

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» г. Клинцы Брянской области

Принята на педагогическом совете
Протокол № 1 от 01.09.2020

Утверждаю
Директор МБУДОЦДТ

Сигаева Г.А. 
«1» 09 2020



«Магия танца»

**Дополнительная
общеобразовательная
общеразвивающая программа**

Срок реализации – 1 год 144ч
Возраст обучающихся: 12-17 лет
Уровень программы: Базовый
Направленность: Художественная
Автор: Рословец И. Б.
Педагог дополнительного образования

г. Клинцы 2020 г.

Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с законом РФ «Об образовании», Конвенции о правах ребёнка, направлена на формирование и развитие творческих способностей обучающихся.

Программа составлена в соответствии с приказом Министерства образования и науки РФ от 29 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Нас окружает сложный, яркий и прекрасный мир. Иногда нам кажется, что мы, люди, управляем им, но это не так. Мы - лишь часть этого мира. И для того, чтобы жить в согласии с окружающим нас мирозданием, надо научиться слышать и видеть красоту всего, что нас окружает, почувствовать себя хранителем этой красоты. Как же научить ребенка смотреть и видеть, слушать и слышать? В этом поможет танец. Искусство танца является одним из ранних проявлений творчества человека, а искусство выражения эмоций и чувств в пластике, в ритме движений называется танцем.

Направленность программы - Художественно-эстетическая. Образовательная программа направлена на обучение обучающихся основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Данная программа предназначена для обучающихся в хореографической группе Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» г. Клинцы Брянской области и рассчитана на детей 12-17-лет. Срок реализации программы – 1 год.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, народно-сценический и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, народно-сценический, современный танец.

Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Классический танец – вырабатывает академизм упражнений веками выверенной методикой подготовки танцовщика. Классический танец воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение.

Эстрадный танец. Присутствует на первых годах обучения, переплетаясь в постановках с современными направлениями. В этом стиле можно бесконечно варьировать, сочинять, учитывая возможности, особенности темперамента обучающихся, максимально выявляя индивидуальные возможности каждого.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, которые должны получить дети в процессе обучения (методика исполнения и выразительности языка танца, теория о происхождении классического балета, современных направлений хореографии, знание французской терминологии, знание танцевального этикета, великие имена в истории становления хореографического искусства)

Целью программы являются следующие составляющие:

- создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации, раскрытия творческих способностей детей.

Помимо названного, цели программы сочетаются с основными идеями системы дополнительного образования детей, которые мотивируют включение в процесс обучения

интегрированных дисциплин. Развитие мотивации детей к познанию и творчеству через интегрированные технологии включает в себя:

- изучение основ музыкальной грамоты;
- актерское мастерство;
- элементы гимнастики;
- изучение основ правильного дыхания;
- ознакомление с анатомическим строением тела и основы самомассажа.

Достижение поставленной цели предполагает постановку следующих **задач**:

1. Обучающие задачи заключаются в том, чтобы:

- дать представление об элементах гимнастики, ритмики, а также основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, современный танец;
- обеспечить практическое применение теоретических знаний в области различных танцевальных техник;

2. Воспитательные задачи направлены на то, чтобы:

- воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- помочь в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- сформировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению;
- привить эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
- обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между обучающимися;
- способствовать формированию творческой личности.

3. Развивающие задачи подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков:

- координации;
- ловкости;
- силы;
- выносливости;
- гибкости;
- правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника;
- музыкально-пластической выразительности;
- активизации специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной;

В отличие от изученных программа данного профиля дополнительная общеразвивающая программа «Магия танца» - комплексная.

Обучение идет по нескольким направлениям изучения хореографического искусства. Это предметы: классический, современный танец, народный танец.

Поэтому она более емко, в образовательном плане, отвечает целям и задачам обучения в дополнительном образовании, она вариативна, модульная по форме и рассчитана на 1 год обучения.

С методической стороны соблюдены все основные принципы дидактики: предложены эффективные способы преподавания и приемы освоения учебного материала обучающимися по искусству и истории танца. В процессе реализации общеразвивающая программа постоянно дополняется новыми учебными и методическими материалами типового и авторского содержания. По уровню углубления предметной деятельности, содержания программного материала, дополнительная программа «Магия танца» является общеразвивающей.

Педагогические принципы и идеи.

Соответственно были выбраны следующие педагогические принципы и идеи:

- гуманизации образования; - личностно-ориентированного подхода;
- научности;
- интеграции;

- осуществление, как целостного, так и индивидуального подхода к воспитанию личности ребёнка;
- соответствие содержания возрастным особенностям обучающихся.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия хореографией: укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние детей; развивают силу, гибкость, ловкость, быстроту и координацию движений; способствуют формированию интереса к занятиям хореографией; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку. Программа позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, привить трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручку, общение друг с другом. Это ведущие моменты в процессе обучения.

Педагог стремится раскрыть способности детей, учит воспринимать искусство танца, раскрывает и повышает их мастерство, прививает вкус и любовь к прекрасному.

Методические принципы реализации программы

Реализация данной программы базируется на следующие принципы:

- - **принцип дидактики** (построение учебного процесса от простого к сложному).
- - **принцип актуальности** (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения).
- - **принцип системности** (подразумевает систематическое проведение занятий).
- - **принцип творческой мотивации** - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

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

Концептуальные основы и методики программы, методы и формы работы.

- научные труды отечественных и зарубежных учёных и представителей гуманистического направления в психологии и педагогике (И.П. Иванов, К.Д. Ушинский, Л.Л. Редько, Р. М. Чумичева, Н.К. Рерих, А. Маслоу);
- публикации о возможностях и условиях использования личностно-ориентированного, индивидуального подходов в педагогической практике (Е.В. Бондаревская, Р. М. Чумичева, Л.В. Грабовская);
- материалы по хореографии (Т.К. Васильева, Л.В. Браиловская). Правовую основу программы составляют:
- Конституция РФ;
- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Концепция, программа сохранения и развития дополнительного образования г.Клинцы.

Методы и формы работы:

- эвристический;
- исследовательский;
- поощрения;
- интеграции;
- игровой;

- беседы. Одним из главных методов программы «Магия танца», является метод интеграции, позволяющий собрать в единое целое различные виды искусств, выбрать большую информативную ёмкость учебного материала. Несмотря на большой объём информации, программа отличается компактностью и сжатостью учебного материала, внедрением в неё более совершенных методов и приёмов. Метод интеграции позволил соединить элементы различных предметов, что способствовало рождению качественно новых знаний, взаимообогащая предметы, способствуя эффективной реализации триединой дидактической цели.

Апробация методов и форм программы «Магия танца» проходила в Центре детского творчества. Занятия по программе оказали положительное влияние на развитие познавательных интересов, на социальную активность обучающихся, на раскрытие потенциальных способностей, на формирование художественно-эстетического вкуса. Все обучающиеся в танцевальном объединении на сцене чувствуют себя свободно и уверенно.

Обучающиеся танцевального объединения значительно укрепили своё здоровье, что подтверждает показатель посещения занятия. Во время обучения многие обучающиеся, открыв в себе новые способности, стали дополнительно посещать кружок рисования, хор и некоторые были приняты в музыкальную школу.

Этапы реализации программы

Первый этап

В дальнейшем происходит совершенствование всего комплекса профессиональных знаний и навыков, полученных за данный период обучения. Дети научатся свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей, применяя ранее изученные

упражнения, в различных комбинациях, рисунках и танцах. У обучающихся начнет формироваться индивидуальный стиль, развиваться профессиональная память (запоминание специальных терминов, позиций, движений, рисунков и т.д.).

На данном этапе обучающиеся уже обладают первоначальной базой определенных знаний в области хореографии. Дети, свободно ориентируются в танцевальном зале, владеют практическими навыками постановочной деятельности. Обучающиеся могут использовать простейшую терминологию на занятиях.

Занятия на основном этапе предполагают развитие более сложных движений, комбинаций, рисунков и композиций. Обучающиеся смогут свободно различать движения и упражнения разных направлений в хореографии и технически правильно их выполнять. Овладеют методическими знаниями и более сложной терминологией. Сформируются начальные теоретические и технические навыки использования приемов актерского мастерства и сценической выразительности на практике.

Второй этап

На втором этапе происходит совершенствование всех практических и теоретических знаний, полученных за весь период обучения. Обучающиеся овладеют профессиональными навыками постановочной и концертной деятельности. Смогут достойно переносить физические нагрузки, выполняя сложную танцевальную лексику. Овладеют приемами адаптации в современном обществе.

После завершения образовательной программы обучающиеся смогут выйти на профессиональный этап работы: участие в конкурсах и фестивалях областного, регионального, всероссийского и международного уровней.

После полного завершения обучения по данной программе дополнительного образования, обучающиеся смогут поступить в Хореографическое училище, Хореографический колледж, а также в высшие учебные заведения по специальностям как исполнитель, танцовщик, так и педагог-хореограф, руководитель хореографического коллектива.

Срок реализации программы

Данная программа предназначена для обучающихся в хореографической группе Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» г. Клинцы Брянской области и рассчитана на детей 12-17-лет. Срок реализации программы – 1 год.

Форма проведения занятий - Групповая, индивидуальная.

Режим занятий – 2 раза в неделю, 1 урок-2 акад. часа.

Количество детей в группах - 20 человек в соответствии с возрастом детей.

Форма организации итоговых занятий - Контрольный урок, концертное выступление.

Основные формы и способы проведения занятий:

- объяснение и показ педагогом;

- просмотр выступлений профессиональных коллективов и детских хореографических коллективов Брянской области.

- посещение концертных залов театров с последующим обсуждением с обучающихся.
- творческие встречи и обмен концертными программами с различными детскими коллективами
- концертные выступления.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

1 год обучения

Знать:

- основы постановочной и концертной деятельности
- различные направления в хореографии

Уметь:

- выполнять классический экзерсис у танцевального станка
- уметь выполнять упражнения на изоляцию в танце джаз модерн
- уметь выполнять батман тандю модерн на середине зала
- применять на практике правила постановки корпуса рук, ног и головы в хореографии.
- выполнять основные ориентиры (рисунки) по инструкции педагога.
- выполнять комплекс акробатических упражнений
- применять актерское мастерство и сценическое перевоплощение, и выразительность в хореографических композициях.
- использовать специальную хореографическую терминологию на занятиях

Иметь навыки:

- Выразительности и техники выполнения движений в хореографических композициях.

Иметь представление:

- О постановке хореографической композиции.

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале каждого этапа обучения проводится тестирование исходного уровня владения навыками.

Итоговая аттестация при сопоставлении с исходным тестированием и промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня. Уровни владения навыками приводятся в соответствие с баллами по следующей шкале.

Баллы	Уровни владения навыками
10	высокий
9	
8	средний
7	
6	
5	низкий
4	
3	
2	
1	

Процедура оценки эффективности обучения на соответствующем этапе в Центре детского творчества предполагает соотнесение следующих параметров и критериев, разработанных педагогом дополнительного образования, с уровнями хореографической подготовки.

Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки

Параметры	Критерии
Балетные данные	<ul style="list-style-type: none"> - осанка - выворотность - танцевальный шаг - подъем стопы - гибкость - прыжок
Музыкально-ритмические способности	<ul style="list-style-type: none"> - чувство ритма - координация движений: - нервная - мышечная - двигательная - музыкально-ритмическая координация
Сценическая культура	<ul style="list-style-type: none"> - эмоциональная выразительность - создание сценического образа

Оценке и контролю **результатов обучения** подлежат:

- Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.
- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.
- Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.
- Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.
- Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.
- Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).
- Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.
- Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.
- Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).
- Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).
- Музыкально – ритмическая координация
- Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.
- Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

**Уровни развития параметров,
определяющих эффективность хореографической подготовки
на всех этапах**

Параметр	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Балетные данные	<ul style="list-style-type: none"> - Хорошая осанка - Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах) - Танцевальный шаг от 120⁰ - Высокий подъем стопы - Очень хорошая гибкость - Легкий высокий прыжок 	<ul style="list-style-type: none"> - Не очень хорошая осанка - Выворотность в 2 из 3 суставов - Танцевальный шаг 90⁰ - Средний подъем - Не очень хорошая гибкость - Легкий средний прыжок 	<ul style="list-style-type: none"> - Плохая осанка - Выворотность в 1 из 3 суставов - Танцевальный шаг ниже 90⁰ - Низкий подъем - Плохая гибкость - Нет прыжка
Музыкально-ритмические способности	<ul style="list-style-type: none"> - Отличное чувство ритма - Координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов) - нервная - мышечная - двигательная - Музыкально-ритмическая координация - четко исполняет танцевальные элементы под музыку 	<ul style="list-style-type: none"> - Среднее чувство ритма - Координация движений 2 показателя из 3 - Музыкально-ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку 	<ul style="list-style-type: none"> - Нет чувства ритма - Координации движений 1 показатель из 3 - Музыкально-ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением
Сценическая культура	<ul style="list-style-type: none"> - Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и 	<ul style="list-style-type: none"> - Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на 	<ul style="list-style-type: none"> - Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене

	непринужденно держится на сцене - создание сценического образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ	сцене - Создание сценического образа – не сразу перевоплощается в нужный образ	- Не может создать сценический образ
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------

От этапа к этапу спектр возможностей обучающихся расширяется, хотя параметры и критерии оценивания остаются прежними. Уровень предъявляемых требований коррелируется с возрастающим уровнем развития параметров на каждом этапе обучения, что предусмотрено программой по хореографии.

Учебный план 1 года обучения

№	Наименование раздела, тема занятий	Всего	Теория	Практика
СЕНТЯБРЬ				
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	---
2.	Основы классического танца.	24	12	12
2.1	Теория дисциплины.	2	2	---
2.2	Русская школа классического танца.	2	2	---
2.3	Разучивание элементов классического танца у станка.	8	2	6
2.4	Allegro	4	2	2
2.5	Координация ног, рук и головы в движении - – temps relevé par terre.	4	2	2
2.6	Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет.	4	2	2
ОКТАБРЬ				
3.	Ритмика. Акробатика.	20	4	16
3.1	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	4	---	4
3.2	Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.	2	2	---
3.3	Особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа.	2	2	---
3.4	Упражнения, игры и метр. Сильные доли и такт.	2	---	2
3.5	Кувырки.	2	---	2
3.6	Упражнения на развитие гибкости позвоночника.	4	---	4
3.7	Растяжки.	4	---	4

НОЯБРЬ				
4.	Современный танец.	18	10	8
4.1	Беседа о хореографическом про-изведении, современный танец.	2	2	---
4.2	Стили современного танца. Их отличительные особенности. Хаус.	2	2	---
4.3	Прыжки: -hop-passé с руками во II и III позициях.	4	2	2
	-hop с ногой на 45о в стороне	2	---	2
	Шаги: -pas de bourge	2	---	2
4.4	Вращения: -пируэты	4	2	2

4.5	Изучение танцевальных элементов в стиле хаус.	4	2	2	---
		33			
5	Народно-стилизованый танец.	10	4	6	
5.1	Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем.	2	1	2	---

ДЕКАБРЬ

5.2	Русский танец. Закрепление материала, изученного в период 1 года обучения.	2	---	2	
5.3	Усложнение пройденных элементов.	4	2	2	
5.4	«Припадания», «маятник», «подбивки», «ковырялочки».	2	---	2	
6.	Актёрское мастерство.	6	2	4	
6.1	Изучение основ актерского мастерства.	1	1	---	

ЯНВАРЬ

6.2	Выразительность и эмоциональность исполнения.	3	1	2	
6.3	Создание сценического образа.	2	---	2	
7.	Постановочная работа.	50	18	32	
7.1	Разучивание танцевальных связок.	10	4	6	

ФЕВРАЛЬ

7.2	Построение рисунков.	10	4	6	
-----	----------------------	----	---	---	--

МАРТ - АПРЕЛЬ

7.3	Разводка танцевальных номеров.	20	10	10
МАЙ				
7.4	Отработка танцевальных номеров.	10	---	10
8.	Индивидуальная работа.	4	---	4
8.1	Работа с отстающими.	2	---	2
8.2	Отработка сложных моментов.	2	---	2
9.	Итоговое занятие. Концертная деятельность.	10	---	10
	Всего	144	52	92

Сроки реализации программы:

Количество недель – 36

Начало реализации – 01.09.2020г.

Окончание реализации – 31.05.2021г.

Каникулы – с 01.06.2021г. по 31.08.2021г.

Содержание программы.

1. Вводные занятия.

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

2. Основы классического танца.

Теория дисциплины

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

II. Экзерсис у станка

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

- 2.4.4. Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга). Изучается лицом к станку с I позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед. Затем назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение и 8 тактов, если музыкальный размер – 2.4.4. Позднее, при музыкальном размере 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.
- 2.4.5. Battement passé par terre. Изучается из I позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1 такт.
- 2.4.6. Подготовительное port de bras. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1.
- Положения ноги sur les cou-de-pied – «условное» и «обхватное». Изучается из I позиции в сочетании с battements tendus в сторону, вперед. Затем продолжается изучение лицом к станку с I позиции по точкам назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.
- Battements frappés. Изучается лицом к станку, носком в пол (вначале в сторону, затем вперед назад). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Battements relevés lents на 45°. Изучается из I позиции, стоя лицом к станку в сторону. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

III. Экзерсис на середине зала

1. Повторение элементов темы Постановка корпуса (в выворотных позициях),
2. Повторение элементов темы Позиции ног: I, II, III, V изученные в упражнениях у станка.
3. Повторение элементов темы Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.

3. Ритмика. Акробатика.

Теория дисциплины

1. Строение музыкального произведения. Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.
2. Маршевая и танцевальная музыка.
3. Особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа.

Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов в младшей группе.

1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в ускоренных (по сравнению с первым годом обучения) музыкальных раскладках:
 - повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
 - наклоны и подъёмы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
 - круговые движения головой по кругу и целому кругу;
 - поднимание и опускание плеч; поочередное поднимание и опускание плеч.
2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в ускоренных раскладках:
 - разведение рук в стороны;
 - подъёмы рук вперёд на высоту 90°;
 - отведение рук назад;
 - подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;
 - подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;
 - сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;
 - сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
 - сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;

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

3. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- перегибы корпуса назад;
- повороты корпуса вокруг вертикальной оси;
- круговые движения корпуса.

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

- отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- подъёмы согнутой в колене ноги в сторону;
- отведение ноги назад на носок с полуприседанием;
- отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок ноги в сторону на каблук – каблук – позиция;
- отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок – каблук, позиция с полуприседанием;
- отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги назад с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок – позиция с полуприседанием;
- прыжки на одной ноге (не более 4-х раз);
- прыжки на двух ногах с переменной позиций (напр. чередование VI и II позиций);
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на носок;

Танцевальные шаги и ходы:

- Скользящий шаг (pas glisse');
- Па польки вперед и боковое;
- Pas chasse' вперёд, назад
- Русский переменный ход.
- Русский дробный ход (по 1/8).
- Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4.
- В ритме полонеза;
- В ритме польки.
- Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

II Элементы гимнастики, акробатики.

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Группировка» «Карандаш»
2. Упражнения, развивающие подъем стопы: Разворот стопы из VI позиции в I позицию
3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. «Корзиночка» «Полумостик» «Мостик»
4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. «Плуг» «Уголок»

5. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов. «Неваляшка» «Passe' с разворотом колена»
6. Упражнения, развивающие выворотность ног. «Лягушка» во всех положениях «Солнышко»
7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.
«Шпагат» вперед с обеих ног «Шпагат» поперечный

4. Современный танец.

Теория дисциплины История возникновения джазового танца, художественные особенности, знаменитые исполнители и хореографы. Интересные факты из их биографии.

Экзерсис у станка

1. Изучение основных позиций рук.

Основные позиции рук аналогичны классической школе, но положение локтя и кисти может варьироваться (вытянутое, округленное положение локтя, сокращенное flex-положение кисти или jazz hand - пальцы напряжены и расставлены). А также существуют V-положения – положения между основными позициями.

2. Изучение основных позиций ног.

Изучаются 5 основных позиций ног. У всех позиций кроме III существует 2 варианта: out-положение, аналогичное классическому танцу, и параллельное положение – стопы стоят параллельно друг другу. III позиция исполняется в классическом варианте, но используется нечасто.

3. Изучение элементов джазового танца.

Plié -

Движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором исполняется. Изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям.

Battement tendu- Движение классического экзерсиса, которое также имеет больше вариантов за счет позиций ног, в которых исполняется. Изучается по I out-позиции в сторону, позже вперед и назад – у станка, затем на середине зала - **Passé**

Рабочая нога стопой касается колена опорной ноги. В первый год обучения изучается на полной стопе по I позиции – у станка, по мере усвоения переходим на середину зала.

Выворотное исполнение этого движения желательно проучивать в партер.

4. Народно-стилизованый танец.

Теория дисциплины

Народный танец как вид хореографического искусства. Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем.

Исполнение простейших композиций на основе элементов русского танца.

Изучение нового материала, развитие выразительности и танцевальности.

Русский танец. Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Три позиции рук и положения рук: подготовительное, на талии, под грудью, на груди, на поясице, на затылке. Платочек в русском танце. Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны. Элементарные ходы и проходки.

Основной шаг – с продвижением назад.

Основной шаг с притопом – с продвижением назад.

Основной шаг с проскальзывающим притопом.

«Гармошка», «ёлочка».

«Гармошка» с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах.

«Гармошка» с полуприседанием по I обратной (закрытой) позиции.

«Ёлочка» с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах.

«Ёлочка» с полуприседанием при повороте пяток обеих ног.

«Моталочки» одной ногой без подскока с двойным притопом.

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

«Припадание» по VI позиции.

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

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

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

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

5. Актёрское мастерство.

Актёрское мастерство. Упражнения для сплочения коллектива. Упражнения на развитие эмоциональности, раскрепощенности. Упражнения в группе по трое, четверо. Задания на импровизацию с воображаемым предметом. Работа над танцевальными образами, над манерой исполнения постановки.

6. Постановочная работа.

Постановочная деятельность, разучивание танцевальных связок, построение рисунков. Работа над танцевальными образами, работа над манерой исполнения постановки. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Современная жизнь также предоставляет разнообразный интересный материал. Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков не менее сильно, чем классическим танцем. Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

7. Индивидуальная работа.

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Индивидуальные занятия направлены на:

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

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

8. Итоговое занятие. Концертная деятельность.

В роли итоговых занятий выступают конкурсно-игровые программы, урок-концерт. «Концертная деятельность» - это отчётный концерт коллектива, участие в городских мероприятиях, а также участие в областных и международных конкурсах.

Форма подведения итогов качества реализации программы

Программа «Магия танца» включает в себя текущую и промежуточную аттестацию учащихся. Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях, контрольных занятиях, зачетах, концертах, конкурсах, просмотрах и т.д.

Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных занятий и зачетов.

Для аттестации учащихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Для реализации данной программы необходимы:

- Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Раздевалка для обучающихся;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Наличие музыкального инструмента в классе (фортепиано);
- Музыкальный материал для проведения занятий;
- Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие танцевальных костюмов.
- Наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

Методические пособия

1. Е.В. Конорова. Методическое пособие по ритмике. Выпуск 2
2. Голейзовский. Образы русской народной хореографии.
3. А. Мессерер. Уроки классического танца.
4. Е. В. Горшкова «От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений».

Список используемой литературы

Литература, используемая педагогом

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
2. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
3. Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006
4. Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2003
5. Васильева-Рождественская Н.В. Историко-бытовой танец. – М., 1987

6. Захаров Ф. Сочинение танца. – М., 1989
7. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2005
8. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей.

Литература, рекомендуемая для детей и родителей

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону 2007
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003

Приложение

Предупреждение травматизма на занятиях хореографии.

Танец помогает нам развиваться физически и духовно, нужно только правильно распределять нагрузку, с учетом своих физических возможностей. Воспитание силы и выносливости в любом возрасте целесообразно осуществлять осторожно, используя кратковременные силовые напряжения динамического и отчасти статического характера. Занятия должны быть систематическими с правильным распределением нагрузки, под руководством опытного хореографа. Педагог-хореограф уроки всегда планирует. Основное внимание должно быть сосредоточено на укреплении мышечных групп всего двигательного аппарата, особенно слабых мышц живота, косых мышц туловища, отводящих мышц верхних конечностей, мышц задней поверхности бедра и приводящих мышц ног.

Травмы и их профилактика.

В обязанности педагога входит профилактика травм за счет тщательной подготовки к проведению занятий.

К причинам возникновения повреждений относят:

1. неправильную организацию тренировочного процесса, недостатки в методике ведения занятий;
2. неблагоприятные условия окружающей среды, неудовлетворительное состояние помещений для занятий;
3. нарушение занимающимися техники безопасности выполнения элементов, неудовлетворительное состояние обуви занимающихся, нарушение правил врачебного контроля.

Профилактика травм включает:

Анализ индивидуальных особенностей человека:

- возраст, выбор интенсивности и продолжительности нагрузки;

- вес, выбор амплитуды и скорости движений;
 - общее состояние организма, запрещается тренировка в случае заболевания;
 - образ жизни, выбор нагрузки в соответствии с наличием или отсутствием стресса
- ;• уровень тренированности, выбор нагрузки в соответствии с физическими качествами занимающихся и их психическими возможностями;
- техническая подготовленность, выбор координационной сложности и техники движений с учетом уровня технического мастерства.