ЦДТ».

Здесь же излагается методика оценки получаемых результатов, определяются этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости в виде таблицы на каждый год обучения.

Текущий контроль успеваемости осуществляется в ходе реализации программы, отражающих планируемые результаты.

Текущий контроль предметных результатов учащихся проводится:

- в начале цикла обучения по программе (входящая диагностика), в течение двух первых недель в форме выполнения упражнений;
- на каждом занятии методом наблюдения;
- по окончании изучения большого раздела или темы.

Педагог дополнительного образования осуществляет текущий контроль успеваемости и учет индивидуальных образовательных результатов учащихся в процессе оценивания практической, творческой деятельности учащихся на занятии, в участии в конкурсах и соревнованиях, результатов самостоятельных работ учащегося, диагностических работ и работ

проверочного характера. Текущий контроль метапредметных и личностных результатов осуществляется педагогом методом наблюдения.

Промежуточная аттестация проводится в конце первого и второго года обучения. Итоговая аттестация проводится по завершению обучения по программе.

Оценка результативности проводится по нескольким составляющим. Результаты реализации программ, развивающих художественно-творческую одаренность, демонстрируются путем проведения творческих мероприятий – выставок, конкурсов, фестивалей, олимпиад, соревнований и т.д.

Результаты итоговой аттестации фиксируются в «Протоколе итоговой аттестации». Главным результатом аттестации является *создание ситуации успеха для каждого учащегося*.

Оценка достижения планируемых результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы - дополнительной общеразвивающей программы осуществляется по 3 уровням: высокий (от 80% до 100 % освоения программного материала), средний (от 51 % до 79 % освоения программного материала), низкий (от 50 % освоения программного материала и менее).

Основной целью оценки является формирование положительной познавательной мотивации учащихся:

- оцениваются только достижения, отрицательные оценки исключены;
- основным критерием оценки является труд учащегося, его усилия, направленные на овладение хореографическим искусством;
- качества личности детей не оцениваются.

Основной акцент в системе оценивания сделан на самооценке учащимися своих достижений в ходе систематической рефлексии, а также при подведении итогов диагностики. Большое воспитательное значение имеет подведение итогов работы, ее анализ и оценка. В студии «Реверанс» наиболее эффективной формой определения уровня освоения программы является коллективный просмотр на DVD носителях выполненных номеров с последующим самоанализом и обсуждением.

Коллективные просмотры выполненных номеров, их обсуждение приучают учащихся справедливо и объективно оценивать свою работу и других, адекватно воспринимать оценку педагога и коллектива студийцев, радоваться не только своей, но и общей удаче. При проведении занятий необходимо определить возможности творческого применения детьми усвоенных умений в создании хореографических номеров.

Оценочные материалы – пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов представлен в УМК к программе.

Формы контроля и анализа:

- наблюдения во время каждого занятия;
- собеседования с учащимися;
- собеседования с родителями;
- анкетирование родителей;

- контрольные занятия;
- концертные выступления;
- творческие отчеты;
- конкурсы и фестивали различного уровня.

После завершения обучения по программе «Ритмика. Начальная подготовка», дети, проявляющие интерес и способности к отдельным хореографическим жанрам, могут продолжить свое образование в студии «Реверанс» МАУДО «ЦДТ» по дополнительным общеобразовательным программам – дополнительным общеразвивающим программам «Хореография», «Ансамбль» и «Ансамбль классического танца».

**Этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости.
«Ритмика. Начальная подготовка»**

1 год обучения

Виды аттестации	Сроки проведения	Цель	Содержание	Форма	Критерии
Текущий контроль успеваемости. Входящая диагностика.	Сентябрь	Определить исходный уровень подготовленности и учащихся	Ведение в деятельность. Входящая диагностика. Танец – игра «Зарядка» Танец-игра «Минутка»	Практический показ (повтор за педагогом), наблюдение	Приложение в УМК № 1
Текущий контроль успеваемости на каждом занятии.	Течения года	Определить уровень понимания изучаемого материала и уровень приобретенных умений и навыков.	Проверка усвоения материала по теме занятия или комплексу занятий. Тема: «В гостях у мелодии»	Практика: показ упражнений, исполнение танцев, наблюдение	Приложение в УМК № 2
Текущий контроль	Ноябрь	Определить уровень усвоения пройденного материала	Тема: «Терпсихора в гостях»	Практика: открытое занятие для родителей. Показ, исполнение танцев, наблюдение	Приложение в УМК № 3
Промежуточная аттестация по итогам года обучения	Апрель	Определить уровень программного материала 1 года обучения	Тема: «Танцуй веселей с нами скорей!»	Практика: открытое занятие для родителей. Показ, исполнение танцев, наблюдение	Приложение в УМК №4

2 год обучения

Виды аттестации	Сроки проведения	Цель	Содержание	Форма	Критерии
Текущий контроль успеваемости. Входящая диагностика.	Сентябрь	Выявить остаточные знания и умения в начале учебного года	Тема: «Музыкально-пространственные упражнения, фигуры танца; танцевальные шаги и элементы в образах. Партерный экзерсис на развитие физических данных»	Практика: показ упражнений, исполнение танцев, наблюдение. Теория: Фронтальный опрос	Приложение в УМК № 5
Текущий контроль успеваемости на каждом занятии.	Течения года	Определить уровень понимания изучаемого материала и уровень приобретенных умений и навыков.	Проверка усвоения материала по теме занятия или комплексу занятий. Занятие-превращение «Образ в движениях»	Практика: показ упражнений, исполнение танцев, наблюдение	Приложение В УМК № 6
Текущий контроль	Ноябрь	Определить уровень усвоения пройденного материала	Тема: «Ритмический рисунок музыки в движении»	Теория: устный опрос Практика: показ пройденного материала	Приложение в УМК № 7
Промежуточная аттестация по итогам года обучения	Апрель	Определить уровень программного материала 2 года обучения	Тема: «В мире музыки и танца»	Практик : показ пройденного материала	Приложение в УМК № 8

3 год обучения

Виды аттестации	Сроки проведения	Цель	Содержание	Форма	Критерии
Текущий контроль успеваемости. Входящая диагностика.	Сентябрь	Выявить остаточные знания и умения в начале учебного года	Тема: Игра «Волшебный конверт»	Теория: фронтальный опрос Практика: практический показ	Приложение в УМК № 9
Текущий контроль успеваемости на каждом занятии.	Течения года	Определить уровень понимания изучаемого материала и уровень приобретенных умений и навыков.	Проверка усвоения материала по теме занятия. Тема «Элементы русского танца»	Теория: фронтальный опрос Практика: практический показ	Приложение в УМК № 13
Текущий контроль	Ноябрь	Определить уровень	Тема: «Основы	Теория: фронтальный	Приложение в УМК

		усвоения пройденного материала	классического танца»	опрос Практика: практический показ	№ 10
Промежуточная аттестация по итогам года обучения	Апрель	Определить уровень программного материала 3 года обучения	Конкурс «Дебют»	Практический показ	Приложение в УМК № 14

4 год обучения

Виды аттестации	Сроки проведения	Цель	Содержание	Форма	Критерии
Текущий контроль успеваемости. Входящая диагностика.	Сентябрь	Выявить остаточные знания и умения в начале учебного года	Тема: «Основы классического танца»	Теория: фронтальный опрос Практика: практический показ	Приложение в УМК № 12
Текущий контроль успеваемости на каждом занятии.	Течения года	Определить уровень понимания изучаемого материала и уровень приобретенных умений и навыков.	Проверка усвоения материала по теме занятия или комплексу занятий.	Тест, кроссворд Практика: Конкурс «Музыкальная карусель»	Приложение в УМК № 11
Текущий контроль	Ноябрь	Определить уровень усвоения пройденного материала	Тема: «Основы народно – сценического танца»	Теория: фронтальный опрос Практика: практический показ	Приложение в УМК № 13
Итоговая аттестация	Апрель	Определить уровень освоения программы	Тема: Отчетный концерт ДХС «Реверанс»	Практический показ	Приложение в УМК № 14

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативная база:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят ГД ФС РФ 21.12.2012) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://graph-kremlin.consultant.ru/page.aspx?1646176>
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rg.ru/2013/12/11/obr-dok.html>
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70731954/>
4. Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/14644/>
5. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://gov.garant.ru/SESSION/PILOT/main.htm>
6. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. //Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. –М.: Просвещение, 2009.
7. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания на период до 2025 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/18312/>
8. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года №996-р) [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <http://government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>
9. Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 – 2017 годы» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70183566/#ixzz45zZVrQVh>
10. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» // Зарегистрирован 15.03.2018//

Список литературы для педагогов

1. Байбородова Л.В., Харисова И.Г., Чернявская А.П. Факультет педагогических технологий. Лекция № 9. Педагогические мастерские // Управление современной школой. Завуч. - 2014. - № 7. - С. 81 – 90
2. Барышникова, Т. Азбука хореографии. – СПб: Респекс, 1996.
3. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. - М.: 2003.
4. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: 2003.
5. Буйлова Л. Н. Современные подходы к разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы [Текст] / Л. Н. Буйлова // Наука и образование: современные тренды: коллективная монография / гл. ред. О. Н. Широков. — Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. — № VIII. — С. 149–160. — (Серия "Научно-методическая библиотека"). — ISSN 2313-6189. [Электронный ресурс]. – Режим доступа:https://interactive-plus.ru/discussion_platform.php?requestid=11070
6. Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей. – С.-Пб.: Музыкальная палитра., 2004.
7. Власенко, С.Н. Гибкость – важный фактор здоровья. – Мн., 2000.
8. Власова В. А. Музыка и движение. С.: 1994 г.
9. Заводина И.В. Ритмика. Примерная программа. – М., 2005.
10. Каплунова И., Новоскольцева И. Праздник каждый день. – С.-Пб.: Композитор., 2007.
11. Костровицкая А.И. Игровой стрейчинг: Методика работы с детьми дошкольного возраста. – С.-Пб.: 1993.
12. Суворова Т. Танцевальная ритмика для детей. – С.-Пб.: 2005.
13. Танцы народов СССР., Вып.3, -М.: Искусство, 1967.
14. Танцы народов СССР., Вып.4, -М.: Искусство, 1969.
15. Танцы народов СССР., Репертуар художественной самодеятельности №3, - М.:Искусство, 1972.
16. Ткаченко Т. Народный танец. – М.: Искусство, 1975.
17. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. СА-ФИ-ДАНСЕ. – С-Пб.: Детство-пресс, 2003

Список литературы для учащихся

1. Авров Д. Н. Спектакль и зритель: (Как смотреть и оценивать спектакль). Кн. Для учащихся ст. классов. – М.: Просвещение, 1985.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Респекс, 1996.
3. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
4. Балет: Энциклопедия. – М.: Советская энциклопедия, 1983
5. Блок А.Д. Классический танец. - М.: Искусство, 1981.
6. Брудный Д. Л. Беседы о театре: \ Пособие для учащихся нац. школ РСФСР. – Л.: Просвещение, 1983.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980.
8. Васильева Т. Балетная осанка. – М.: Высшая школа изящных искусств, 1993.
9. Максимова В. А. ...И рождается чудо спектакля: Кн. Для учащихся. М.: Просвещение, 1980.

10. Михайлова А. М., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия Холдинг, 2001.
11. Начальный курс танца. – М.: Астрель, 2001.
12. Пасютинская В. М. Волшебный мир танца: Кн. для учащихся. — М.: Просвещение, 1985.
13. Ткаченко Т. Народный танец. – М.: Искусство, 1975.
14. Хворост И. Белорусские танцы. – М.: Беларусь, 1977.