**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя школа № 80 с углубленным изучением английского языка»**

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено и согласовано на заседании МО  Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018 г.  Руководитель МО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (О.В. Соколова) | «Утверждаю»  Приказ по школе № 332 от «31» августа 2020 г. |

# Дополнительная общеобразовательная

# общеразвивающая программа

**«Азбука танца»**

**Программа составлена**

**педагогом дополнительного образования**

**Кожариной Е.М.**

***Ярославль***

***2018-2021***

**I. Пояснительная записка**

Искусство хореографии вносит определенный вклад в художественно- эстетическое воспитание детей. Занятия танцами учат красоте и выразительности движений, формируют правильную осанку, развивают музыкальность и чувство ритма. Хореография оказывает комплексное воспитательное влияние на физическую и духовную культура человека. Скромностью, вежливостью, чувством меры обладает не каждый взрослый человек. Танец оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры человека, особенно ребенка, обучает правил поведения, хорошим манерам, культуре общения между людьми. Занятия танцем помогают воспитывать волевые качества и характер человека. В танцевальном искусстве красота и совершенство форм неразрывно связано с красотой внутреннего содержания танца. В этом единстве заключена сила его воспитательного воздействия. С помощью классического танца, мы можем обеспечить такие условия для человеческой деятельности, которые помогают раскрыть ребенку его творческий потенциал и нравственные возможности личности.

**Направленность программы:** «Азбука танца » по содержанию является художественно-эстетической программой; по функциональному предназначению –досуговой, учебно-познавательной и общекультурной.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Программа способствует укреплению психического и физического здоровья, получению общего эстетического, морального и физического развития.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:**

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

[Приказ департамента образования Ярославской области от 07.08.2018 № 19-нп «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области»](https://yadi.sk/i/II09z6jmQFXS4A)

Письмо ДОгМ № 01-50/02 – 2166/14 от 06.10.2014 г.

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г.

№ 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

##### [Стратегия инновационного развития Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 8 декабря 2011 г. № 2227-р.](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/0-0-0-6-20)

##### Государственная программа Российской Федерации "Развитие образования" на 2013 - 2020 годы, утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 15 апреля 2014 г. № 295.

##### [Федеральная целевая программа развития образования на 2016 - 2020 годы, утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 23 мая 2015 г. № 497](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/0-0-0-8-20).

##### [Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/normativno_pravovye_dokumenty/koncepcija_razvitija_dopolnitelnogo_obrazovanija_detej_utverzhdennaja_rasporjazheniem_pravitelstva_rossijskoj_federacii_ot_4_sentjabrja_2014_g/2-1-0-9).

##### [Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/normativno_pravovye_dokumenty/strategija_razvitija_vospitanija_v_rossijskoj_federacii_na_period_do_2025_goda/2-1-0-10)

##### [Стратегическая инициатива "Новая модель системы дополнительного образования", одобренная Президентом Российской Федерации 27 мая 2015 г.](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/normativno_pravovye_dokumenty/strategicheskaja_iniciativa_novaja_model_sistemy_dopolnitelnogo_obrazovanija_odobrennaja_prezidentom_rossijskoj_federacii_27_maja_2015_g/2-1-0-12)

##### [Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11)](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/0-0-0-14-20)

##### Настоящая программа является адаптированной к условиям работы в рамках общеобразовательного учреждения.

##### Цели и задачи программы

##### Цель – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию школьников. Привить детям основные навыки и умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности школьника посредством хореографического искусства.

##### Задачи:

##### обучающая - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

##### развивающая – развить музыкальные и физические данные детей, образное мышление, фантазию и память, сформировать творческую активность, развить интерес к танцевальному искусству;

##### воспитывающая – воспитать эстетически – нравственное восприятие детей и любовь к прекрасному, трудолюбие, самостоятельность, аккуратность, целеустремленность в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре.

##### По структуре программа является ступенчатой, в которой учебный материал представлен так, чтобы каждая «ступень» была основана на пройденном материале и сама служила основанием для дальнейшей «ступени» по принципу от простого к сложному.

**Возрастная группа**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» рассчитана на мальчиков и девочек 5 – 8 классов (11 – 14 лет).

Уровень подготовленности обучающихся к освоению содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы - начальный.

**Сроки реализации** программы три года (204 часа)

**Основная форма организации работы** – учебно-тренировочное занятие 2 раза в неделю продолжительностью 45 минут.

**Наполняемость группы** составляет 7 – 15 человек, имеющие разрешение врача. Возможно зачисление в группу второго и последующих годов обучения.

**Форма получения знаний** – очная.

**Формы организации обучающихся** на учебных занятиях: групповая, индивидуальная.

**Форма проведения учебно-тренировочных занятий**: теоретическое, практическое, комбинированное.

**II.Содержание программы**

Основное содержание цикла занятий рассчитано на три этапа, содержание и задачи каждого из них взаимосвязаны, этапы соответствуют группам начального звена обучения, и от этапа к этапу идет усложнение. Программа содержит минимум тренировочных упражнений и танцевальных движений – азбука классического, народно-сценического и эстрадного танца, что способствует гармоничному развитию танцевальных способностей обучающихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятия и в ходе работы над постановками. Программа дана по годам обучения, в течении которых ученикам следует усвоить определенный минимум знаний, умений, навыков, сведений по хореографии.

На каждом этапе обучения дается материал по основным четырем разделам:

азбука музыкального движения;

элементы классического танца;

элементы народно-сценического танца;

элементы эстрадного танца.

Программа разделена на отдельные тематические часы, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического, эстрадного и народного танца. Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Первый раздел включает коллективно - порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Второй раздел включает элементы классического и эстрадного танца и упражнения, подготавливающие учеников к более сложным движениям и физической нагрузке. Они укрепляют мышцы спины, рук, ног, формируют осанку, способствуют развитию координации движений.

**Организация учебно-тренировочных занятий:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Раздел программы | Форма организации и проведения занятия | Методы и приёмы организации учебно-тренировочного процесса | Дидактический материал, техническое оснащение занятий | Вид и форма  контроля,  форма  предъявления  результата |
| 1. | Теоретическая подготовка | Групповая,  фронтальная | Словесный, (объяснение, рассказ, беседа) практические задания. | Специальная литература, наглядный материал (плакаты, видеозаписи, таблицы, схемы), правила | Опрос |
| 2. | Общефизическая  подготовка | Индивидуальная,  групповая | Словесный, наглядный показ, упражнения индивидуальные, групповые, в парах | Спортивный инвентарь | Открытый урок. |
| 3. | Специальная физическая подготовка | Индивидуальная,  групповая | Словесный, наглядный показ, упражнения индивидуальные, групповые, в парах | Спортивный инвентарь | Выступление на концерте. |
| 4. | Техническая подготовка | Индивидуальная,  групповая, | Словесный, наглядный показ, упражнения индивидуальные, групповые, в парах | Спортивный инвентарь | Участие в школьном конкурсе. |
| 5. | Тактическая подготовка | Групповые | Словесный, наглядный показ, групповые, в парах | Спортивный инвентарь | Участие в конкурсах. |
| 6. | Концертная подготовка. | Групповые | Практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра | Спортивный инвентарь | Отчётный концерт. |
| 7. | Психологическая подготовка | Индивидуальная,  групповая | Беседы, упражнения, тренинга |  | Тестирование, собеседование |

В процессе обучения применяются следующие **виды контроля** обучающихся:

1. Вводный, организуемый в начале учебного года.

2. Текущий, проводится в ходе учебного года.

3. Рубежный, проводится в период и по завершении определенных работ.

4. Итоговый, проводится по завершению всей учебной программы.

Формы и способы проверки результативности учебно-тренировочного процесса: выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проводится на открытых занятиях, в форме концертов, участия в школьных праздниках, фестивалях районного и муниципального уровней.

Результаты контроля учебной деятельности служат основанием для внесения корректив в содержание и организацию процесса обучения, а также для поощрения успешной работы воспитанников, развития их творческих способностей, самостоятельности и инициативы в овладении знаниями, умениями, навыками. Программа предусматривает связь с программой общеобразовательной школы: физкультурой, ОБЖ, МХК.

**III. Учебно-тематический план 1 года обучения (68 часов)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Тема** | **Количество часов** | | |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| **1** | **Учебно-тренировочная работа** |  |  |  |
| 1.1 | Вводное занятие. Техника безопасности. | 1 | 1 |  |
| 1.2 | Партерный экзерсис | 17 | 1 | 16 |
| 1.3 | Азбука музыкального движения | 8 |  | 8 |
| 1.4 | Элементы классического танца | 8 | 1 | 7 |
| 1.5 | Элементы народно-сценического танца | 8 | 1 | 7 |
| 1.6 | Элементы эстрадного танца | 8 | 1 | 7 |
| 1.7 | Работа над репертуаром | 4 | 1 | 3 |
| **2.** | **Сценическое движение.** |  |  |  |
| 2.1 | Творческая деятельность. | 3 |  | 3 |
| 2.2 | Музыкально-танцевальные игры. | 6 |  | 6 |
| **3.** | **Мероприятия воспитательного характера** |  |  |  |
| 3.1 | Беседы об искусстве, Прослушивание музыки, посещение концертов | 5 |  | 5 |
|  | **Итого** | **68** | 6 | 62 |

**Учебно-тематический план 2 года обучения (68 часов)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Тема** | **Количество часов** | | |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| **1.** | **Учебно-тренировочная работа** |  |  |  |
| 1.1 | Вводное занятие. Техника безопасности. | 1 | 1 |  |
| 1.2 | Азбука музыкального движения | 8 | 1 | 7 |
| 1.3 | Элементы классического танца | 8 | 1 | 7 |
| 1.4 | Элементы народно-сценического танца | 8 | 1 | 7 |
| 1.5 | Элементы эстрадного танца | 8 | 1 | 7 |
| 1.6 | Работа над репертуаром | 25 |  | 25 |
| **2.** | **Творческая деятельность** | 5 |  | 5 |
| **3.** | **Мероприятия воспитательного характера** |  |  |  |
| 3.1 | Беседы об искусстве. Прослушивание музыки, посещение концертов. | 5 |  | 5 |
|  | **Итого** | **68** | 4 | 64 |

**III. Учебно-тематический план 3 года обучения (68 часов)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Тема** | **Количество часов** | | |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| **1.** | **Учебно-тренировочная работа** |  |  |  |
| 1.1 | Вводное занятие. Техника безопасности. | 1 | 1 |  |
| 1.2 | Азбука музыкального движения | 8 |  | 8 |
| 1.3 | Элементы классического танца | 8 |  | 8 |
| 1.4 | Элементы народно-сценического танца | 8 |  | 8 |
| 1.5 | Элементы эстрадного танца | 8 |  | 8 |
| 1.6 | Работа над репертуаром | 25 |  | 25 |
| **2.** | **Творческая деятельность.** | 5 |  | 5 |
| **3.** | **Мероприятия воспитательного характера** |  |  |  |
| 3.1 | Беседы. Прослушивание музыки, посещение концертов. | 5 |  | 5 |
|  | **Итого** | **68** | 1 | 67 |

**1 год обучения.**

**Раздел 1. Учебно-тренировочная работа**

**Тема 1.1: Вводное занятие.**

Цель: Познакомится с детьми. Создать непринужденную обстановку на занятии. Дать понятие танец, темп, ритм. Провести инструктаж по технике безопасности.

Содержание материала: данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены.

**Тема 1.2: Партерный экзерсис.**

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики,, магнитофон, диски (детские мелодии).

**Тема 1.3: Азбука музыкального движения.**

Цель: Научить детей двигаться под музыку и перестраиваться. Привить детям театральные навыки, в виде работы над образными упражнениями. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Содержание материала: Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4,3/4. контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика по ворота вправо и влево. Соотнесенье пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки,)

**Тема 1.4: Элементы классического танца.**

Цель: Развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Содержание материала: Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практическая работа: позиции и положение ног и рук. Растяжки в игровой форме. Постановка корпуса (в вы воротной позиции, лицом к станку со второго полугодия - держась за станок одной рукой). Позиции ног - по 1,2, 3-й. Позиции рук - подготовительная, 1,2,3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, стоя боком к станку.

Демиплие - складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2, 3-й позициям.

Батман тандю - движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года - назад).

Деми рон де жамб пор тер - круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам - вперед в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги, сюр ле ку де пье - «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги) - развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

**Тема 1.5: Элементы народно-сценического танца.**

Цель: Научить элементам русского танца и характерным чертам исполнения. Прививать детям любовь к народным танцам.

Содержание материала: Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности на родных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Практические занятия. Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп.

Припадание на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцах поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприпадание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию.

«Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими пере ступами на месте, с передвижениями вперед, назад с поворотом. Притоп в полуприседании; перескок на всю ступню с двумя с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по 6-й позиции.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

**Тема 1.6: Элементы эстрадного танца.**

Цель: Познакомить детей с особенностями танцевальных стилей, с движениями этих танцев.

Содержание материала: Теория. Особенности эстрадного танца.

Практические занятия.

Позиции рук. (показ учителя). Простейшая композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

**Тема 1.7.: Работа над репертуаром.**

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.

Содержание материала: Танец «Оранжевое небо»

Методическое обеспечение: песня «Оранжевое небо»

**Тема 1.8: Итоговое занятие.**

Цель: Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей (изменилась ли пластика ребенка в течении года).

Содержание материала: Отчетный концерт

**Раздел 2. Сценическое движение.**

**Теме 2.1: Творческая деятельность.**

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала:

Этюды.

Практическая работа: художник, перелет птиц, шторм на море, лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке.

Музыкально-танцевальные игры:

Практическая работа: рыбачек, чей кружок быстрее соберется, сова, кот и мыши, кто скорее?, карусель.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон, диски, зонтик, удочка.

**Тема 2.2.: Музыкально-танцевальные игры.**

Цель: Вырабатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения упражнений. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Содержание материала:

Танцевально-ритмические упражнения – «Нарисуй себя», «Стирка».

Музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки)

**Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера.**

**Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки. Посещение концертов.**

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление детей с искусством хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Практическая работа: прослушивание музыкальных фрагментов Посещение концертов.

**2 год обучения.**

**Раздел 1. Учебно-тренировочная работа.**

**Тема 1.1: Вводное занятие.**

Цель: Познакомить детей с целями и задачами программы второго года обучения, закрепить правила техники безопасности на занятиях, рассказать о костюме для занятий и личной гигиене.

Содержание материала: Занятие проводится в форме беседы. Инструктаж по технике безопасности.

Методическое обеспечение: текст вводного инструктажа и инструктажа на рабочем месте.

**Тема 1.2: Азбука музыкального движения.**

Цель: Научить слышать и понимать значение аккордов в упражнениях. Научить исполнять танцы в разных темпах. Дать понятие – ритм.

Содержание материала: Чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые, медленные). Меленные хороводные, быстрые плясовые русские танцы. Стилизованная народная музыка.

Практическая работа: акцентирование на сильную долю такта в шагах. Музыкальная структура движения: половинный каданс - полный каданс. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды.

Оформление урока классической, современной и народной музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком. Марши, польки, вальсы в медленном и среднем темпе.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки).

**Тема 1.3: Элементы классического танца.**

Цель: Развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Содержание материала: Дополнительно изучается уровень подъема ног, например положения работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена. Практическая работа: подготовительное движение руки (препарасьон). Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении - тан релеве пар тэр. Прыжки - с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету (деми плие), толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Батман фраппэ сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность клена; изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Релеве лен на 45° - медленное поднимание ноги, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге; изучается стоя боком к станку, держась одной рукой, в сторону, позднее вперед.

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку, в 1-ой позиции. Размер 3/4, характер медленный, спокойный. По два такта на движение.

Прыжки: танлеве соте - по 1,2, 5-й позициям. Размер 2/4, характер бы строй польки. В музыке сочетаются два темпа: плавный и отрывистый.

Па эшаппэ - на 2-ю позицию, прыжок с просветом; изучается вначале лицом к станку. Размер 4/4, сочетание плавного и четкого темпов.

Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе, поза эффасэ (с ногой на полу). Размер 3/4 характер плавный, исполняется на четыре такта.

Па курю - мелкий бег на полупальцах, исполняется по прямой в не выворотной позиции, вперед и назад. Размер 4/4, 2/4, 3/4, движения исполняются шестнадцатыми. Характер легкий, живой. Опускание на одно колено. Вращение, повороты по 6-й позиции, на 1/4 и 1/2 круга.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон, диски станок.

**Тема 1.4: Элементы народно-сценического танца.**

Цель: Добиться четкого исполнения движений. Выучить народные движения у станка и середине. Разучить элементы народных танцев.

Содержание материала: Упражнения у станка и на середине - подготовка к более четкому исполнению народных движений. Точные позиции положения и движения рук в танцах народов мира. Особенности стиля исполнения. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.

Практическая работа: Станок. Подготовительные движения рук. Полуприседания и полно приседание, плавные и резкие приседания. Скольжение стопой по полу. Переступание на полупальцах. «Ковырялочка» - разучивается у станка заново.

Скольжение по ноге в открытом положении (подготовка к веревочке), в открытом и закрытом положении на всей стопе одной ноги. Подготовка к каблучным движениям.

Упражнения на середине. Положение рук, положение ног. Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, цепочка. Поклоны - на месте, с движением вперед и назад.

Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад; переменный шаг с продвижением вперед и назад. Притоп - удар всей стопой. Дроби (дробная до рожка). «Гармония» - одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно, с продвижением в сторону. Припадание - на месте, с продвижением в сторону, с поворотом на 1/4. «Молоточки» - удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге; на месте.

Ходы. Опускание на колени - на одно, на оба с одновременным поворотом

Элементы стилизованного танца. Особенности и манера исполнения. Положение рук - в соло и в паре. Ходы. Простой шаг. Легкий бег. Движения корпуса. Шаг с подскоком; подскоки на двух ногах. Проскальзывание на обеих ногах. Небольшие подскоки с вынесением ноги вперед. Боковые шаги с вынесением свободной ноги вперед. Работа стоп в танце.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки).

**Тема 1.5: Элементы эстрадного танца.**

Цель: Познакомить воспитанников с особенностями танца джаз-модерн..

Содержание материала: Особенности танцев. Музыка, стиль, модерн, костюмы. Работа корпуса, ног головы в современном танце. Простейшие поддержки.

Композиция из пройденных элементов эстрадного танца. Ритмические построения комбинаций.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки).

**Тема 1.6: Работа над репертуаром.**

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.

Содержание материала: Танец «Наш сосед» «Ваня»

Методическое обеспечение: используются произведения песня «Сосед» «Ваня»

**Тема 1.7: Итоговое занятие.**

Цель: Диагностика усвоения детьми программного материала второго года обучения.

Содержание материала: Отчетный концерт для родителей.

**Раздел 2. Творческая деятельность.**

**Тема 2.1: Творческая деятельность.**

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала: Этюды, развивающие игры, пантомима.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон, диски

**Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера.**

**Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки. Посещение концертов.**

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: Прослушивание мелодий.

**3 год обучения.**

**Раздел 1. Учебно-тренировочная работа.**

**Тема 1.1: Вводное занятие**

Цель: Познакомить с основными целями и задачами курса. Провести инструктаж по Т.Б.

Содержание материала: занятие проводится в форме беседы. Педагог напоминает детям упражнения, изучаемые на прошлых курсах.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон, диски.

**Тема 1.2: Азбука музыкального движения.**

Цель: Научить различать динамические оттенки в музыке. Развить музыкальность.

Содержание материала: Динамические оттенки в музыке. Ритмические рисунки в движении (сочетание четвертей и восьмых).

Практические упражнения на развитие музыкальности (осуществляются) непосредственно на уроке классики, народного и эстрадного танца).

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон, (танцевальные мелодии).

**Тема 1.3: Элементы классического танца.**

Цель: Обобщить полученные практические навыки и знания. Освоить основные правила движений у станка.

Содержание материала: Основные правила движений у станка. Понятие о поворотах ан деор и ан дедан. Эпольман. Эстетика, логика и техника смены эпольман (круазе, анфас) в позах классического танца.

Практическая работа: движения - связки (па де буре). Закономерности координации движений рук головы в пор де бра.

Батман тандю с 5-й позиции, во всех направлениях. С затактовым по строением. Размер 2/4, темп — модерато (средний).

Батман тандю жете по 1-й позиции (вперед и назад). Рон де жамб пар тер - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади). Размер 3/4, темп - модерато.

Батман фраппэ - по всем направлениям. Размер 2/4, 4/4, (затакт 1/8, темп — модерато). Релеве лян с 5-й позиции - во всех направлениях (держась за станок од--ной рукой). Размер 3/4, 4/4 темп - анданте.

Па де бурре - с переменой ног (стоя лицом к станку). Размер 2/4, темп –модерато.

Шанжман де пье (большое) - прыжок с 5-й позиции с переменой ног (лицом к станку). Размер 2/4, темп - аллегро (подвижно).

Методическое обеспечение: специальная форма, обувь (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон, диски, станок.

**Тема 1.4: Элементы народно-сценического танца**.

Цель: Освоить основные технические навыки народно-сценического танца. Разучить русский стилизованный танец.

Содержание материала: Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца. Настроение и характер (задорный, озорной дух.)

Практическая работа: повторяются упражнения у станка.

Батман тандю - скольжение стоп по полу; с поворотом ноги в закрытом положении, в сторону. Батман тандю жете - маленькие броски: вперед, в сторону, назад; с одним ударом стопой по 5-й открытой позиции (коротким удар

Русский стилизованный танец «Лети, лето.» Положение рук в танце. «Веревочка» - простая и с переступанием.

«Моталочка» простая в повороте. Поддержки в танце.

Движения «качели.» Припадания. Движения рук - резкие и акцентированные взмахи. Движения плеч - поочередные и одновременные (вперед и назад), короткие (вверх и вниз). Движения головы , движения ног. Ходы. Шаг вперед, в сторону с поворотом. Опускание на колени: на одно, на оба с одновременным поворотом.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон , (русские народные песни в современной обработке), станок.

**Тема 1.5: Эстрадный танец**

Цель: Познакомить детей с современным танцем

Содержание материала: характерные черты эстрадного танца, исполнение основных его элементов движений.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон, диски ( Современные мелодии российской и зарубежной эстрады),

**Тема 1.6: Работа над репертуаром.**

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.

Содержание материала: изучение движений танцев - «Веселая зарядка», «Находка»

Практическая работа: танец «Веселая зарядка», Танец «Находка».

Методическое обеспечение: используются произведения детская песня «Веселая зарядка», «А, я прикольная».

**Тема 1.7: Итоговое занятие.**

Цель: Диагностика усвоения детьми программного материала третьего года обучения.

Содержание материала: Отчетный концерт для родителей, в котором прослеживаются практически весь репертуар за все 3 года обучения.

Методическое обеспечение: специальная форма, обувь, пианино (баян), магнитофон, кассеты.

**Раздел 2. Актерское мастерство.**

**Тема 2: Актерское мастерство.**

Цель: Освоение ряда частных двигательных навыков – технических приемов выполнения пластических заданий.

Содержание материала: Занятия – фантазий, развитие творческого воображения, творческие постановки.

Методическое обеспечение: специальная форма, обувь, пианино (баян), магнитофон, кассеты.

**Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера.**

**Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки. Посещение концертов.**

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: беседа о хореографическом искусстве, посещение конкурсных мероприятий.

Методическое обеспечение: Прослушивание мелодий.

**IV. Ожидаемые результаты**

К концу 1 года обучения обучающийся:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| знает | имеет представление | умеет |
| Элементы партерной гимнастики. | О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу. | Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков. |
| Упражнения на ориентировку в пространстве. | О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях. | - линия;  - колонка;  - круг;  - движения по линии танца и против линии танца. |
| Упражнения для разминки. |  | Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др. |
| Положения и движения рук классического танца. | О классическом танце и балете в целом. | - позиции рук;  - перевод рук из одного положения в другое;  - постановка корпуса. |
| Положения и движения ног классического танца. |  | - позиции ног;  - relleve;  - demi – plie;  - sotte;  - различные виды бега и танцевальных шагов;  - поклон для мальчиков, реверанс для девочек. |
| Положения и движения рук народного танца. | О русском народном танца, о русских традиция и праздниках. | - подготовка к началу движения;  - простейшие хлопки;  - взмахи платочком и кистью;  - «полочка». |
| Положения и движения ног народного танца. |  | - позиции ног;  - battement tendu в народном характере с переводом с носка на каблук;  - притопы;  - приставные шаги;  - танцевальные движения. |
| Этюды. | О танце как виде сценического искусства. | Сюжетный танец |

* К концу 2 года обучения обучающийся:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| знает | имеет представление | умеет |
| Квадрат А.Я.Вагановой. | О классическом танце. | Ориентироваться в танцевальном зале. |
| Положения и движения рук классического танца. | О port de bras (классического танца). | Правильно переводить руки из одного положения в другое. |
| Положения и движения ног классического танца:  (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса). | Об экзерсисе классического танца (на середине зала). | Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту). |
| Положения и движения рук народного танца:  (положение кисти на талии, port de bras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.) | О русском народном танце. | Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши. |
| Положения рук в паре. | О работе партнеров в паре. | Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре. |
| Движения ног народного танца. | О русском народном танце.  (мальчики) – о присядке. | Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту.  Правильно выполнять резкое и плавное приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах. |
| Упражнения на ориентировку в пространстве. | О танцевальных рисунках. | Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой:  - «звездочка»;  - «корзиночка»;  - «ручеек»;  - «змейка». |
| Движения бального танца. | Об историко-бытовом танце. | Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Уметь чувствовать своего партнера. |
| Этюды. | О различных танцевальных направлениях. | Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки. |

* К концу 3 года обучения обучающийся:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| знает | имеет представление | умеет |
| Элементы классического экзерсиса на середине. | О классическом танце. | - port de bras;  - demi – plie;  - battement tendu;  - passé;  - relleve. |
| Элементы народного танца. | О русском народном танце. | - поклон в русском характере;  - различные виды шагов;  - танцевальные движения;  (мальчики):  - присядку;  - виды хлопков;  - «гусиный шаг»;  (девочки):  - вращение на полупальцах. |
| Элементы бальных танцев. | О танцах:  - «Полька»;  - «Вальс»;  - «Чарльстон». | Исполнять танцевальные движения различных танцев. Отличить движение «Вальса» от «Полонеза» или «Польки» от «Чарльстона». |
| Этюды. | О различных танцевальных направлениях. | Безошибочно танцевать тренировочные этюды, передавая характер и темп музыкального сопровождения. |

**Общие требования безопасности на занятиях по хореографии.**

Для занятий хореографии танцевальная площадка и оборудование должны соответствовать мерам безопасности.

К занятиям допускаются учащиеся:

* прошедшие инструктаж по технике безопасности;
* имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую условиям проведения занятий.
* Обучающийся должен:
* иметь коротко остриженные ногти;
* заходить в спортзал и выполнять упражнения с разрешения учителя;
* знать и выполнять настоящую инструкцию.

2. Требования безопасности перед началом занятий по хореографии:

Учитель должен:

* заранее продумать расстановку детей расположение инвентаря в танцевальном зале, чтобы каждый имел достаточно места для выполнения задания;

Обучающийся должен:

* снять ювелирные украшения с острыми углами на время урока во избежание травмоопасных ситуаций (для девочек).
* под руководством учителя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

3. Требования безопасности во время занятий по хореографии:

Учитель должен:

* следить за детьми во время выполнения упражнений, своевременно корректируя их расположение на танцевальной площадке;
* не давать детям излишне эмоциональных заданий, после которых они не контролируют собственную моторику .

Обучающийся должен:

* не выполнять упражнения без предварительной разминки;
* не размахивать реквизитом ;
* при перемещениях исполнение упражнения – смотреть, где находятся другие учащиеся;
* не стоять близко к обучающимся, которые выполняют упражнения с предметами;
* во избежание травм исключать слишком резкое изменение своего движения.
* при выполнении упражнений соблюдать интервал и дистанцию;
* при ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность преподавателя.

4. Требования безопасности по окончаниизанятий.

Обучающийся должен:

* организованно покинуть место проведения занятия;
* переодеться в раздевалке, снять танцевальный костюм и обувь;
* тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранён от участия в образовательном процессе.

**Обеспечение:**

1. Специальная форма: девочки - купальник без рукавов и широкие юбочки, мальчики – шорты и майки.

Обувь - тапочки на мягкой подошве и для мальчиков, и для девочек.

1. Раздаточный материал: эскизы костюмов.
2. Фонотека и видеотека.
3. Костюмы и танцевальная обувь, а также реквизит: зонтики, шляпки и т.д. для выступлений

**Список рекомендуемой литературы для педагогов**

1. Базарова Н., Мэй В. «Азбука классического танца» М. 1964 г.
2. Ткаченко Т. «Работа с танцевальными коллективами» М., 1958 г.
3. Устинова Т. «Русские танцы» М. 1975 г
4. Костровицкая В. «Школа классического танца» М. 1964
5. Валанова А. «Основы классического танца» М. 1964
6. Ткаченко Т «Народные танцы» - М. 1975
7. Тарасов Н.И. «Классический танец» М. 1971
8. Костровицкая B.C. «100 уроков классического танца» Л. 1981
9. «Классический танец» автор Певхенен Э.Н, Челябинск 1991г.
10. «Историко-бытовой и современный бальный танец» составитель Бахто С.Е, Москва 1983г.
11. «Народно-сценический танец» автор Борзов А.А, Москва 1987г.
12. «Программа воспитания творческой личности средствами хореографии» авторы Нарская Т.Б, Ивлева Л.Д, Челябинск 1990г.