



Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 141 г. Челябинска»

454047, г. Челябинск, ул. 60-летия Октября, 26а, телефон 736-26-68,
ИНН 7450011809

СОГЛАСОВАНО

Протокол методического совета
от «11» Июня 2023 г.
Протокол № 8

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора МБОУ «СОШ
№ 141 г. Челябинска»
Лоран Ж.В. [подпись]
Приказ № 332
«17» Июня 20 23 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Хореография»

Возраст обучающихся: 7-11 лет
Срок реализации: 4 года

Автор – составитель:
Мовсум-Заде Руслан Заурович,
педагог дополнительного
образования

г. Челябинск,
2022

Содержание

1. Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программ.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	9
1.3. Учебный план	10
1.4. Содержание программы.....	11
1.5. Планируемые результаты.....	31
2. Раздел № 2. Комплекс организационно – педагогических условий.....	32
2.1. Календарный учебный график.....	32
2.2. Условия реализации программы.....	33
2.3. Формы аттестации	34
2.4. Контрольно - оценочные материалы.....	36
2.5. Методическое обеспечение.....	37
2.6. Воспитательные компоненты	42
2.7. Список литературы.....	44
Приложение	45

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хореография» осуществлялась в соответствии с нормативно-правовыми документами

- Конвенция о правах ребенка (резолюция 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989г.);
- РАСПОРЯЖЕНИЕ ПРАВИТЕЛЬСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»
- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 г. № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 21 января 2021 года № «Об утверждении санитарных правил и нормативов СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (приложение 6.6.);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы в области физической культуры и спорта) (утвержденные приказом ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания, 2021 год);
- Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Методические рекомендации ФГБНУ «Институт изучения детства,

семьи и воспитания»» // Москва: Институт изучения детства, семьи и воспитания РАО, 2023.;

— Устав МБОУ «СОШ № 141 г. Челябинска».

Данная программа является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей художественной направленности, очной формы обучения, сроком реализации 4 года, для детей 7-11 лет.

В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает своё особое значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью.

Изменялось общество - изменялось и танцевальное искусство. XXI век принёс с собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству. Каждая эпоха требует активной целенаправленной работы с подрастающим поколением, требует новые формы и методы воспитания и обучения, такие которые отвечают настоящему времени. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним.

«В танце есть элемент и легенды и жизни. Танец есть мост, перекинутый из нашей обыденной жизни к воздушным замкам свободного творчества. И, именно, потому, что в танце есть нечто от искусства, и нечто от жизни, в нём должна раскрываться та таинственная связь, которая сковывает творчество жизни со свободным творчеством...»

Танец - искусство - многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

Важно отметить, что 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 искусства, изучения народного творчества, развитие творческого потенциала и охрану здоровья детей.

Концептуальные основы:

– 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);

Методические основы:

- Материалы по хореографии (Т.К. Васильева, О.Н Князева, С. Руднева, В.И. Уральская).
- Буйлова Л.Н., Клёнова Н.В. Методика определения результатов образовательной деятельности детей//Дополнительное образование. –2004. - № 12, 2005 - № 1

Направленность программы – художественная.

Как отмечает В.С. Мухина (Академик РАО и РАЕН, д. псих. н., профессор, заслуженный деятель науки Российской Федерации) художественно-творческая деятельность всегда направлена на создание творческого продукта. Каждый вид такой деятельности, имея свою специфику, требует овладения особыми способами действия и оказывает большое влияние на формирование ребенка.

Музыкально - эстетическая работа открывает новые пути для полноценного развития детей, том числе и с ОВЗ, приобщения их к духовной культуре, помогает им адаптироваться в современном обществе

Актуальность данной программы заключается в том, что она ориентирована на:

1) цели государственной культурной политики:

- по сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения;
- на выявление способностей и одаренности детей;

2) реализацию национальных, региональных и этнических особенностей, учитывающих многонациональный состав населения Урала: в программу включены элементы национальных танцев (русский с особенностями уральского танца, украинский, татарский, белорусский);

Младший школьный возраст— один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

Обучение танцам в раннем возрасте способствует формированию духовно-сильной и красивой личности. На занятиях в танцевальном коллективе можно научить хорошим манерам, вежливому обращению, красивой походке, грации и изяществу. Но танец служит не только красоте. Благодаря постоянным упражнениям он развивает мышцы, придаёт гибкость и эластичность корпусу, а также способствует снятию стресса в организме.

Программа «Ритмика плюс. Начальная» представляет собой синтез дополнительной общеразвивающей и дополнительной адаптированной программ.

Таким образом, актуальность предлагаемой программы заключается в деятельностном подходе к воспитанию, образованию и развитию детей, в том числе детей с ограниченными возможностями через занятия хореографией.

Реализация данной образовательной программы позволяет:

- освоить систему знаний и умений, которые способствуют творческой самореализации личности ребенка;
- формировать навыки правильного и выразительного движения;
- использовать потенциал свободного времени учащихся.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы состоит в *универсальности*, т.к. дает возможность учащимся ознакомиться с различными видами танцевального искусства, что обогащает двигательный и музыкальный опыт ребенка, стимулирует его творческую инициативу и способствует развитию его творческого потенциала. В отличие от других узкоспециализированных коллективов (ансамблей народного танца, ансамблей бального, эстрадного танцев и др.) учащиеся коллектива в равной степени овладевают навыками и классического, и народного танцев, и современной хореографии;

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что, основываясь на использовании существующих методов развития двигательного рефлекса, программа нацелена на воспитание интереса детей, к ведению здорового образа жизни и способствует овладению разными направлениями танцев (классический танец, народный танец, современная хореография):

1) занятия хореографией повышают пластичность и координацию движений, исправляют осанку, они улучшают душевное состояние человека, а также формируют характер человека, наделяя его лучшими качествами. Упорство, терпение, железная дисциплина, умение преодолевать трудности, а не пасовать перед ними - все эти необходимые качества, приобретенные на занятиях по хореографии, переносятся человеком из танцевального класса и в другие сферы его деятельности.

Таким образом, важно учитывать, что в воспитании детей музыка и танец занимают особое место, которые оказывают влияние на формирование разнообразных эмоций и чувств личности.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными идеями и целями системы дополнительного образования детей и направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья;
- организацию их свободного времени;
- обеспечивает их адаптацию (в том числе социальной) к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности;

– учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей.

В основу разработки Программы для успешного решения поставленных задач на занятиях хореографией заложены такие принципы педагогики как:

1) Принцип **доступности** предусматривает учет возрастных и индивидуальных особенностей детей.

2) Принцип **систематичности** предопределяет последовательность изложения материала, он заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, систематическое выполнение упражнений приучает детей к установленному оздоровительному режиму.

3) **Повторение** позволяет сложиться здоровым двигательным, динамичным стереотипам. Вариативный характер упражнений в сочетании с новыми движениями создает условия для развития познавательного интереса и внимания.

4) Принцип **наглядности** осуществляется путем практического показа движений педагогом и отработки их с ребенком.

5) Принцип **постепенного повышения требований** определяет постановку более трудных заданий двигательных, музыкальных.

6) Принцип **всестороннего развития** обеспечивает общее влияние на организм. Ритмические средства повышают общую тренированность организма, совершенствуют общие механизмы регуляции, создавая новые отношения между функциональными системами организма.

7) Принцип **комплексности** предполагает связь хореографии с основными видами музыкальной деятельности (слушание музыки, пение, музыкально - ритмические движения, праздники и развлечения, театральное творчество).

8) Принцип **взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой**, что способствует развитию творческой активности детей, включая детей с ограниченными возможностями здоровья, и дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности.

Правильно организованное эстетическое воспитание учащихся помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия, самоорганизации.

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.).

Особенности возрастной группы

Обучение рассчитано на детей 7 – 11 лет.

Уровень освоения программы -

Срок освоения программы – 4 года

Общее количество часов в год: 1-й – 4-й годы обучения год обучения (33/34 недели) – 66/68 часов в год .

Всего на весь период обучения, необходимых для освоения программы, – 270 ч.

Режим занятий – 2 раза в неделю по 1 академическому часу

Продолжительность занятия: 40 минут, перерыв не менее 10 минут

Условие реализации программы:

Отбор в группу обучения по определенным критериям в хореографии не осуществляется, в целях оптимального выявления способностей ребенка в течение учебного года и проявления возможностей и способностей каждого ребенка проявить себя в искусстве танца.

Формы организации деятельности учащихся:

Форма проведения учебных занятий – групповая. Занятия предполагают наличие здоровьесберегающих технологий: организационных моментов, динамических пауз, коротких перерывов, проветривание помещения, физкультминутки.

При определении режима занятий учтены санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей.

Формы проведения занятий

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;

Методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Занятия комбинированные, включают в себя:

-теоретическую часть.

-практическую часть (под руководством педагога, самостоятельная работа, творческие задания).

Психолого-возрастные особенности детей

Возрастные особенности детей 7-11 лет

Младший школьник характеризуется прежде всего готовностью к учебной деятельности (уровнем физиологического, психического, интеллектуального развития, который определяет способность учиться).

Этот период является наиболее важным для развития эстетического восприятия, творчества и формирования нравственно-эстетического отношения к жизни, которое закрепляется в более или менее неизменном виде на всю жизнь.

В этот период у младшего школьника одновременно с появлением способности к обучению возникает и комплекс некоторых трудностей, в который входят трудности нового режима жизни, новых отношений с одноклассниками и учителем. В это время у ребенка возникает апатия, связанная с невозможностью преодолеть эти трудности. Здесь очень важна эмоциональная поддержка родителей, помощь в преодолении этих трудностей. При этом учитель обязательно должен учитывать особенности младшего школьника: произвольность, внутренний план действий и рефлексивность, которая проявляется при столкновении с различными дисциплинами.

В этот период можно выделить ведущую деятельность, которая должна учитываться педагогом. Она включает в себя приобретение новых знаний, умение решать различные задачи и др.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для формирования и развития гармоничной личности ребенка как творчески активной, эмоционально отзывчивой, духовно богатой посредством естественного самовыражения в движениях на основе танцевально-ритмической культуры.

Задачи программы:

Обучающие:

– сформировать базовые хореографические знания, умения и навыки: слышать сильную и слабую доли, паузы, обозначать их жестами или движениями.

– научить танцевальному этикету;

– ознакомить с комплексом мер по формированию правильной осанки, укреплению суставно-двигательного и связочного аппарата, развитию природных физических данных, коррекции опорно-двигательного аппарата ребёнка;

– формировать координацию движений, ориентировку в пространстве;

Воспитательные:

– формирование у детей чувство коллективизма и ответственности;

– формирование умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни.

Развивающие:

– способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала ребёнка;

– научить детей мыслить, слушать и слышать педагога, уметь исправлять неточности в исполнении заданий.

– развить эстетического и художественного вкуса.

1.3. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов	1-й год				2-й год				3-й год				4-й год			
		теория	практика	Итого	Форма контроля	теория	практика	Итого	Форма контроля	теория	практика	Итого	Форма контроля	теория	практика	Итого	Форма контроля
1.	Организационное занятие	2	-	2		2	-	2		2	-	2		2	-	2	
2.	Азбука музыкального движения	6	26	32	Д	4	18	22	Д	2	14	16	Д	2	16	18	Д, О
3.	Элементы народного танца	4	26	30	ПН	2	16	18	ПН	2	14	16	ПН	2	20	22	Д, О
4.	Элементы классического танца	-	-	-		-	-			4	14	18	ПН	2	22	24	Д, О
5.	Элементы современного танца	-	-	-		4	20	24		2	12	14	ПН	--	-		Д, О
6.	Итоговое занятие.	-	2	2	Д, ОЗ	-	2	2	Д, ОЗ	--	2	2	Д, ОЗ	-	2	2	Д, ОЗ
	Всего часов			66				68				68				68	

Обозначения:

<p>ПН – педагогическое наблюдение</p> <p>Д- диагностика</p>	<p>ОЗ – открытое занятие (показ)</p> <p>О - опрос</p>	
---	---	--

1.4. Содержание программы

Основные разделы программы:

1. Азбука музыкального движения
2. Элементы народного танца
3. Элементы классического танца (с 3-го года обучения)
4. Элементы современного танца (джаз модерн) (с 2-го года обучения)

Обучение детей в разделе «**Азбука музыкального движения**» начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Большое организующее значение принадлежит музыке. Именно поэтому на первом этапе (1-2 год обучения) первоочередной задачей является приобретение координации слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание. В процессе занятий двигательное чувство тренируется, движение приводится в соответствие с музыкальным сопровождением. Привычка соотносить двигательные ощущения с музыкой приводит к осознанию и дифференциации мышечных групп. Понимание танцевального движения как музыкально-двигательного вырабатывает привычку внимательно слушать музыкальные интонации и передавать их в движении.

Особенностью обучения в разделе «Азбука музыкального движения» 3-го года обучения является включение в программу знаний по музыке. Музыка для детей и подростков становится возможностью выразить себя, найти свою музыку для души. Сегодня образцом для подражания становятся исполнители, часто звучащие в эфире. И за мишурой аранжировки слушатели подростки не замечают пустоты текста, примитивных мелодий. Уроки музыкальной грамоты раскрывают перед детьми иные достойные внимания грани музыки. Целью является развитие слуха, чувства ритма, формирование музыкального восприятия и представлений о выразительных средствах музыки.

Во 2-й раздел - **элементы народного танца** - включены отдельные движения и танцы различного характера. На этом материале необходимо дать детям представление о характере и диапазоне национальных танцев: от спокойных до темпераментных, от тех, где ведущая роль принадлежит работе рук и корпуса, до тех, где техника ног доводится до виртуозности. Методика работы на начальном этапе строится на большом количестве игровых моментов на занятиях, объяснении материала на понятном ребенку языке, используя сравнения с предметами, явлениями, хорошо знакомыми в быту. Построенные по степени усложнения движения подготавливают ребенка к более сложным композициям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины и ног, способствуют развитию координации движений. Обучение народному танцу основано на единстве пространственно - территориальных и временно-музыкальных закономерностей. Сила воздействия временно-музыкальных закономерностей проявляется в национальном ритме, который, в свою очередь, является регулятором ритма социально-бытовых движений, ставших основой традиционных лейтмотивов народного танца. В живых образах танца народ

показывал, каким бы он хотел видеть человека, какие черты характера достойны подражания, какие образцы поведения и взаимоотношений предпочтительны. Образцы народной хореографии, изучаемые на уроке, восстанавливают собственные этнические связи ребёнка, воспитывают этническую толерантность. Анализируя характер движений, пространственное построение танца, его ритмический рисунок, особенности костюма, дети могут пополнить свои знания по географии, истории, музыкальной культуре, этнографии народа.

Обращение к русской культуре – одно из важнейших средств воспитания национального самосознания, приобщения детей к духовным ценностям России. Русский танец удивительно богат своими красками, разнообразием движений, композиционных построений. Русский танец может быть представлен достаточно широко, и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

Включение в занятия **элементов современной хореографии** на втором году обучения способствует эмоциональному и творческому самовыражению в танце под современную эстрадную музыку. Современный танец живёт и активно развивается наряду с другими видами хореографического искусства. В отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Современный танец подвижен и непредсказуем и не хочет обладать какими-то правилами, канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму, окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, в общем, создает новую пластику. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению. «Современный танец - это самостоятельная форма искусства, где по-новому соединились движения, музыка, свет и краски, где тело действительно обрело свой полнокровный язык. Современный танец убеждает людей в том, что искусство есть продолжение жизни и постижения себя, что им может заниматься каждый, если преодолеет в себе лень и страх перед незнакомым».

На третьем году обучения вводится новый раздел - **элементы классического танца** с его веками выверенной методикой подготовки танцовщика. Классический танец воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение. Включение классического тренажа в урок способствует воспитанию опорно-двигательного аппарата, уравновешивая право- и левостороннее развитие всех мышц корпуса и конечностей, развитию сложной координации движений, расширению двигательного диапазона, тренировке дыхательной и сердечно-сосудистой системы, повышая тем самым жизненную активность организма ребёнка.

Изучение основ классического танца неразрывно связано с повышением общекультурного уровня ребенка, этому способствует посещение театральных спектаклей, концертов, участие в конкурсах, фестивалях.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Организационное занятие (2ч) Беседа с детьми о целях и задачах занятий, о правилах поведения на уроке хореографии, о форме одежды. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.

Раздел 1. Азбука музыкального движения (32ч) Данный раздел включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма. При этом в первую очередь, следует обратить внимание на те навыки, развитие которых не могут в полной степени обеспечить другие дисциплины учебного плана. К ним относятся: умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и, особенно, умение согласовывать музыку с движением.

Подготовительно - развивающие упражнения способствуют развитию опорно-двигательного аппарата: увеличивают подвижность суставов, укрепляют определенные группы мышц, воспитывают физическую силу, выносливость, ловкость, координацию.

Развитие музыкальности (чувства ритма, темпа, способности откликаться движением на характер музыки).

Элементы музыкальной грамоты:

- характер музыки (веселая, спокойная, грустная);
- темп (медленный, умеренный, быстрый);
- строение музыкального произведения (музыкальное вступление, части);
- динамические оттенки (форте - пиано, стакато-легато); акцент.

Практические занятия (26ч). Постановка корпуса, головы, рук, ног. Развитие определенных групп мышц и суставов. Наклоны и повороты головы, круговые движения - мягкие, резкие; поочередно подъем опускание плеч, резко и мягко; с различным положением рук: вытянуты вдоль корпуса, закрыты на пояс, согнуты в локте сбоку; подъем и опускание вытянутых рук вперед, в стороны, вверх - резко и мягко; сгибание рук в локтях; круговые движения руками от плеча, от локтя; кисти рук - повороты ладонями вверх - вниз и «к себе - от себя» при плоском положении; круговые движения «к себе» и «от себя»; подъем и опускание кистей от запястья вверх - вниз; сбрасывание кистей; корпус - наклоны вперед, в сторону; полукруговые движения корпусом (от стороны до стороны); развитие подвижности стопы - отрыв пятки от пола с упором на полупальцы одной, другой, затем поочередно; *releve*; вынос ноги вперед на носок или ребро каблука, перенос стопы с носка на ребро каблука и вновь на носок; развитие подвижности коленного сустава - подъем ноги, согнутой в колене, на 90 градусов с захватом рук и без помощи рук; укрепление коленного сустава и развитие

эластичности ахиллова сухожилия - полуприседания по 6 позиции мягко и резко.

Упражнения на полу: для стоп - вытягивание и «сокращение», круговые движения: для колена - резкое сгибание ног в колене с подведением стопы «к себе» и возвращение в прямое положение (исполняется сидя и лежа) - одновременно двумя ногами и по очереди; для бедра - «ходьба на бедрах»; укрепление мышц живота - медленный подъем и опускание ног на 90 градусов вперед и на 45 - 60 градусов назад; «велосипед»; для корпуса - наклону корпуса к вытянутым ногам; для развития мышц спины, живота и локтевого сустава - из положения лежа на животе, медленно отжимаемся от пола, перегибаемся назад. руки вытягиваются в локтях, голова откидывается назад - возвращаемся в исходное положение; для развития силы ног - резкие, большие броски ног вперед на 90 градусов в положении лежа на спине, аналогично броски ног назад в положении лежа на животе; для развития вестибулярного аппарата - поочередные перекачивания вытянутого корпуса из положения лежа на животе в положение лежа на спине несколько раз подряд в одну сторону, затем в другую.

Элементы стрейчинга - воспитание «мышечного ощущения» - на основе принципа контраста предельного напряжения мышц и полного их расслабления, Растяжки.

Беговые и прыжковые упражнения. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей (К -9, 13) 1. Движение в различных темпах. Определение характера танцевальной музыки словами и передача характера в движении (К-3 - 5,10, Ш - 1 - 3). Передача динамических оттенков в движении (К-11,12, 79). Музыкальные игры типа «Звери и птицы» (Р-65), «Кот и мыши» (Р - 77), «После дождя» (Р-72).

Построения и перепостроения: построение в колонну по одному и по два, перестроения из колонны по одному - в пары и обратно, на месте и на марше (Р-25); построение в шеренгу (Р-26); построение в круг, сужение и расширение круга (Р-17); свободное размещение в зале (Р-29); построение цепочкой (Р-27); построение «воротца» (Р-19).

Раздел 2. Элементы народного танца (30ч). Основные понятия: народный танец; народно-сценический танец; особенности русского танца: формы русского народного танца: хоровод, пляска, перепляс, кадрили же предъявлений требований к внешнему виду и условиям для занятий танцем. На уроках народно-сценического танца дети изучают танцы разных народов, узнают особенности их культуры. Знакомятся с национальными костюмами.

Практические занятия (26ч). Изучаются основные простейшие элементы танцев, которые затем соединяются в небольшие учебно-танцевальные комбинации, этюды и "используются при сочинении танцевальных комбинаций. Простой танцевальный шаг; шаги на полупальцах: шаг с подскоком; галоп; притопы; хлопки в такт музыки; приставной шаг, поклон.

Постановка корпуса. Позиции ног: 1, 2, 3, 6

Позиции рук: подготовительное положение, 1, 2, 3.

Положение рук: за платье, руки вниз с ладонью, повернутой назад, руки ладонями на поясе.

Полуприседание (деми плие) по 1,2, 3-й позициям.

Ритмические прыжки по 5-й позиции.

Перевод рук из подготовительного положения через 1-ю в 3-ю позиции и обратно.

Перевод рук из подготовительного положения через 1-ю во 2-ю позицию и обратно.

Подъем на полупальцы по 6-й и 1-й позициям.

Повороты головы вправо и влево.

Вытягивание ноги в сторону и вперед, с переводом с носка на каблук и обратно.

Раскрывание рук вперед - в сторону, из положения на поясе, в характере русского танца, соединяя потом это упражнение с поворотом головы.

Повороты на шагах.

Основные танцевальные движения.

Танцевальный шаг.

Шаг на полупальцах.

Легкий бег.

Шаг с подскоком.

Удары стопой по 6-й и 3-й позициям.

Тройной притоп.

Прыжки с выставлением ноги на носок и каблук.

Боковой галоп по 6-й позиции.

Поклон и реверанс.

Хлопки в ладоши по одному и в парах.

Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки, под одну руку.

Положение рук в общем круге.

Подъем и опускание рук при сужении и расширении круга.

Знание требований, предъявляемых к исполнению танцев:

- грамотность,
- музыкальность,
- выразительность.

Знание правил исполнения хороводных и парных танцев:

- движение по ходу танца,
- место и ведущая роль мальчика в парном танце,
- согласованность движений.

Контрольное занятие (2ч) Показывается материал, пройденный за данный период в форме открытого занятия, отчетного концерта или досугового мероприятия.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Организационное занятие (2ч) Беседа с детьми о целях и задачах занятий, о правилах поведения на уроке хореографии, о форме одежды. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.

Раздел 2. Азбука музыкального движения (22ч) 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 поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт. Подготовительно-развивающие упражнения. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: упражнения для головы, плеч, рук, корпуса; ног, изученные на 1 году исполняются в сочетании друг с другом; вращательные движения вытянутыми руками и согнутыми в локтях; перекрестные движения прямыми руками перед собой; круговые движения корпусом; маховые движения прямой и согнутой в колене ногой; упражнение на равновесие - стоя на одной ноге.

Элементы стрейчинга - воспитание «мышечного ощущения» - на основе принципа контраста предельного напряжения мышц и полного их расслабления. Растяжки.

Беговые и прыжковые упражнения (поодиночке и в паре, добавлением работы рук, плеч, головы).

Практические занятия (18ч).

- Музыкально - пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево.
- Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево).
- Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу).
- Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой.
- Танцевальные шаги в образах, например, оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и т. д.
- Дирижерский жест на 2/4, 4/4, 3/4. Выделение сильной доли.

Раздел 3. Элементы народного танца (18ч). Основные понятия: народный танец; народно-сценический танец; особенности русского танца: формы русского народного танца: хоровод, пляска, перепляс, кадрили. Так же предъявлений требований к внешнему виду и условиям для занятий танцем. На уроках народно-сценического танца дети изучают танцы разных народов, узнают особенности их культуры. Знакомятся с национальными костюмами.

Русский танец.

- Сюжеты и темы танцев;

- Особенности народных движений;
- Характерные положения рук в сольном, групповом танце.

Хороводы, рисунки хороводов.

Практические занятия (16ч)

Основные ходы русского танца.

Изучение поклона в русском характере.

Положение ног, рук, головы и корпуса в русском танце.

Основные ходы русского танца: простой шаг; переменный шаг; переменный шаг с притопом; перескоки с ноги на ногу; ход с высоко поднятым бедром; «гармошка»; «елочка».

Основные движения русского танца.

Движения рук: раскрытие рук в сторону; движение рук с платком; перевод рук из стороны в сторону; скрещивание рук перед грудью.

Бег. «Ковырялочка», «Моталочка». «Маятник». «Припадание».

Дроби: удары всей стопой; шаг в сторону с ударом; тройной притоп; удары каблуками.

Дроби: дробь с подскоком; двойная; дробь с подскоком и переступанием.

«Веревочка»: простая; двойная; с переступанием. «Молоточки».

Вращения: на подскоках; на беговых шагах.

Полуприсядки и присядки (мужской класс): посадка на присядку; полуприсядка с выбрасывание ноги вперед; полуприсядка с продвижением в сторону; «разножка» в сторону, вперед-назад на каблуки; присядка «мяч».

Основные рисунки русского танца. Отработка умения держать рисунок, двигаться по нему.

Круг. Линии. Диагональ. «Змейка». «Ручеек», «Улитка». «Звездочка».

Этика парного танца. Развитие исполнения парного танца, воспитание мальчика как галантного кавалера и девочки как учливой, женственной партнерши. Приглашение на танец на м. р. - %4-8 тактов. Постановка исполнителей в паре руки накрест. Поворот парой на месте (ведущая роль партнера). Нормы взаимоотношений в паре: кто первый должен подать руку, как провести партнершу к месту начала танца, как закончить танец. Поклоны и реверанс 18 века (показ-учителя).

- Простейшая композиция гавота (па де грас).
- Поклоны - для девочек, шаг с приставкой и наклон головы - для мальчиков.
- Па галопа (боковые) по 6-й позиции.
- Па галопа по 3-й открытой позиции.
- Шаг полонеза.

Раздел 4. Элементы современного танца (6ч).

Изоляция.

Теоретические занятия. Изоляция – основной прием техники джаз-танца. Изолированные центры и ареалы центров (части центров). Положение коллапса (свободное держание тела) во время изоляции.

Практические занятия (20ч).

1. Голова

- Наклоны вперед – назад.
- Наклоны из стороны в сторону (ухом к плечу)
- Повороты в правую и левую стороны.
- Свинговое раскачивание.
- Zundary (зундари) – смещение шейных позвонков вперед-назад, из стороны в сторону. Руки над головой, согнуты в локтях, ладонь в ладонь.

2. Плечевой пояс

- Подъем и опускание одновременно двух плеч. С остановкой в центре и без остановки.
- Оппозиционное движение плеч (одно вверх, другое вниз).
- Параллельное одновременное движение двух плеч (вперед, центр, назад, центр).
- Twist (твист) изгиб плеч. Одно вперед, другое назад. С акцентом вперед и назад. Руки в V позиции

3. Грудная клетка

- Движения из стороны в сторону.

4. Пелвис-бедр

- Слитное движение пелвисом вперед – назад, из стороны в сторону.
- Полукруги справа – налево через переднюю дугу. То же через заднюю дугу.

5. Руки

Изолированные движения ареалами руки, кистью, предплечьем.

- Положение flex (флекс) – сокращенная ладонь.
- Круги в параллельных направлениях двух предплечий
- Круги кистью в параллельных направлениях.
- Положение «свастика».

6. Ноги

- Изолированные движения ареалов ног: положение flex – сокращенная стопа, point – натянутая стопа, круги стопой.
- Свинговое раскачивание ноги из стороны в сторону и вперед – назад.
- Круги голеностопом в свободном положении, нога в воздухе, колено согнуто.

Экзерсис танца джаз модерн.

Теоретические занятия: Дать и раскрыть основные понятия техники джаз-модерн.

Практические занятия.

Упражнения на середине зала.

Demi и grand-plie:

1. По параллельным и выворотным позициям.
2. Перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и, наоборот, во время исполнения demi и grand-plie.

3. Изменение динамики исполнения: быстро, медленно.

4. Соединение с releve. Battement tendu:

1. Исполнение по параллельным позициям
2. Перевод из параллельного в выворотное и наоборот.
3. Исполнение с сокращенной стопой (flex).

Rond de jambe par terre:

1. Исполнение по параллельным позициям.

2. Исполнение техники «восьмёрка»

Grand battement jete по всем направлениям через developpees.

Упражнения для развития подвижности позвоночника.

- Flat back в сторону.

- Flat back вперед в сочетании с работой рук.

- Изучение deep body bend.

- Изучение hinge-позиции.

- Изучение twist торса.

- Body roll (волны).

3. Основные движения Swing.

Адажио. Виды движений:

Движения ног:

1. Battement developpe

2. Battement releve lent

3. Demi и grand rond

4. Demi plie

5. Grand battement

Движения корпуса:

1. Arch

2. Lay out

3. Contraction, release

Позы и положения:

1. A la seconde

2. Attitude

3. Epaulment

4 Arabesque

Раздел 4. Элементы современного танца (24ч).

Изоляция.

Теоретические занятия. Изоляция – основной прием техники джаз-танца. Изолированные центры и ареалы центров (части центров). Положение коллапса (свободное держание тела) во время изоляции.

Практические занятия (20ч)

1. Голова

· Наклоны вперед – назад.

- Наклоны из стороны в сторону (ухом к плечу)
 - Повороты в правую и левую стороны.
 - Свинговое раскачивание.
 - Zunday (зундари) – смещение шейных позвонков вперед-назад, из стороны в сторону. Руки над головой, согнуты в локтях, ладонь в ладонь.
2. Плечевой пояс
 - Подъем и опускание одновременно двух плеч. С остановкой в центре и без остановки.
 - Оппозиционное движение плеч (одно вверх, другое вниз).
 - Параллельное одновременное движение двух плеч (вперед, центр, назад, центр).
 - Twist (твист) изгиб плеч. Одно вперед, другое назад. С акцентом вперед и назад. Руки в V позиции
 3. Грудная клетка
 - Движения из стороны в сторону.
 4. Пелвис-бедр
 - Слитное движение пелвисом вперед – назад, из стороны в сторону.
 - Полукруги справа – налево через переднюю дугу. То же через заднюю дугу.
 5. Руки

Изолированные движения ареалами руки, кистью, предплечьем.

 - Положение flex (флекс) – сокращенная ладонь.
 - Круги в параллельных направлениях двух предплечий
 - Круги кистью в параллельных направлениях.
 - Положение «свастика».
 6. Ноги
 - Изолированные движения ареалов ног: положение flex – сокращенная стопа, point – натянутая стопа, круги стопой.
 - Свинговое раскачивание ноги из стороны в сторону и вперед – назад.
 - Круги голеностопом в свободном положении, нога в воздухе, колено согнуто.

Экзерсис танца джаз модерн.

Теоретические занятия: Дать и раскрыть основные понятия техники джаз-модерн.

Практические занятия.

Упражнения на середине зала.

Demi и grand-plie:

1. По параллельным и выворотным позициям.
2. Перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и, наоборот, во время исполнения demi и grand-plie.
3. Изменение динамики исполнения: быстро, медленно.
4. Соединение с releve. Battement tendu:
 1. Исполнение по параллельным позициям
 2. Перевод из параллельного в выворотное и наоборот.

3.Исполнение с сокращенной стопой (flex).

Rond de jambe par terre:

1.Исполнение по параллельным позициям.

2.Исполнение техники «восьмёрка»

Grand batman jete по всем направлениям через developpes.

Упражнения для развития подвижности позвоночника.

- Flat back в сторону.

-Flat back вперед в сочетании с работой рук.

- Изучение deep body bend.

- Изучение hinge-позиции.

- Изучение twist торса.

- Body roll (волны).

3.Основные движения Swing.

Адажио. Виды движений:

Движения ног:

1. Battement developpe

2. Battement releve lent

3. Demi и grand rond

4. Demi plie

5. Grand battement

Движения корпуса:

1. Arch

2. Lay out

3. Contraction, release

Позы и положения:

1. A la seconde

2. Attitude

3. Epaulment

4. Arabesque

Контрольное занятие (2ч) Показывается материал, пройденный за данный период в форме открытого занятия, отчетного концерта или досугового мероприятия.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Организационное занятие (2ч). Беседа с детьми о целях и задачах занятий, о правилах поведения на уроке хореографии, о форме одежды. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.

Раздел 1. Азбука музыкального движения (16ч). Включается весь материал, указанный в программе для второго года обучения.

Дополнительно:

- Особенности метроритма.
- Чередование сильной и слабой долей такта.
- Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы быстрые - медленные.

Практические занятия (14ч) Изучается и исполняется весь материал, указанный для второго года обучения, затем новый.

- Акцентировка на сильную долю такта в шагах и дирижерском жесте.
- Музыкальная структура движения: половинный каданс - полный каданс.
- Вступительные аккорды.
- Заключительные аккорды.
- Оформление урока классической, современной и народной музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком.
- Упражнение на развитие координации движений ног, рук, головы.
- Упражнения на полу: развитие навыков исполнения ранее изученных упражнений; для развития силы ног - медленные подъемы ноги и резкие броски ног в сторону в положении лежа на боку; для развития мышц живота - из положения сидя «уголок»; для развития мышц спины - «кошечка», «коробочка»; для развития выносливости и смелости - «качели»; для укрепления коленного сустава - ходьба стоя на коленях; для развития сноровки и ловкости - «экскаватор»: из положения стоя, с поднятыми вверх руками наклонить корпус вниз и достать пол руками, затем, не отрывая пяток от пола, «переступая» руками по пол, переходя в положение лежа на животе, после этого, исполняя упражнение обратном порядке, возвращаемся в исходное положение.

Раздел 2. Элементы народного танца (16ч) Народно-характерные упражнения у станка, на середине - подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядки для мальчиков).

- Точные позиции положения и движения рук в русских и белорусских танцах.
- Контрастность стиля русских, белорусских танцев.
- Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.
- Сказки, былины и игры детей разных национальностей, общее и разное в них.

- Показ рисунков национальных костюмов.
- Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы русских, белорусских танцев.
 - Музыкальные характеристики танцев.
 - Традиции прибалтийских народов. Общее и различное в стиле, характере, музыки народных танцев Эстонии, Латвии и Литвы. Национальные костюмы.

Практические занятия (14ч) Характерный тренаж (станок). Подготовительные движения рук (из подготовительной позиции руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию). Полуприседание и полное приседание по 1, 2, 4-й, 5-й открытым. позициям, плавные и резкие приседания. Скольжение стопой по полу - вытягивание ноги на носок с переводом на ребро каблука (вперед, в сторону, назад, лицом к станку). Переступания на полупальцах - в разных ритмических сочетаниях. «Ковырялочка» разучивается у станка заново. Скольжение по ноге в открытом положении (подготовка к веревочке), в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноги; размер 4/4. Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой, в открытом положении (вперед в сторону).

Подготовка к каблучным движениям.

Упражнения на середине.

Повторение и закрепление элементов русского танца.

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

Ходы:

- Простой шаг с продвижением вперед и назад;
- Переменный шаг с продвижением вперед и назад.
- Притоп - удар всей стопой.
- Дробь (дробная дорожка) - мелкая непрерывная дробь, сильным одинарным ударом каблука на месте, с продвижением.
- Гармошка - 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. «Ковырялочка» - без подскока и с подскоком.
- Веревочка (частая) подряд, с переступанием.
- Молоточки - удар полупальцах от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге; на месте, с продвижением.
- Простой шаг (на всю ступню, колено свободно).
- Легкий бег - небольшие шажки на низких полупальцах, пружиня в колене и подъеме, вперед в сторону.

Движения:

- Боковые перескоки с продвижением в сторону с подскоком;

- Подскоки на двух ногах.
- Проскальзывание на обеих ногах.
- Небольшой подскоки с вынесением ноги вперед. Три притопа.
- Боковые шаги с вынесением свободной ноги вперед. Галоп, галоп с остановкой.
- Полька - маленькие шажки на низких полупальцах 6-й позиции.

Раздел 3. Элементы классического танца (18ч)

Теоретические занятия отводятся для разучивания терминологии. На практических занятиях изучается экзерсис у палки, экзерсис на середине зала, прыжки с приземлением на две и одну ногу, осваиваются позы классического танца. Принцип изучения движений, учитывая возрастные особенности - от простого к сложному. Темп изучения - от медленного к умеренному. Сначала движения изучаются лицом к палке (для более правильного исполнения), а по мере усвоения - боком к палке, держась одной рукой. Движения разучиваются в трех направлениях: в сторону, вперед, назад. Занятия начинаются обыкновенным маршем, который переходит в бег, затем возвращается снова в марш, потом приступаем к упражнениям у палки.

- Начало тренировки сустава мышечного аппарата ребенка.
- Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.
- Ознакомление учащихся с искусством хореографии. Балеты Чайковского «Щелкунчик» и «Спящая красавица». Либретто балета. Идеи добра и зла, персонажи - носители идей спектаклей. Известные исполнители.
- Посещение спектаклей Театра оперы и балета.

Практические занятия (14ч). Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия - держась за станок одной рукой). Позиции ног - 1,2,3, 5. Постановка рук- 1, 2, 3 (на середине); держась за одну руку, стоя боком к станку.

Батман тандю - движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучаются лицом к станку по 1,2,3, 5-й позициям, вначале в сторону вперед, в конце года -назад)

Деми плие - складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2,3, 5-й позициям.

Деми рон де жамб пар 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 сюрле ку де пье - обхватное (обхватывает щиколотку опорной ноги) - развивает выворотность и подвижность ноги; условное - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Батман фраппе - сильное ударяющее движение, развивает силу ног,

ловкость, быстроту и подвижность колена; изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Батман релеве лян на 45⁰-медленное поднимание ноги, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге; изучается стоя боком к станку, держась одной рукой, в сторону, позднее вперед.

Раздел 4. Элементы современного танца (14ч)

Изоляция

Практические занятия(12ч)

1. Голова

- «Крест» головой с возвратом в центр (вперед, в сторону, назад, в сторону).
- «Квадрат» без возврата в центр.
- «Круг» головой.

2. Плечевой пояс

- Полукруги и круги вперед – назад.
- «Крест» плечами веред и назад, с возвратом в центр (вперед, вверх, назад, вниз).
- Шейк плеч.

3. Грудная клетка

- Смещение в правую и левую стороны, руки во 2 позиции.
- Frust – (фраст) резкие рывки из стороны в сторону и вперед – назад.
- Подъем грудной клетки вверх и опускание вниз.
- Вертикальный «крест»: вверх – в центр, в сторону – в центр, вниз – в центр. В другую сторону – в центр.
- Горизонтальный «крест»: вперед – вправо, назад – влево.

4. Пелвис

- Frust – рывки – вперед -в центр, назад – в центр. Так же из стороны в сторону.
- «Крест» пелвисом с возвратом в центр
- «Квадрат» пелвисом без возврата в центр. Начало «квадрата» в правую и левую стороны.
- Шимми – резкие повороты пелвиса в правую и левую стороны. Ноги во второй параллельной позиции.
- Hip lift – подъем вверх одного бедра.

5. Руки

Изолированные движения, которые могут исполняться ареалами центра (кисть и предплечье). Во время урока движения рук используются во всех частях урока. В разделе «Изоляция» руки могут двигаться изолированно в ареалах, но в основном они используются для координации с другими центрами.

Основные позиции рук:

- 1 позиция: руки в горизонтальном направлении перед собой;
- 2 позиция: руки в горизонтальном направлении в сторону
- 3 позиция: вертикальное движение рук над головой.

Варианты позиций:

- Переводы рук из одного положения в другое: А-Б-В-2 позиция (А – локти согнуты, ладони около груди; Б – локти вниз, ладони около плеч; В – руки вытянуты вверх над головой).

- Ноги

Изолированные движения, которые могут выполняться ареалами центра (стопа, голень, бедро). Во время урока движения ног используются во всех частях урока. В разделе «Изоляция» ноги могут двигаться изолированно в ареалах, но в основном они используются для координации с другими центрами.

- Свинговое раскачивание ноги из стороны в сторону и вперед – назад.

Основные позиции ног:

- out и in положения. Закрытые выворотные и параллельные позиции.
- Перевод из закрытого в открытое положение.

Варианты движения ног:

- plie и releve в различных позициях и с переходом из позиции в позицию.
- Brush – носком в пол на 45°, на 90°.
- Flex колена и стопы (на 45°, 90°).
- Kick вперед, в сторону и назад.

Экзерсис танца джаз-модерн.

Упражнения для развития подвижности позвоночника.

1. Flat back в сторону.
2. Flat back вперед в сочетании с работой рук.
3. Изучение deep body bend.
4. Изучение hinge-позиции.
5. Изучение twist торса.
6. Body roll (волны).
7. Проучивание roll down и roll up.
8. Изучение side stretch.

Итоговое занятие (2ч)

Показывается материал, пройденный за данный период в форме открытого занятия, отчетного концерта или досугового мероприятия.

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Организационное занятие (2ч). Беседа с детьми о целях и задачах занятий, о правилах поведения на уроке хореографии, о форме одежды.

Раздел 1. Азбука музыкального движения (18ч). Динамические оттенки в музыке.

Форте - меццо, форте - фортиссимо; пиано - меццо, пиано - пианиссимо. Крещендо - усиление; диминуэндо - ослабление.

Сочетание синкопированных и не синкопированных ритмов. Ритмические рисунки в движении (сочетание четвертей и восьмых).

Совместный процесс прослушивания музыки помогает заинтересовать и приобщить детей к сокровищам музыкальной культуры, подсказать неожиданные замыслы будущих танцев детям, которые делают творческие попытки и пробы самостоятельного сочинения танцевальных произведений. Приступая к постановочной работе, дети знакомятся с различной литературой, которая помогает ощутить атмосферу эпохи, культуры, национальные особенности пластики танца. Самостоятельная этюдная работа.

Практические занятия (16ч).

Раздел 2. Элементы народного танца (22ч)

Хороводы и кадрили. Характер среднерусских московских, калининских, рязанских и воронежских - хороводов.

Кадрили Сибири, Рязанской, Смоленской, Курской областей, такие, как «Тимоня», «Подгорка», «Чижик» и др. Их содержание и связь с образом жизни.

Особенности уральских танцев.

Практические занятия (20ч). Характерный тренаж. Повторяются упражнения у станка. Новые движения. Батман тандю - скольжение стоп по полу: с поворотом в закрытое положение - в сторону. Батман тандю жете - маленькие броски: вперед, в сторону; назад; с одним, ударом стопой по 5-й открытой позиции (коротким ударом по полу носком или ребром каблука). Батман тандю в полуприседании на опорной ноге. Батман фондю с поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45°. Девелоппе - разворачивание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперед и в сторону; плавные, резкие). Маленькие броски от щиколотки со свободной стопой; в закрытое положение (к станку), в прямом положении, вперед. Опускание на колени: у носка опорной ноги, у каблука - опорной ноги.

Упражнения на середине.

Русский танец. Закрепляются навыки и знания первого-третьего года обучения и добавляются новые:

- направление назад
- переменный - шаг с каблука с продвижением вперед и назад.

Положение рук в парном танце. Движение рук: переводы в различные

положения; навыки в обращении с платочком.

Ходы.

«Девичий шаг» с переступанием, два шага с последующей мягкой приставкой в 5-ю позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперед, назад.

Дробь с подскоком - подскок на одной ноге с последующим ударом каблуком и всей стопой другой ноги, на месте и с продвижением.

«Веревочка» - простая и с переступанием.

«Ключ» - дробный, сложный.

Присядки комбинации из полуприсядок и полных присядок.

Положение ног, положение рук.

Поклон.

Раздел 3. Элементы классического танца (24ч)

Повторяются в более ускоренном темпе упражнения, указанные в программе третьего года обучения. Дополнительно изучается уровень подъема ног, например, положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена.

- Возвращение к «азам». Учащимся в группе третьего года обучения полезно осознать и закрепить, уже полученные навыки, движение руки (препарасьон).

- Закрывание руки в подготовительную позицию на два заключительных аккорда.

- Координация ног, рук и головы в движении - тан релеве партер.

- Прыжки - с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Создание балетного спектакля. Содружество либреттиста, композитора, балетмейстера, художника и исполнителей. Балет Чайковского «Лебединое озеро». Краткая история создания балета. Тема добра и зла в балетах Чайковского «Лебединое озеро», «Щелкунчик» и «Спящая красавица». Посещение Театра оперы и балета;

Практические занятия (22ч). Повторяются упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиция ног- 1,2,3,4,5. Позиции рук- 1, 3, 2; вначале изучаются на середине, при неполной выворотности ног. Деми плие в 1,2,3, 5-й позициях (вначале лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой). Музыкальный размер 3/4. темп - анданте. Батман тандю с 1-й позиции, позднее с 5-й позиции в сторону, вперед, позднее назад. Размер 2/4, темп - модерато. Батман тандю авек деми плие - с 1-й позиции, позднее с 5-й позиции (раздельно, слитно). Размер 2/4, темп - анданте. Батман тандю - с 5-й позиции в сторону, затем вперед, позднее назад вначале лицом к станку, стоя, позднее лицом к станку, держась одной рукой. Дем и рон же жамб пар тер - вначале лицом к станку, позднее держась за станок одной рукой. Правила постановки руки (держась за станок одной рукой). Размер 3/4 - один такт на движение, один такт на фиксацию положения, темп - модерато. Батман тандю жете - натянутые

движения с броском из 1-й позиции, развивают упругость ног в воздухе, легкость и подвижность тазобедренного сустава; изучаются стоя к станку (в сторону 2-й позиции)- Размер 2/4, характер четкий, темп - умеренно. Батман тандю пике - натянутые движения ноги, колющий бросок. Батман релеве лян на 450,90 (стоя боком к станку). Размер 3/4, 4/4, по такту на движение и фиксации положения, темп - умеренно. Перегибы корпуса: - назад, стоя лицом к станку в 1-й позиции. Размер 3/4, характер медленный, спокойный, по два такта на движение. Прыжки разучиваются лицом к станку. Ган лсв соте - по 1,2, 5-й позициям. Размер 2/4, характер быстрой польки. В музыке сочетаются два темпа: плавный и отрывистый. Па ешаппэ - на 2-ю позицию, прыжок с просветом; изучается вначале лицом к станку. Размер 4/4, 3/4, сочетание плавного четкого темпов.

Позы классического танца изучаются на середине зала, круазе, поза еффасе (с ногой на полу). Размер 3/4, характер плавный, исполняется на четыре такта. Па курю - мелкий бег на полупальцах, исполняется, по прямой в выворотной позиции, вперед и назад. Размер 4/4, 2/4, 3/4, движения исполняются шестнадцатыми. Характер легкий, живой.

Итоговое занятие (2ч) Показывается материал, пройденный за данный период в форме открытого занятия, отчетного концерта или досугового мероприятия.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Образовательные (предметные):

учащиеся будут знать:

Знать

- хореографическую терминологию и пользоваться ею при опросе;
- выразительные и изобразительные функции музыки;
- знать правила исполнения танцевальных элементов;
- названия танцевальных движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.

Уметь

- ориентироваться в композиционном пространстве, совершать построения и перестроения в пространстве;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- музыкально исполнять танцевальные элементы, изученных танцевальных композиций, танцев;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- владеть элементами музыкально – пластической импровизации.

Личностные результаты

- развитие познавательных интересов, в том числе в области музыкального искусства, желания посещать театры и др., читать литературу об искусстве, включая произведения о музыке и музыкантах, доступные пониманию обучающихся;
- умение решать актуальные задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели;
- выбор средств общения, использование речевых конструкций, форм, типичных для разговорной речи;
- владение достаточным запасом фраз и определений;
- приобретение навыков социокультурной адаптации, включая понимание жизненных ситуаций, в которых звучит музыка, используются различные виды музыкально – исполнительской деятельности;
- развитие эстетического взгляда на мир, духовно – нравственных и этических чувств, эмоционального отношения к искусству.

Метапредметные

- способность пользоваться речью при решении коммуникативных и познавательных задач в различных видах деятельности;
- готовность к планированию, контролю и оценке собственных действий, понимание их успешности, причин неуспешности, коррекции собственных действий;
- готовность к логическим действиям – анализу, сравнению, синтезу, обобщению, классификации;
- развитие психических процессов обучающихся: памяти, мышления, внимания, пространственных и временных отношений.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»
2.1. Календарный учебный график

Начало и окончание учебных занятий для обучающихся

Название	Дата начала	Дата окончания
1 четверть	1.09.23	5.11.23
2 четверть	6.11.23	3.01.24
3 четверть	4.01.24	26.03.24
4 четверть	27.03.24	31.05.24
1 полугодие	1.09.23	3.01.24
2 полугодие	4.01.24	31.05.24

Начало и окончание каникул для обучающихся

Дата	Название
5.11.23 -- 13.11.23	Осенние каникулы
29.12.23 -- 9.01.24	Зимние каникулы
25.03.24 -- 2.04.24	Весенние каникулы
20.05.24 -- 31.08.24	Доп. летние каникулы
27.05.24 -- 31.08.24	Летние каникулы

Выходные дни:

Начало / Конец	Дней	Название
30 декабря — 7 января	9	Новогодние каникулы 2024
23 февраля — 25 февраля	3	День защитника Отечества
8 марта — 10 марта	3	Международный женский день
1 мая — 5 мая	5	День Труда
9 мая — 12 мая	4	День Победы
12 июня	1	День России
2 ноября — 4 ноября	3	День народного единства

Обучение рассчитано на детей 7 – 11 лет.

Срок освоения программы – 4 года

Общее количество часов в год: – 66/68 часов в год .

Всего на весь период обучения, необходимых для освоения программы,
– 270 ч.

2.2. Условия реализации программы

Материально-технические условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы следующие средства обучения: Зал должен быть оснащен зеркалами, хотя бы на одной стороне полностью, чтобы учащиеся могли видеть правильность своих движений, могли сравнивать друг с другом, с педагогом, могли видеть игру лица, что бы учились именно через зеркало «схватывать» те или иные упражнения. Пол должен быть паркетный, не полированный, стены окрашены и побелены. Все это дает возможность свободно «дышать классу» и не вызывать побочные аллергические воздействия у обучающихся. Помещение должно иметь хорошее освещение.

Во время занятий применяются технические средства: Мультимедийная система/ музыкальный центр, диски с фонограммами.

Кадровое обеспечение:

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования Мовсум-Заде Руслан Заурович, имеющий высшее образование.

Организационно-информационное обеспечение:

Планы мероприятий по профилю:

- а) выставки, конкурсы
- б) творческие проекты
- в) традиционные школьные праздники

2.3. Формы аттестации

Руководитель объединения является главным экспертом в оценке личностного и творческого роста учащихся.

Для определения результатов успешного освоения учащимися ДООП используются следующие формы и методы отслеживания результативности:

1. Педагогическое наблюдение.
2. Педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, опросов, выполнения учащимися диагностических заданий, участия обучающихся в мероприятиях (концертах, викторинах, соревнованиях, спектаклях), активности обучающихся на занятиях и т.п.
3. Мониторинг: для отслеживания результативности используются следующие формы

Педагогический мониторинг	Мониторинг образовательной деятельности детей
Аанкетирование	Ведение «Творческого дневника учащегося»
Диагностика личностного роста и продвижения	Самооценка обучающегося
Опросы	фотоотчёты
Педагогические отзывы	Видеозаписи мероприятий (концертов, отчетов, открытых занятий)
Концерты, конкурсы	Грамоты, дипломы, сертификаты

Механизмом оценки роста и восхождения является:

- «обратная связь» учащегося и педагога;
- уровень задач, которые ставят перед собой учащийся и коллектив
- достижения творческого и личностного характера.

Данная форма взаимодействия отражена в «Творческом дневнике учащегося», который оформляется в начале обучения по ДООП.

Дневник служит наглядной формой для фиксации:

- личных целей и задач учащегося в период освоения ДООП,
- проведения самооценки;
- результатов освоения программы;
- и получения анализа и рекомендаций от педагога для личностного роста с целью достижения планируемых результатов обучения.

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

К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования:

- индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого обучающегося;
- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;
- разнообразие форм проведения, повышение интереса к его проведению;
- всесторонность, то есть должна обеспечиваться проверка теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков обучающихся;
- дифференцированный подход.

№	Вид контроля	Средства	Цель	Действия
1	Входной	Анкеты, педагогические тесты	Выявление требуемых на начало обучения знаний. Выявление отдельных планируемых результатов обучения до начала обучения	1. Возврат к повторению базовых знаний. 2. Продолжение процесса обучения в соответствии с планом. 3. Начало обучения с более высокого уровня.
2	Текущий	Педагогические тесты, фронт. опросы, наблюдения ...	Контроль за ходом обучения, получение оперативной информации о соответствии знаний обучаемых планируемому эталонам усвоения.	Коррекция процесса усвоения знаний, умений, навыков
3	Тематический	Практические работы, творческие проекты, педагогические тесты.	1. Определение степени усвоения раздела или темы программы. 2. Систематическая пошаговая диагностика текущих знаний. 3. Динамика усвоения текущего материала.	Решение о дальнейшем маршруте изучения материала.
4	Итоговый	Зачеты, педагогические тесты, концерты, фестивали	1. Оценка знаний учащихся за весь курс обучения. 2. Установление соответствия уровня и качества подготовки учащихся к общепризнанной системе требований, к уровню и качеству образования.	Оценка уровня подготовки.

2.4. Контрольно - оценочные материалы

Диагностика проводится в начале и в конце каждого года обучения по направлениям:

1. Уровень освоения ДОО
2. Личностное развитие учащихся
3. Реализация творческого потенциала учащихся

Для оценивания образовательных результатов, учащихся используются опросы, анкеты, тестовые задания, которые демонстрируют динамику хореографического развития учащихся.

Например,

1. *Практический тест* на ориентировку в пространстве: точки зала, колона, линия, «лучик», круг, полукруг, пары (тройки, четверки).
2. *Постановочная практика* выученных движений:
 - «Ковырялочка»;
 - «Топотушки»;
 - «Пружинка с поворотом»;
 - «Классический стретчинг».
3. *Постановочная практика* «Творческое начало»:
 - «Закончи движение»,
 - «Повтори движение»,
 - танцевальные импровизации под музыку.

Уровень и оценка результатов

Критерии	Уровень и оценка результатов		
	Достаточный (Д)	Средний (С)	Высокий (В)
Сформированность знаний	Недостаточное знание теории вопроса, правил поведения на занятиях.	Минимум терминологического словаря.	Достаточное знание слов, обозначающих понятия, связанные с работой на сцене.
Сформированность умений	Неумение взаимодействовать в группе.	Минимальные навыки овладения пластикой Выполнение упражнений по подражанию.	Достаточное владение техникой танца, навыками жестовой речи. Навыки выступления перед аудиторией.

2.5. Методическое обеспечение

Методические разработки

1. Задания на развитие творческих способностей

1. Танец отдельных частей тела

Цель:

- ✓ разогрев участников;
- ✓ осознание тела и снятие мышечных зажимов;
- ✓ расширение экспрессивного репертуара.

Время: 20 мин.

УМК: музыкальные записи разных стилей с четким ритмическим рисунком.

Описание метода: Участники становятся в круг. Звучит музыка. Педагог называет по очереди части тела, танец которых будет исполнен (например, «Танец головы», «Танец плеч», «Танец живота» и т.д.). Участники стремятся максимально использовать в танце названную часть тела.

2. Танец «Кто Я?» или «Визитная карточка»

Цель:

- ✓ самопрезентация участников;
- ✓ запуск интерпретационных процессов;
- ✓ исследование самооценки, отношения к себе участников группы.

Время: 30 мин.

УМК: музыкальное сопровождение по выбору участников.

Описание метода: Группа садится в круг. Педагог дает задание: «Мы с вами – члены племени, где основное средство общения – танец. При знакомстве там люди обычно спрашивают друг у друга: «Как ты танцуешь?». Ваша задача – протанцевать танец, который позволил бы остальным участникам познакомиться с вами, танец визитную карточку». Один из участников выходит в центр круга и танцует свой танец под выбранную им музыку. По окончании танца каждого из участников члены группы обмениваются впечатлениями. Упражнение длится до тех пор, пока каждый участник не побывает в центре круга.

Схемы обсуждения:

- Что чувствовали участники наблюдатели и сами танцующие?
- Какие образы ассоциации возникали в связи с танцем центрального участника?
- Как в нескольких словах можно охарактеризовать танец того или иного члена группы?

3. Упражнение «Музыкант и инструмент»

Цель:

- ✓ интенсификация обратной связи;
- ✓ стимуляция общения в парах.

Время: 15 мин.

УМК: музыка в исполнении струнных инструментов.

Описание метода: Ведущий - «музыкант» - прикасается к партнеру пальцами рук мягкими «подталкивающим» движением (как бы задевая струну музыкального инструмента): то тронет его руку, то плечо, то голову и т.д. Ведомый – «инструмент», – стоя на месте с закрытыми глазами, откликается на каждое твое прикосновение ответным движением, напоминающим плавный «всплеск», который (как звук задетой струны) постепенно затихает, «тает», («отвечает», главным образом, та часть тела, к которой прикоснулся «музыкант», но «волна» этого отклика, менее заметная, распространяется по всему телу).

Задача «музыканта» - выявить возможности «инструмента», чтобы он зазвучал, показал свою индивидуальность. Задача «инструмента» – чутко откликаться на прикосновения музыканта, полностью подчиняясь ему, не пытаясь выступать с собственной инициативой или «помогать» партнеру, угадывая его следующие действия: главное – предоставить «музыканту» возможность свободно импровизировать в «игре на инструменте».

4. Упражнение «Танец с зеркалом»

Цель:

- ✓ развитие позитивных взаимоотношений в коллективе (творческих, партнерских);
- ✓ взаимопознание.

Время: 15 мин.

УМК: классическая музыка

Описание метода: Ведущий танцует, соотнося движения с музыкой и глядя на своего партнера, как на собственное отражение в зеркале (ведущий может продвигаться в пространстве в разные стороны, поворачиваться менять ракурсы, но обязательно фиксирует взгляд на своем «отражении»). Ведомый старается точно воспроизвести движения ведущего по принципу зеркального отражения. Можно использовать прием, при котором ведущий синхронизирует свои движения с собственным дыханием. Например, поднимает руки при вдохе, а опускает при выдохе. Тогда ведомый отражая его движения, и дышать будет в едином с ним ритме. В этом случае легче и быстрее удастся достичь эффекта «зеркала».

5. Тренинг-игра «Создание образа»

Цель:

- ✓ развитие творческого воображения, быстроты и нестандартности творческих реакций, артистизма.

Время: для обдумывания 5-10 мин., затем показ по одному.

УМК: музыка различного характера, соответствующая образу.

Описание метода: Участникам группы предлагается конкретный образ (животное, сказочный герой и т.п.), необходимо передать характерные повадки, действия данного образа с помощью пластики и движений.

Критерием оценивания является не только точность передачи образа, но и быстрота выполнения, эмоциональность, нестандартность решения.

2. Комплекс танцевально – игровых упражнений:

Упражнение №1 - Игра «Зеркальный танец»

Цель: Разогреть тело, разбудить эмоции, снять мышечные зажимы и настроить на работу.

Музыка: любая ритмичная, темп средний.

Дети садятся на пол или на стулья, расположенные полукругом. Педагог сидит в центре зала и показывает разные движения для всех частей тела, давая установку: «танцует правая нога», «танцует левая нога», «смотрим по сторонам» (упражнение для головы), «удивляемся» (упражнение для плеч), «ловим комара» (хлопок под коленом), «притаптываем землю» (притопы) и т.д. По команде «танцует всё» - в работу включаются все части тела (повторяется 3-4 раза).

Игра проводится в начале занятия и является частью ритмической гимнастики в танцевально-игровом тренинге.

Упражнение №2 - Игра «Цепочка»

Цель: Исследовать возможность вхождения в контакт и взаимодействие в группе.

Музыка: ритмичная, темп умеренно-быстрый

Дети становятся в колонну и двигаются змейкой. Их руки находятся в постоянном сцеплении, которое по команде ведущего принимает разные формы: руки на плечи, на пояс, накрест, за руки, под руки и т. д.

При этом ведущий меняет предлагаемые обстоятельства: «двигаемся по узкой тропинке на носочках», «идем по болоту - ступаем осторожно», «перешагиваем лужи» и др.

Упражнение №3 - Игра «Матросы»

Цель: Развить координацию, снять напряжение, отработка движений.

Музыка: мелодия «Яблочко», темп умеренно-быстрый.

Игра построена на основные движения танца «Яблочко». Все строятся в две шеренги.

1 этап: Педагог дает команду и показывает, что нужно делать, участники повторяют:

«маршируем» (марш на месте с высокоподнятым коленом);

«смотрим вдаль» (наклоны в стороны, кисти рук изображают бинокль);

«тянем канат» (на «раз, два» - выпад на правую ногу в сторону, руки изображают захват каната, на «три, четыре» – переносим тяжесть тела на левую ногу и тянем к себе канат);

«лезем на мачту» (подскоки на месте, руки имитируют подъем по веревочной лестнице);

«смирно!» (подъем на полупальцы: вверх, вниз, правая рука к виску).

2 этап: Педагог вразброс дает команды, дети самостоятельно выполняют.

Упражнение №4 - Игра «Танец аборигенов»

Цель: стимулировать творческое самовыражение, высвобождение чувств, повысить самооценку, развить танцевально-экспрессивные возможности.

Музыка: Афро-джаз. Темп быстрый.

Все становятся в круг.

1 этап. Педагог показывает базовые движения африканских танцев, дети пытаются повторить.

2 этап. Каждый ребенок, по очереди солирует в кругу с воображаемым копьём или бубном. Группа продолжает двигаться на месте. Каждый солист получает в подарок аплодисменты.

Упражнение №5 - Игра «Паруса»

Цель: Снизить эмоциональное возбуждение, восстановить дыхание, помочь ориентации в пространстве и развить умение чувствовать себя частью единого целого.

Музыка: спокойная инструментальная. Темп медленный.

Это упражнение на напряжение и расслабление.

Дети строятся в форме клина, изображая парусный корабль.

1 этап. По команде учителя: «поднять паруса», все поднимают руки в стороны, слегка отводя их назад, и замирают, стоя на полупальцах.

2 этап. По команде учителя: «спустить паруса» - опускают руки, приседая вниз.

3 этап. По команде: «попутный ветер» - группа двигается вперед, сохраняя форму клина корабля.

4 этап. По команде: «полный штиль» - все останавливаются.

Повторить 3-4 раза.

Упражнение №6 - Игра «Переправа»

Цель: Осознать свои танцевальные возможности, развить умение импровизировать, стимулировать творческое самовыражение.

Музыка: разные стили по ритму и темпу («барыня», «вальс», «реп», «латина», «полька», «джаз», и т.д.).

Дети располагаются на одной стороне зала.

Задача: переправится на другую сторону по одному человеку.

Каждый ребенок должен постараться придумать свой способ перемещения, используя свои танцевальные знания (различные шаги, прыжки, бег и т.д.)

После того как, все дети оказались на другой стороне зала, упражнение повторяется еще раз под другую музыку.

Упражнение №7 - Игра «Невесомость»

Цель: помочь ориентации в пространстве, исследовать возможность самопонимания и самосознания в предлагаемых обстоятельствах, развить групповое взаимопонимание и взаимодействие.

Музыка: спокойная «космическая», темп медленный.

1 вариант: Дети хаотично располагаются по залу и медленно перемещаются, изображая состояние невесомости.

2 вариант: Дети располагаются по кругу и изображают игру в волейбол в невесомости, посылая друг другу импульсы взглядом и медленными жестами во время «передачи мяча».

Педагог становится равноправным участником игры. И собственным примером.

Упражнение №8 - Игра «Костер»

Цель: Стимулировать общение в парах, развить способность взаимопонимания и вхождения в контакт с партнером по танцу, расширить танцевально - экспрессивный репертуар.

Музыка: энергичная, темпераментная музыка разных стилей и жанров. Темп: быстрый или умеренно - быстрый.

Группа образует круг. Все садятся на пол, поджимая колени «по-турецки». Двое детей, у каждого из которых, в руках находится красный платок, выходят в центр и импровизируя в дуэтном танце, вступая по желанию во взаимодействие, изображают пламя костра.

По сигналу учителя «языки пламени» (платки) передаются следующим участникам, и теперь они поддерживают костер, стараясь проявить фантазию и исполнить свой «танец огня», не похожий на предыдущий. Игра продолжается до тех пор, пока все не побывают в кругу.

Упражнение № 9 - Игра «Трансформер»

Цель: побудить участников к взаимодействию и взаимопониманию, развить чувство ориентации в пространстве.

Музыка: в качестве музыкального сопровождения игры используется ритм.

Педагог дает команды: построится в колонну, шеренгу, диагональ; сделать круг широкий, круг плотный, два круга, три круга; сделать круг в круге; встать по парам; встать по тройкам и т.д.

Таким образом, группа трансформируется, принимая различные фигуры и положения. При этом можно усложнить задание и перестраиваться маршем, подскоками, прыжками, кошачьим шагом и другими движениями. Выполняя задания за установленный промежуток времени (счет до пяти или до десяти).

Упражнение № 10 - Игра «Лебединое озеро»

Цель: Осознать свои танцевальные особенности и возможность самовыражения, развить умение импровизировать.

Музыка: различные вальсы, темп средний или умеренно-быстрый.

Дети располагаются по всему залу, принимая статичное положение (стоят, сложив «крылья» или приседают на корточки).

Педагог (в роли феи или волшебницы) поочередно дотрагивается волшебной палочкой до детей, каждый из которых исполняет сольный танец лебедя. При повторном касании «лебедь» замирает.

2.6. Воспитательный компонент

Цель и задачи воспитания

Современный российский национальный воспитательный идеал - высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее страны, укорененный в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации. В соответствии с этим идеалом и нормативными правовыми актами Российской Федерации в сфере образования **цель воспитания** обучающихся в школе: создание условий для личностного развития, самоопределения и социализации, обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.¹

Задачи воспитания обучающихся в школе: усвоение ими знаний, норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний); формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие); приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний и сформированных отношений в жизни, практической деятельности.

Виды, формы и содержание воспитательной деятельности

- досугово-развлекательная деятельность: праздники, концерты, конкурсные программы ко Дню матери, 8 Марта, выпускные вечера и т.п. с участием родителей, бабушек и дедушек;

На школьном уровне:

- общешкольные праздники – ежегодно проводимые творческие (театрализованные, музыкальные, литературные и т.п.) дела, связанные со значимыми для детей и педагогов знаменательными датами и в которых участвуют все классы школы:

¹ Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации, (ст. 2, п. 2).

- День Учителя (поздравление учителей, концертная программа, подготовленная обучающимися, проводимая в актовом зале при полном составе учеников и учителей Школы);
- праздники, концерты, конкурсные программы в Новогодние праздники, Осенние праздники, День матери, 8 Марта, День защитника Отечества, День Победы, выпускные вечера, «Первый звонок», «Последний звонок» и др.;
- торжественные ритуалы посвящения, связанные с переходом учащихся на следующую ступень образования, символизирующие приобретение ими новых социальных статусов в школе и развивающие школьную идентичность детей:
 - ✓ «Посвящение в первоклассники»;
 - ✓ «Первый звонок»;
 - ✓ «Последний звонок».
- церемонии награждения (по итогам года) школьников и педагогов за активное участие в жизни школы, защиту чести школы в конкурсах, соревнованиях, олимпиадах, значительный вклад в развитие школы:
 - ✓ еженедельные общешкольные линейки (по понедельникам) с вручением грамот и благодарностей;
 - ✓ награждение на торжественной линейке «Последний звонок» по итогам учебного года Похвальными листами и грамотами обучающихся, а также классов, победивших в конкурсе «Лучший класс школы».

На уровне классов:

- Участие школьных классов в реализации общих общешкольных ключевых дел

На индивидуальном уровне:

- Вовлечение по возможности каждого ребенка в ключевые дела школы в одной из возможных для них ролей: сценаристов, постановщиков, корреспондентов, ответственных за костюмы и оборудование, ответственных за приглашение и встречу гостей и т.п.);
- Наблюдение за поведением ребенка в ситуациях подготовки, проведения и анализа ключевых дел, за его отношениями со сверстниками, старшими и младшими школьниками, с педагогами и другими взрослыми

2.7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
2. Богданов Г. Хореографическое образование.- М.- 2001
3. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
4. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
5. Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца.- Л.-1968
6. Климов А. Особенности русского народного танца.- М.- 2002
7. Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002
8. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
9. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
10. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
11. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
12. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000

Для детей и родителей:

1. Горшкова Е. В. От жеста к танцу Пособие для музыкальных руководителей, М, Гном и Д 2003г
2. Ткаченко «Первые шаги в танцевальном коллективе» - М.:1996.



Список интернет-ресурсы:


1. Инфоурок: музыкальные жанры - URL: <https://infourok.ru/-26375.html>
2. Кленова Н.В., Буйлова Л.Н. Методика определения результатов http://nyashaboj-school.komi.eduru.ru/media/2018/10/22/1222213145/Monitoring_vneurochnoj_deyat.pdf
3. Пашкевич А.В. Создание системы оценивания ключевых компетенций учащихся <https://cyberleninka.ru/article/n/sozdanie-sistemy-otsenivaniya-klyuchevyh-kompetentsiy-uchaschihsya-massovoy-shkoly>
4. Пятифан: Музыкальные выразительные средства в музыке : <http://5fan.ru/wievjob.php?id=13972><http://5fan.ru/wievjob.php?id=13972>

Контрольно-измерительные материалы

Для обучающихся 1-го года обучения

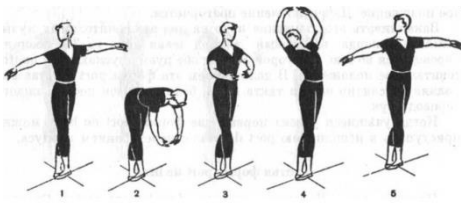
1. Тест


№ п/п	Вопрос	Варианты ответов
1.	Какой вид arabesques изображен на рисунке: 	А) I Б) II В) III
2.	Термин в классическом танце, означающий высокий прыжок.	А) Баланс Б) Аллегро В) Элевация
3.	Сцена из какого балета изображена на рисунке: 	А) Призрак розы Б) Лебединое озеро В) Жизель
4.	Какое движение изображено на рисунке:	А) аттитюде effacee Б) Экарте

		В) аттитюде croisee
5.	Передача в исполнении наиболее типичных особенностей композиции, своеобразия лексики, взаимоотношений танцующих, отличительных качеств национального костюма, правил обращения с ним.	А) Манера танца Б) Стил танца В) Лексика танца

Для обучающихся 2-го года обучения

1. Тест

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов
1.	В танцевальную композицию входят: драматургия (содержание), музыка, текст (движения, позы, жестикуляция, мимика), рисунок (...), всевозможные ракурсы.	А) Начало танца. Б) Перемещение танцующих по сценической площадке. В) Финал танца.
2.	Плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание ноги вперед, в сторону или назад и выше.	А) Battement frappe (Батман фразэ) Б) Battement developpe (бытман девлюпе) В) Battement releve lent (Релевелянт)
3.	Укажите вид port de bras (пордебра): 	А) 2 Б) 3 В) 1
4.	Кто основал систему пластического танца.	А) Айседора Дункан Б) Агрешпина Ваганова В) Анна Павлова
5.	Укажите в каком веке танцевали танец аристократов – «Менует».	А) XVII в. Б) XV в. В) XIX в.
6.	Укажите группу акробатических упражнений.	А) Акробатические прыжки Б) Балансирования В) Бросковые упражнения
7.	Костюм какой национальности изображен на рисунке:	А) Молдавский Б) Венгерский В) Русский

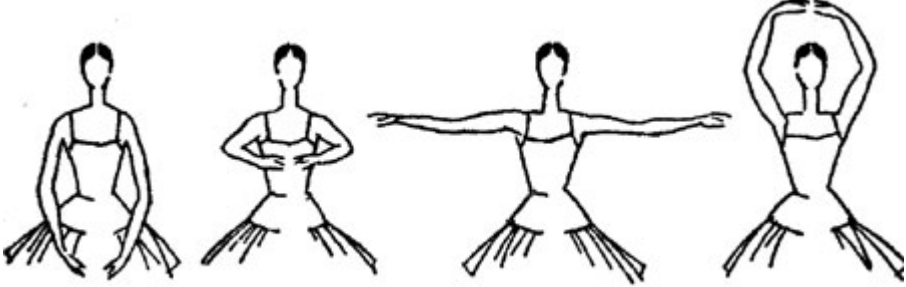
		
8.	Какой вид хореографического искусства отражает танцевальные стили различных исторических эпох, сохраняет в современном искусстве картины и образцы танцевальной культуры прошлого.	А) Бальный танец Б) Историко-бытовой танец В) Народный танец

Творческий блок

Напишите краткое сочинение на тему «Я в мире танца»

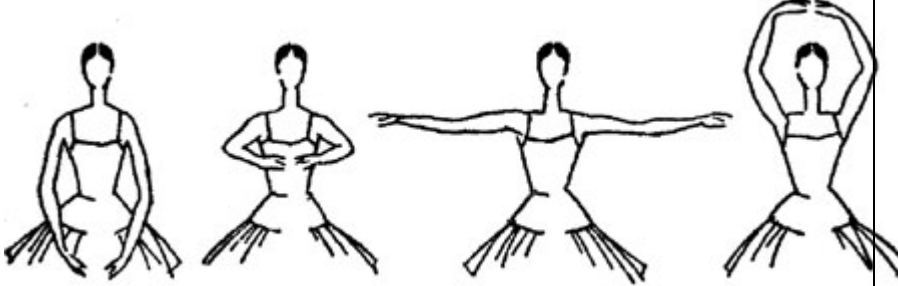
Для обучающихся 3-го года обучения


1. Тест

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов
1.	Определи позицию ног: обе ступни, соприкасаются внутренними сторонами стоп	А) 1 Б) 3 В) 6
2.	Обведи подготовительную позицию рук	
3.	Что означает положение головы «ан фас»	А) Прямо Б) Вполоборота В) Боком
4.	Общепринятое французское название для движения ног, которое по-русски обозначается словом “приседание”.	А) Plie (Плие) Б) Battement tendu (Батман тандю) В) Arabesques (Арабеск)
5.	От чего зависит ритмический рисунок и темп танца	А) От характера музыки Б) От инструментов, которые звучат в мелодии. В) От названия мелодии

Для обучающихся 4-го года обучения

Тест

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов
1.	Определи позицию ног: ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга. Пятка одной ноги соприкасается с носком другой.	А) 2 Б) 5 В) 6
2.	Физические упражнения направленные на развитие эластичности всех мышц, связок и суставов.	А) Вращения Б) Прыжки В) Растяжка
3.	Обведи 3 позицию рук	
4.	Герой какого классического балета изображен на рисунке	А) «Щелкунчик» Б) «Жизель» В) «Лебединое озеро»

		
5.	<p>Вставь слово: <i>При этомне только организует движения танцующих людей, но и обладает значительной эмоциональной силой воздействия, играет огромную роль в создании художественного образа.</i></p>	<p>А) Темп Б) Ритм В) Костюм</p>

б. Из чего складывается танец (подчеркни нужное)

- музыка
- ритм
- характер
- настроение
- движения
- костюм
- фантазия

