

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества имени Г.И.Чикризовой»  
Харабалинского района**

Утверждаю:  
Директор МБУ ДО «ЦДТ им. Г.И.Чикризовой»  
 С.В. Шипилова  
Приказ № 54-ОД от «31» августа 2018 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Задорный каблучок»**

по предмету «Хореография»

Возраст учащихся – 6 -12 лет

Срок реализации – 5 лет

Автор программы  
педагог дополнительного образования  
высшей категории  
Воробьева Наталья Анатольевна

г. Харабали – 2018 г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Образовательная программа составлена в соответствии с требованиями следующих нормативных документов: Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Минобрнауки России от 26.06.2012 № 504 «Об утверждении Типового положения об образовательном учреждении дополнительного образования детей, Письмом Минобрнауки РФ от 11.12.2006 №06-1844 « О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», Положением о дополнительной общеразвивающей программе творческого объединения Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества им. Г. И. Чикризовой»

Хореография – искусство, любимое детьми. Танец всегда был одним из распространённых видов художественной самодеятельности и любимым занятием детей. Плавные, ритмичные движения под мелодичную, красивую музыку доставляют эстетическое наслаждение каждому и тем более детям, которые в силу своих возрастных особенностей стремятся к подвижности, к ритмике. Танец имеет большую воспитательную ценность. Дети не только разучивают движения, но и создают художественный образ, а для этого нужно понять музыку, характер движений. Ребёнок счастлив, если он может свободно, красиво двигаться, передавать свои эмоциональные переживания посредством пластики тела. Красота движений глубоко затрагивает душу ребёнка, вызывает восхищение и желание выражать свои эмоции и самому творить прекрасное.

Детское творчество помогает взрослым заглянуть в мир ребёнка, найти ответы на многие вопросы. Оно помогает узнать о внутреннем состоянии, образе мыслей ребёнка, о среде, в которой он воспитывается, «отзеркалить» поведение взрослых и показать ошибки и упущения педагогического воспитания, а также подсказать способы и направления работы с детьми. Нас окружает сложный, яркий и прекрасный мир. И для того, чтобы жить в согласии с окружающим нас мирозданием, надо научиться слышать и видеть красоту всего, что нас окружает, почувствовать себя хранителем этой красоты. Как же научить ребёнка смотреть и видеть, слушать и слышать?

Танец является одним из ранних проявлений творчества человека. Именно в ритуальных танцах древний человек отражал своё отношение к окружающей его действительности. Позже, под влиянием цивилизации, внешняя сторона танца, его рисунок, вышли на первый план, и он стал оцениваться, прежде всего, с этих позиций. Однако, если мы хотим сформировать у ребёнка определённое мироощущение, отношение к себе как к части этого мира, прежде всего мы должны помнить, танец – это выражение чувств и эмоций человека, посредством «пластических и ритмических движений тела».

Искусство танца – великолепное средство воспитания и развития детей. Оно обогащает духовный мир, помогает ребёнку раскрыться как личности.

Органическое соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Образовательная программа по эстраднему танцу это своеобразная азбука, которая даёт набор знаний по истории танца, о позициях рук и ног, различных растяжках и разминках, разогревающих мышечный аппарат, обучает базовым движениям. У детей появляется красивая осанка, правильная координация движений, утончённая пластика. Кроме того, они начинают чувствовать ритм, понимать характер мелодии, у них развивается художественный вкус, творческая фантазия.

### **Актуальность программы.**

Детское творчество, его формирование и развитие – одна из интереснейших и таинственных проблем, привлекающая внимание исследователей разных специальностей. Изучение этой проблемы актуально в связи с тем, что главное условие прогрессивного развитого общества – человек, способный к творческому созиданию.

В *Концепции общенациональной системы и развития молодых талантов* (утверждена Президентом РФ от 03.04.2012 г.) подчёркивается, что каждый человек талантлив, но добьётся ли он успеха, во многом зависит от того, будет ли вовремя выявлен его талант, получит ли шанс использовать свою одарённость.

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дополнительного образования, основными задачами обучения являются сохранение и поддержка индивидуальности ребёнка, развитие индивидуальных способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой, а также развитие эстетических качеств воспитанников.

Современные исследования показывают, что базис развития таланта и одарённости закладывается и развивается в школьном возрасте. Этот базис составляет способность к творчеству, которая у учащихся наиболее ярко проявляется в разных видах художественной деятельности.

Чрезвычайно благоприятным для развития творческих способностей является такой вид искусства, как танец. Танец как синтетический вид искусства сочетает в себе: музыку, телодвижение, артистичность. Очень важно именно в детстве привить ребёнку любовь к движению, к танцу, поскольку это раннее выражение его творчества может быть использовано для развития и сохранения его творческих импульсов, чтобы они в более зрелом возрасте проявились с ещё большей силой. Танцевальное творчество возвышает детей, даёт возможность эмоционального взлёта, самостоятельность, свободу, уверенность в себе и своих силах. Таким образом, данная программа по развитию художественно-творческих способностей учащихся является важным компонентом поддержки позитивной социализации и индивидуализации развития детей.

### **Новизна.**

В последнее время Российское Правительство и общественность стали уделять образованию «особых» детей более пристальное внимание. Поэтому главным направлением программы является инклюзивное образование. **Инклюзивное (включённое) образование** предполагает обучение в творческом объединении всех желающих детей с разными возможностями, способностями, разным уровнем интеллектуального и физического развития, но создаёт необходимые условия для тех, кто имеет особые образовательные потребности. Причём к детям с особыми образовательными потребностями относятся не только дети с творческими задатками, но и дети с проблемным здоровьем. Инклюзивный подход позволяет гибко приспосабливаться к потребностям каждого ребёнка, предоставляя им почувствовать свою значимость. Инклюзивное образование это образование через успех.

Исследования в области социологии, психологии, педагогики свидетельствуют об особой роли танцевального искусства в образовании, о его целительной силе и здоровьесберегающем значении в жизни ребёнка. Оздоровительная направленность общеразвивающей деятельности данной программы основана на том, что целесообразность любого движения рассматривается с позиции сохранения и профилактики здоровья ребёнка. Танец всегда эмоционально воздействует на исполнителей, поэтому его целесообразно использовать не только как средство художественно-эстетического развития, но и для укрепления психоэмоционального здоровья детей.

### **Отличительные особенности программы.**

Программа «Ступеньки к творчеству» ориентирована на развитие художественно-творческих способностей учащихся посредством танца на основе интеграции, опираясь на новые технологии и методы обучения с учётом психолого-педагогических требований.

Каждый ребёнок, с одной стороны, предрасположен к восприятию и действию в разных видах искусства, потому что у него есть глаза, уши, он может двигаться, разговаривать, общаться. С другой стороны, только с помощью разных видов художественной деятельности можно равноценно развить у него данные природой качества: зрение – с помощью изобразительного искусства; слух – на занятиях музыкой; красоту движений – в танце; умение общаться и представлять себя – на занятиях театром.

Программа предполагает не механическое объединение образовательных областей, а их гармоничное взаимопроникновение, на основе чего и появляются в сознании учащихся целостные творческие образы и осваиваются интегративные способы их воплощения. В таком конструировании детской деятельности, которое основано на синтезе видов искусства и художественной деятельности: музыки и музыкальной деятельности, театра и театральной деятельности, танцев и музыкально-двигательной деятельности, изобразительной деятельности создаётся

альтернатива традиционному занятию сугубо дидактической направленности.

### **Адресат программы.**

Младший школьный возраст – это период не только приобщения ребёнка к познанию окружающего мира, но и его начальной социализации. Это время, когда интенсивно формируются художественно-творческие способности, составляя основу для становления всех сторон личности подрастающего человека. Перед ребёнком раскрывается мир искусства во всём своём многообразии.

Психомоторные (двигательные) возможности ребенка зависят от возрастных особенностей развития ряда психических функций: мышечно-двигательных ощущений и восприятий, сенсомоторных процессов, памяти, мышления и внимания.

Поступление ребенка в танцевальное объединение – это важное событие в его жизни. Он оказывается в другой, по сравнению с детским садом, сфере общения. Новым для него являются и взаимоотношения с педагогом и со сверстниками: отношения строятся на основе занятия общим делом – танцевальным искусством. Значительное место в программе отводится и играм и подготовке концертных номеров.

У младших школьников возрастает скорость движений, но точность еще не высока, много “лишних” не сознательных движений. Дети плохо различают и запоминают внешние сходные физические упражнения, движения; плохо их дифференцируют по основным параметрам управления. Не достаточно развиты в младшем школьном возрасте мышление, распределение и переключение внимания, что затрудняет обучение и усвоение двигательных навыков. Без учета особенностей данного возраста трудно избежать отрицательных результатов. Если в этот период не работать над точностью, ловкостью и координацией движений, то в процессе интенсивного роста ребенка возникает диспропорция в управлении двигательным аппаратом.

Неуклюжесть детей может быть причиной застенчивости, робости, неуверенности в себе в старшем возрасте, что, в свою очередь, мешает социальной адаптации ребенка.

У детей (7-10) лет продолжает развиваться двигательная активность. Каждое занятие начинается с разминки, т.е. выполняются упражнения на укрепление мышечного аппарата и развитию гибкости, а лечебная корригирующая гимнастика повышает жизненный тонус и укрепляет здоровье детей. В этом возрасте, дети почти полностью могут управлять своим телом и способны координировать движения. У них развивается воображение, механическая память, воля, нравственные качества, тяга к общению со сверстниками и взрослыми. Учитывая, что в этом возрасте все новые знания усваиваются значительно успешнее во время игры, многие задания даются в форме музыкально-танцевальных игр, ключевых упражнений. Своеобразие детского творчества заключается в том, что оно

основано на такой ярко выраженной особенности, как подражание. Оно проявляется в игровой деятельности детей – образной реализации их впечатлений, полученных в процессе изучения окружающего мира. Именно сценическая, театрализованная деятельность создаёт условия для решения образных задач в танце.

Л.С. Выготский назвал этот возраст наиболее чувствительным, сензитивным, благоприятным для обогащения памяти и чувств, уточнения представлений, развития творческого воображения. Именно в этот период дети начинают управлять своим вниманием, сознательно направлять его на определенный вид деятельности, предметы. Перед педагогом стоит задача приучить и научить детей слушать, слышать, выполнять задания на основе словесной инструкции.

В этом возрасте дети располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование – одна из главных задач возрастной и педагогической психологии.

Детей подросткового возраста (11-12 лет) отличает повышенный интерес к различным видам деятельности, различным видам занятий искусством, спортом. У них вырабатывается настойчивость, работоспособность, повышенная познавательная и творческая активность. Это стимулирует детей в развитии своих знаний, умений и навыков, происходит формирование системы личностных ценностей, которые определяют содержание их деятельности. Занятия танцами помогают многим ребятам преодолеть излишнюю скромность, стеснительность и закрепощённость. Чувство сотрудничества и гармоничного взаимодействия с группой сверстников в танце придаёт им уверенность в себе. Именно движение, танец, позволяют раскрыться их душе, дают волю чувствам.

Подросток, у которого многое не получается в других видах деятельности, может утвердиться в танце.

### **Организация образовательного процесса.**

Срок реализации программы – 5 лет.

Общее количество учебных часов, запланированных на I год обучения – 144 ч., II год обучения - 144 ч., III год обучения – 216 ч., IV год обучения – 216 ч., V год обучения – 216 ч.

Занятия проводятся для I и II года обучения 2 раза в неделю, для III, IV и V года 3 раза в неделю. Продолжительность каждого занятия 2 часа.

Форма организации образовательного процесса – групповая. Численный состав групп 12 – 15 человек. Уровень подготовки детей при приёме в группы примерно одинаковый и определяется путём собеседования, просмотра без специального отбора. По окончании учебного года учащийся переводится на следующую ступень обучения при желании продолжать обучение.

Учащиеся приобретают опыт в следующих видах деятельности: музыкальной, игровой, двигательной, творческой, коммуникативной.

**Цель программы** – духовное и физическое развитие, раскрытие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством танца, профессиональная ориентация и адаптация к условиям современной жизни.

Для реализации поставленной цели решаются задачи различного характера:

Образовательные	Развивающие	Воспитательные
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Обучение основам хореографического мастерства.</li> <li>● Формирование музыкально ритмических навыков.</li> <li>● Формирование навыков правильного и выразительного движения.</li> <li>● Обучение основам танца.</li> <li>● Научить самостоятельно ориентироваться в мире танцевальной эстетики, свободно красиво и органично выражать себя в танце.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Развитие творческих способностей и актёрского мастерства.</li> <li>● Развитие образного мышления и эмоционального исполнения.</li> <li>● Развитие потребностей к здоровому образу жизни и укрепление здоровья посредством танца.</li> <li>● Развитие силы, выносливости, гибкости, координации движения.</li> <li>● Развитие творческого самовыражения.</li> <li>● Развивать сотворчество, стремление радоваться успехам других и вносить свой вклад в общий успех.</li> <li>● Развитие коммуникативных качества личности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Адаптация к современной жизни на основе общей культуры, знаний, навыков.</li> <li>● Повысить уровень художественного вкуса.</li> <li>● Воспитание активности, организованности, самостоятельности.</li> <li>● Воспитывать культуру исполнения, культуру поведения.</li> <li>● Создание дружественной среды вокруг личности ребёнка.</li> </ul>

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН (1-й год обучения)

№	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1.</b> 1.1	<b>Вводное занятие</b> «Путешествие в страну Танцельванию»	<b>2</b>	1	1
<b>2.</b> 2.1 2.2 2.3	<b>Азбука танца.</b> Музыкально-танцевальная грамота. Коллективно-порядковые упражнения. Слушание и восприятие.	<b>14</b>	4 4	6
<b>3.</b> 3.1 3.2 3.3	<b>Музыкально-ритмическая деятельность.</b> Воспроизведение ритмических рисунков. Ритмичная разминка. Игроритмика.	<b>18</b>		4 10 4
<b>4.</b>	<b>Партерная гимнастика.</b>	<b>25</b>		25
<b>5.</b> 5.1 5.2	<b>Танцевальные элементы.</b> Хореографические упражнения. Танцевальные шаги и движения.	<b>30</b>		15 15
<b>6.</b> 6.1 6.2	<b>Творческая деятельность.</b> Танцевальная импровизация. Музыкально-танцевальные игры.	<b>16</b>		8 8
<b>7.</b> 7.1 7.2	<b>Актёрское мастерство.</b> Мимика – жест. Пластика движения.	<b>6</b>		3 3



<b>8.</b>	<b>Оздоровительные технологии.</b>	<b>8</b>		<b>8</b>
<b>9.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>20</b>		<b>20</b>
<b>10.</b>	<b>Концертная и репетиционная деятельность</b>	<b>5</b>		<b>5</b>
	<b>Всего часов:</b>	<b>144</b>	<b>9</b>	<b>135</b>

### Содержание учебного плана 1 год обучения.

#### **1. Вводное занятие. 2 часа (теор.1ч./прак.1ч.)**

1.1 Введение в предмет (знакомство детей с искусством танца через игру «Путешествие в страну Танцельванию»).

#### **2. Азбука танца. 14 часов (теория 8 ч./практика 6 ч.)**

2.1 *Музыкально-танцевальная грамота* (общий характер музыки: темп, динамика, контрастная музыка; понятия: интервал, музыкальный размер, ансамблевость и т.д.).

2.2 *Коллективно-порядковые упражнения* (маршировка на месте, вокруг себя, вправо, влево; правила и логика перестроений из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два, из одних рисунков в другие; фигурная ходьба и т.д.).

2.3 *Слушание и восприятие* (узнавать на слух музыкальные произведения, характеристика музыкального материала).

#### **3. Музыкально-ритмическая деятельность. 18 часов (практика)**

3.1 *Воспроизведение ритмических рисунков* (ритмические рисунки в притопах и прихлопах, отмечать в движении метр – сильную долю такта, метрическую пульсацию).

3.2 *Ритмичная разминка* (упражнения для отдельных групп мышц: для головы, плечевого пояса, рук, ног, корпуса под музыкальное сопровождение с соблюдением принципа «музыка - движение»; смена движений в соответствии с музыкальными фразами, различным характером музыки, упражнения на координацию и равновесие).

3.3 *Игроритмика* (музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные задания, упражнения игрового плана и является составной частью урока).

#### **4. Партерная гимнастика. 25 часов (практика).**

Тренировка суставно-мышечного аппарата: осанка, опора, выворотность, эластичность и крепость голеностопного и тазобедренного суставов, укрепление мышц спины и живота:

- позы и движения на растяжку, выворотность: «Буратино», «Складочка», «Лягушка», «Звёзды», «полузвёзды», «Циркули», «полушпагаты», «шпагаты», «Султанчик» и т.д.;
- упражнения на развитие подвижности стопы и колена: «Ушастый зайчик», «Русалка», «Флажок», «Солнышко» и т.д.;
- упражнения для укрепления мышц живота: «Дощечка», «Стрелочка», «Уголок» и т.д.;
- движения на развитие гибкости позвоночника: «Паучок», «Ушастый зайчик», «Змея», «Кошечка - злая, добрая», «Лодочка», «Корзинка», «Червячок», «Ласточка», «Колечко» и т.д.;
- элементы акробатики (кувырки, мостики, шпагаты, перевороты, стойки).

Партерная гимнастика способствует не только постепенному разогреву, укреплению мышечного корсета, но и тренировке дифференцированного мышечного чувства, что позволяет совершенствовать пластику всего тела и овладевать в дальнейшем, исполнением сложных по координации движений.

#### **5. Танцевальные элементы. 30 часов (практика)**

##### *5.1 Хореографические упражнения.*

Классический тренаж на середине зала (постановка корпуса, рук, ног, головы; показываются I, II, III позиции ног и 3 позиции рук; изучаются *demiplié* - пружинка, *relevé* - подъём на носочки и *battements tendus*; отрабатывается шаг носка и техника простого прыжка, крутки на месте - держим точку). Классический тренаж является основной хореографической подготовки учащихся.

##### *5.2 Танцевальные шаги и движения.*

Отрабатывается поклон, шаг с носка, пружинящие шаги, выполняется приставной шаг в сторону, прямой и боковой галоп, подскоки на месте и с продвижением вперёд, кружиться по одному и в парах, прыжки с продвижением вперёд «Лужа», «Ножницы», «Пружинка», танцевальные шаги и т.д.

## **6. Творческая деятельность. 16 часов (практика)**

Организация творческой деятельности учащихся позволяет увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом возраста, темперамента, его интересов и потребности в данного рода деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

### 6.1. Танцевальная импровизация.

Используется метод моделирования, через подражательные этюды:

- «Художник»
- «Перелёт птиц»
- «Ветер и опавший лист»
- «Лиса и зайцы»
- «Дождь»
- «Хлопушки-хохотушки»
- «Скорый поезд» и т.д.

### 6.2 Музыкально танцевальные игры:

- «Рыбачёк»;
- «Станцуем музыку»;
- «Чей кружок быстрее соберётся»
- «Гномы»
- «Кот и мыши»
- «Львёнок и черепаха»
- «Зебра»
- «Кружится хоровод»
- «Учитель танцев»
- «Если нравится тебе...» и т.д.

## **7.Актёрское мастерство. 6 часов (практика)**

Для того, чтобы учащиеся научились наиболее ярко и эмоционально передавать хореографические образы, необходимо развивать у них актёрские способности.

### 7.1 Мимика – жест.

Понятия «мимика» и «жест». Упражнять детей с помощью эмоции и мимики изображать различное настроение, а с помощью жестов что-то сообщить или «рассказать» о чём-то (например: «иди сюда», «нельзя», «здравствуйте», «до свидания», «развязался шнурок», «кто-то причёсывается», «расскажи стихи руками» и т.д.).

### 7.2 Пластика движения.

Умение передавать образы, о чём-то «рассказать» через пластику движения (пантомима) - позы должны быть «говорящими», а движения «рассказывающими»).

Этюды:

- «Что мы видели в лесу»
- «Где мы были - не скажем, а что делали - покажем»
- «Сочиняем сказку»
- «В зоопарке» и т.д.

## **8. Оздоровительные технологии. 8 часа (практика)**

Оздоровительная направленность общеразвивающей деятельности основана на том, что целесообразность любого движения рассматривается с позиции сохранения и профилактики здоровья ребёнка.

Танец всегда эмоционально воздействует на исполнителей, поэтому его целесообразно использовать не только как средство художественно-эстетического развития, но и для укрепления психоэмоционального здоровья детей дошкольного возраста.

- Психогимнастика по методике М.И.Чистяковой: «Солнышко», «Тёплые ладошки», «Вкусные конфеты», «Ласка».
- Дыхательная гимнастика: «Кошка», «Обними плечи», «Насос», «Часики», «Семафор», «Петух» и т.д.
- Релаксация: «Звуки природы», «Восточная гимнастика».

## **9. Постановочная работа. 20 часов (практика).**

Постановка танцевальных композиций и этюдов. Разучивание фигур, частей, отработка ритма, основного темпа. Далее идёт усвоение учащимся необходимых специфических движений по степени сложности. После этого все разученные элементы собираются в единую композицию.

Для достижения успеха в постановочной работе необходимо помнить, что синтез выразительных средств, музыка, пластика, оформление номера должны сливаться на уровне исполнительского мастерства.

## **10. Концертная и репетиционная деятельность. 5 часов (практика).**

Проведение репетиций и концертных выступлений.

На протяжении всего периода обучения в процессе репетиционной и концертной деятельности нарабатывается техника танца, максимально раскрывается творческий потенциал детей, совершенствуется их актёрское мастерство.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН (2-й год обучения)

№	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1.</b> 1.1	<b>Вводное занятие</b> «Приглашение к танцу»	<b>2</b>	1	1
<b>2.</b> 2.1 2.2 2.3	<b>Азбука танца.</b> История танца. Музыка в танце. Танцевальная этика.	<b>15</b>	5 5 3	2
<b>3.</b>	<b>Классический экзерсис.</b>	<b>25</b>		<b>25</b>
<b>4.</b> 4.1 4.2	<b>Историко-бытовой танец.</b> Характерный подготовительный тренаж. Учебные композиции.	<b>25</b>		10 15
<b>5.</b> 5.1 5.2 5.3 5.4	<b>Современный танец.</b> Партерная гимнастика. Элементы акробатики. Ритмичная разминка. Танцевальные движения и комбинации.	<b>35</b>		10 5 10 10
<b>6.</b> 6.1 6.2	<b>Творческая деятельность.</b> Ключевые упражнения. Сюжетная хореография..	<b>12</b>		6 6
<b>7.</b> 7.1 7.2	<b>Актёрское мастерство.</b> Пластика движения. Работа над образом.	<b>6</b>		3 3

<b>9.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>19</b>		<b>19</b>
<b>10.</b>	<b>Концертная и репетиционная деятельность</b>	<b>5</b>		<b>5</b>
	<b>Всего часов:</b>	<b>144</b>	<b>14</b>	<b>130</b>

### Содержание учебного плана 2 года обучения.

#### **1. Вводное занятие. 2 часа (теор.1ч./прак.1ч.)**

1.1 Введение в предмет (знакомство детей с искусством танца через игру «Приглашение к танцу»).

#### **2. Азбука танца. 15 часов (теория 13 ч./практика 2 ч.)**

2.1 *История танца* (раздел охватывает период, включающий первобытные пляски, зарождение традиций бальной хореографии, возникновение ранних форм народного танца).

2.2 *Музыка в танце* ( курс знакомит учащихся с характерными чертами различных музыкальных произведений: современная или старинная. народная или композиторская музыка; как музыкальное произведение рассматривать во взаимодействии с танцевальными постановками; обязательно проводится параллель между изучаемым теоретическим материалом и практическим ).

2.3 *Танцевальная этика* (рассматривается свод правил и норм поведения на танцевальной площадке, основные правила танцевальной этики: правила исполнительской этики, этикет парного танца, эстетика образа - внешний вид, причёска, макияж, костюм, и т. д.).

#### **3. Классический экзерсис. 25 часов (практика)**

Танцевальные особенности детей следует развивать в равной степени, работая над движениями рук, ног, головы, корпуса. Классический экзерсис способствует технической разработке каждого движения в отдельности , а затем и в их соединениях. В младших группах проучивание экзерсиса начинается в положении учащихся лицом к палке. Здесь закладывается основное развитие мускулов, эластичности связок. Экзерсис у станка является основой первоначальных движений танца.

Последовательность упражнений у палки: plie, releve, battements tendus, rond de jambe par terre, battements jete, battements fondus, battements frappes, rond de jambe en l air, battements developpes, grands battements jete.

Упражнения на середине зала: подготовка рук – preparation, port de bras; прыжки (allegro) – sauté, pas balance; упражнения на пальцах – releve, pas de bourree на пальцах с переменной ног en dehors и en dedans.

#### **4. Историко-бытовой танец. 20 часов (практика).**

Занятия историко-бытовым или бальным танцем органически связаны с усвоением норм этики, выработки высокой культуры общения между учащимися. Занятия бальным танцем соразмерно развивают фигуру, вырабатывают правильную и красивую осанку. В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений, которые выполняются на середине зала без опоры. Тренаж бального танца несёт двойную нагрузку: разминочно-тренировочную и подготовительную облегчающую освоение бальных танцев.

4.1 *Характерный подготовительный тренаж* (упражнения для рук, ног, корпуса), ритмические упражнения.

4.2 *Танцевальные композиции* (разучивание танцевальных композиций полонеза, польки, вальса, сударушки, русско-лирического и т.д.).

В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого все разученные элементы собираются в единую композицию.

#### **5. Современный танец. 35 часов (практика)**

В комплекс упражнений по развитию современной пластики включены:

5.1 *Французская партерная гимнастика*

5.2 *Элементы акробатики* (кувырки, мостики, шпагаты, перевороты, стойки).

5.3 *Ритмичная разминка* (комплексы упражнений для отдельных групп мышц – классическая «базовая», танцевальная аэробика).

Упражнения способствуют не только постепенному разогреву, но и тренировке дифференцированного мышечного чувства, что позволяет совершенствовать пластику всего тела и овладевать исполнением сложных по координации движений.

5.4 *Танцевальные движения и комбинации* (в последней части тренажа приводятся танцевальные движения и комбинации различной координационной сложности).

Методика и основные принципы построения тренажа: все упражнения выстраиваются с учётом постепенного возрастания физической нагрузки – от лёгких движений к трудным, от простого к сложным, от медленного темпа к быстрому, постепенно варьируя известные элементы, осваиваются более сложные по координации движения.

## **6. Творческая деятельность. 16 часов (практика)**

При создании творческих или проблемных ситуаций используется метод моделирования. Творческие ситуации разыгрываются как для индивидуальной, так и для коллективной работы.

### 6.1. Ключевые упражнения:

- «Я учитель танцев»;
- «Я художник»;
- «Часики» и т.д.

Огромный интерес у детей вызывает сюжетная хореография, которая является главной формой проявления творчества, фантазии, сочетает в себе музыку, движение, драматизацию.

### 6.2 Сюжетная хореография: «Стирочка», «Цветы и бабочки», «Колобок» ит.д.

## **7.Актёрское мастерство. 6 часов (практика)**

Для того, чтобы учащиеся научились наиболее ярко и эмоционально передавать хореографические образы, необходимо развивать у них актёрские способности.

### 7.1 *Пластика движения.*

Умение передавать образы, о чём-то «рассказать» через пластику движения (пантомима) - позы должны быть «говорящими», а движения «рассказывающими»).

### 7.2 *Работа над образом.*

Создать нужный хореографический образ – значит обрисовать с помощью танца действие или характер воплотить в чувства определённую идею.

Разучивание движений нельзя рассматривать вне связи с работой над ролью, над образом. Движения учащихся должны быть грамотными, говорящими, убедительными, выражающими характер.

Очеловечивание образов животного мира, изучение внешних признаков и особенностей их поведения, нахождение характерных танцевальных движений. Образы животного мира:



- насекомые (бабочка, паук и т.д.)
- птицы
- звери

### **8. Постановочная работа. 20 часов (практика).**

Постановка танцевальных композиций и этюдов. Разучивание фигур, частей, отработка ритма, основного темпа. Далее идёт усвоение учащимся необходимых специфических движений по степени сложности. После этого все разученные элементы собираются в единую композицию.

Для достижения успеха в постановочной работе необходимо помнить, что синтез выразительных средств, музыка, пластика, оформление номера должны сливаться на уровне исполнительского мастерства.

### **9. Концертная и репетиционная деятельность. 5 часов (практика).**

Проведение репетиций и концертных выступлений.

На протяжении всего периода обучения в процессе репетиционной и концертной деятельности нарабатывается техника танца, максимально раскрывается творческий потенциал детей, совершенствуется их актёрское мастерство.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН (3-й год обучения)

№	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1.</b> 1.1	<b>Вводное занятие</b> «Танцевальная мозаика»	<b>2</b>	1	1
<b>2.</b> 2.1 2.2	<b>Азбука танца.</b> История танца. История костюма.	<b>20</b>	7 7	3 3
<b>3.</b> 3.1 3.2	<b>Классический танец.</b> Подготовительный экзерсис. Этюды.	<b>30</b>		20 10
<b>4.</b> 4.1 4.2	<b>Народно-сценический танец.</b> Характерный подготовительный тренаж. Танцевальные композиции.	<b>30</b>		10 20
<b>5.</b> 5.1 5.2	<b>Современный танец.</b> Партерная разминка Танцевальные движения и комбинации в стиле: - Диско - Модерн	<b>40</b>		15 25
<b>6.</b> 6.1	<b>Творческая деятельность.</b> Танцевальная импровизация.	<b>20</b>		20
<b>7.</b>	<b>Актёрское мастерство.</b>	<b>16</b>		

7.1	Сценический визаж.			10
7.2	Движение-поза-жест.			6
<b>8.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>50</b>		<b>50</b>
<b>9.</b>	<b>Концертная и репетиционная деятельность</b>	<b>8</b>		<b>8</b>
	<b>Всего часов:</b>	<b>216</b>	<b>15</b>	<b>201</b>

### Содержание учебного плана 3 года обучения

#### **1. Вводное занятие. 2 часа (теор.1ч./прак.1ч.)**

1.1 Введение в предмет (мастер-класс «Танцевальная мозаика»).

#### **2. Азбука танца. 20 часов (теория 14 ч./практика 6 ч.)**

2.1 *История танца* (цель данного теоретического курса состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его самобытность, связь с другими видами искусства; в практической части предполагается выполнение творческих заданий, а также поиск информации в области хореографического искусства из различных источников – реферативная форма ).

2.2 *История костюма* (костюм в хореографии является одним из важнейших компонентов оформления танца, поэтому курс предполагает знакомство учащихся с историей возникновения и развития костюма с древности и до наших времён, а также знакомство с видами сценического костюма; в практической части предполагаются творческие работы - в виде эскизов костюмов к танцевальным композициям). Учащиеся в ходе изучения предмета должны получить представление о возникновении танца, о его основных видах и о принадлежности танцев к той или иной эпохе, национальности и культуре. Ведь танцевальность в широком смысле слова пронизывает всё музыкальное искусство.

#### **3. Классический танец. 30 часов (практика)**

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки учащихся. Занятие по классическому танцу состоит из упражнений у палки и на середине зала; последние делятся на экзерсис, *adagio* (сочетание поз и положений классического танца) и *allegro* (прыжки). В средних и старших

группах проделывается весь тот же экзерсис, что и в младших, но с учётом того, что техника исполнения уже лучше. Техническое мастерство учащихся достигается систематическим повторением одного движения значительное число раз.

3.1 *Подготовительный экзерсис* ( plie, releve, battements tendus, rond de jambe par terre, battements jete, battements fondus, battements frappes, rond de jambe en l air, battements developpes, grands battements jete).

Упражнения на середине зала: подготовка рук – preparation, port de bras; прыжки (allegro) – sauté, pas balance; упражнения на пальцах – releve, pas de bourree на пальцах с переменной ног en dehors и en dedans.

3.2 *Этюды («Кукла», «Лебедь», «Шутка»)*

Этюд в хореографии – это маленькое законченное произведение, которое по своему содержанию, по качеству приближается к самостоятельному сценическому номеру.

#### **4. Народно-сценический танец. 30 часов (практика).**

Народно-сценический танец имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся, знакомит их с разнообразием хореографического материала народов мира.

Занятие по народному танцу включает в себя: тренировочные упражнения у палки, сценические движения, исполняемые на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

4.1 *Характерный подготовительный тренаж.*

Последовательность выполнения действий у палки: полуприседания и глубокие приседания, упражнения на развитие подвижности стопы, каблучные упражнения, маленькие броски, упражнения с ненапряжённой стопой (flic-flac), подготовка к «верёвочке», низкие и высокие развороты, дробные выстукивания, вращательные движения (rond de jambe), раскрытие ноги на 90 (develope), зигзаги, большие броски работающей ноги на высоту 90 (grand battement jete), прыжки, присядки.

Сценические движения, исполняемые на середине зала и по диагонали, включают ходы и проходы русского танца, движения русского народного танца (ковырялочка, верёвочка, притоп, «ключи», и т.д.)

4.2 *Танцевальные композиции.*

В программе изучения народно-сценического танца русский, татарский, китайский.

#### **5. Современный танец. 40 часов (практика)**

5.1 *Партерная разминка.*

Тренировка суставно-мышечного аппарата: осанка, опора, выворотность, эластичность и крепость голеностопного и тазобедренного суставов, укрепление мышц спины и живота.

Партерная разминка способствует не только постепенному разогреву, укреплению мышечного корсета, но и тренировке дифференцированного мышечного чувства, что позволяет совершенствовать пластику всего тела и овладевать в дальнейшем, исполнением сложных по координации движений

### *5.2 Танцевальные движения и комбинации в стиле:*

- Диско

- Модерн

Изучаются танцевальные движения и комбинации различной координационной сложности.

## **6. Творческая деятельность. 20 часов (практика)**

### *6.1. Танцевальная импровизация.*

Развитию у учащихся творческих возможностей, формированию стремления к самостоятельному творчеству способствуют занятия танцевальной импровизацией.

На занятиях по импровизации можно рассматривать две ситуации:

1. Педагог задаёт определённую тему.

2. Ученики самостоятельно выбирают тему.

Педагог побуждает детей сочинять танцевальные характеристики сказочных или реальных персонажей в жанре народного, эстрадного или классического характера. Дети учатся сочинять танцевальные композиции на заданную музыкальную тему. Именно на занятиях импровизации раскрываются творческие и артистические способности каждого ребёнка.

## **7. Актёрское мастерство. 16 часов (практика)**

### *7.1 Сценический визаж.*

Все, кому приходится выступать на сцене знают, как трудно сделать макияж, что бы он был не просто красивый, заметный для зрительских глаз, но и передавал образ. Создать в танце неповторимый образ непростая задача для любого танцора. Визаж - это прежде всего искусство. Сценический визаж - это гармоничное сочетание макияжа, причёски и всего облика. Занятия по визажу, помогут юным танцорам самостоятельно создавать нужные сценические образы.

### *7.2 Движение – поза – жест.*

В этот период обучения у детей уже заложен фундамент хореографической подготовки, они активно участвуют в постановочной и концертной деятельности. И для того, чтобы учащиеся научились наиболее ярко и

эмоционально передавать хореографические образы, необходимо развивать у них актёрские способности. Здесь широко используется технология игрового обучения, где главная задача – научить позу связывать с движением, с музыкой, т.е. позы и жесты должны быть «говорящими», а движения «рассказывающими». Движения не должны быть чисто техническими и исполняться механически, каждое движение должно «дышать», дыхание движения – это выразительность и артистичность

### **8. Постановочная работа. 50 часов (практика).**

Постановка танцевальных композиций и этюдов. Разучивание фигур, частей, отработка ритма, основного темпа. Далее идёт усвоение учащимся необходимых специфических движений по степени сложности. После этого все разученные элементы собираются в единую композицию.

Для достижения успеха в постановочной работе необходимо помнить, что синтез выразительных средств, музыка, пластика, оформление номера должны сливаться на уровне исполнительского мастерства. Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у учащихся. Все движения должны быть осмыслены, танцующие должны понимать и раскрывать общий замысел постановки. Постановочная работа определяет творческое и исполнительское лицо танцевального коллектива.

### **9. Концертная и репетиционная деятельность. 8 часов (практика).**

Проведение репетиций и концертных выступлений.

На протяжении всего периода обучения в процессе репетиционной и концертной деятельности нарабатывается техника танца, максимально раскрывается творческий потенциал детей, совершенствуется их актёрское мастерство.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН (4-й год обучения)

№	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1.</b> 1.1	<b>Вводное занятие</b> «Танцевальный клондайк»	<b>2</b>	1	1
<b>2.</b> 2.1 2.2 2.3 2.4	<b>Танцевальная культура.</b> История танца. Социальные танцы. Сценический костюм и его аксессуары. Терминология, основные понятия.	<b>24</b>	6 1 4 5	2 2 4
<b>3.</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>25</b>		25
<b>4.</b> 4.1 4.2	<b>Народно-сценический танец.</b> Характерный подготовительный тренаж. Танцевальные композиции.	<b>30</b>		15 15
<b>5.</b> 5.1 5.2	<b>Современный танец.</b> Подготовительный тренаж (модерн) танца. Танцевальные движения и комбинации в стиле: - Джаз - Модерн	<b>35</b>		15 20
<b>6.</b> 6.1	<b>Творческая деятельность.</b> Танцевальная импровизация.	<b>20</b>		20
<b>7.</b>	<b>Актёрское мастерство.</b>	<b>17</b>		

7.1	Сценический визаж.			8
7.2	Ключевые упражнения.			9
<b>8.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>55</b>		<b>55</b>
<b>9.</b>	<b>Концертная и репетиционная деятельность</b>	<b>8</b>		<b>8</b>
	<b>Всего часов:</b>	<b>216</b>	<b>16</b>	<b>200</b>

### Содержание учебного плана 4 года обучения

#### **1. Вводное занятие. 2 часа (теор.1ч./прак.1ч.)**

1.1 Введение в предмет (знакомство учащихся с интересными событиями в мире танца «Танцевальный клондайк»).

#### **2. Танцевальная культура. 24 часов (теория 16 ч./практика 8 ч.)**

2.1 *История танца* (цель данного теоретического курса состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его самобытность, связь с другими видами искусства; в практической части предполагается выполнение творческих заданий, а также поиск информации в области хореографического искусства из различных источников – реферативная форма ).

2.2 *Социальные танцы* (знакомство учащихся с новым понятием – «социальный танец», формирование представления о социальных танцах и тех жизненных ситуациях, в которых люди разных времён и народов танцуют).

2.3 *Сценический костюм и его аксессуары* (костюм в хореографии является одним из важнейших компонентов оформления танца, поэтому курс предполагает изучение стилей и видов сценического костюма, а также использование знакомство с видами сценического костюма; в практической части предполагаются творческие работы - в виде эскизов костюмов к танцевальным композициям).

2.4 *Терминология и основные понятия* (изучение словаря необходимых терминов, знакомство с понятийным аппаратом курса, умение работать с описанием движений и комбинаций в тексте, схемами и рисунками танцевальных композиций).



### **3. Классический танец. 25 часов (практика)**

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки учащихся. Занятие по классическому танцу состоит из упражнений у палки и на середине зала; последние делятся на экзерсис, *adagio* (сочетание поз и положений классического танца) и *allegro* (прыжки). В средних и старших группах проделывается весь тот же экзерсис, что и в младших, но с учётом того, что техника исполнения уже лучше. Техническое мастерство учащихся достигается систематическим повторением одного движения значительное число раз.

3.1 *Подготовительный экзерсис* ( *plie, releve, battements tendus, rond de jambe par terre, battements jete, battements fondus, battements frappes, rond de jambe en l'air, battements developpes, grands battements jete*).

Упражнения на середине зала: подготовка рук – *preparation, port de bras*; прыжки (*allegro*) – *sauté, pas balance*; упражнения на пальцах – *releve, pas de bourree* на пальцах с переменной ног *en dehors* и *en dedans*.

Главное при изучении движения, положения или позы необходимо добиваться от учеников грамотного и чёткого их выполнения. Важно, чтобы педагог мог точно показать то или иное движение, а ученик повторить его. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

### **4. Народно-сценический танец. 30 часов (практика).**

Народно-сценический танец имеет важное значение, для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся, знакомит их с разнообразием хореографического материала народов мира.

Занятие по народному танцу включает в себя: тренировочные упражнения у палки, сценические движения, исполняемые на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

4.1 *Характерный подготовительный тренаж.*

Движения у станка строятся на комбинациях танцев разных народов, выносы ноги на каблук, удары ноги в пол, дроби и т.д. В занятиях характерного танца особое внимание надо уделить правильной постановке рук. учащиеся должны чётко различать положение рук в позиции (характерного экзерсиса или классического). Когда руки и корпус поставлены, можно приступать к разучиванию характерных движений и комбинаций диагональных и на середине.

Растанцовки, исполняемые на середине зала и по диагонали, включают характерные движения, вариации разных круток и комбинации изучаемых народных танцев с их характерными особенностями, танцевальной лексикой и рисунками.

#### 4.2 *Танцевальные композиции.*

В программе разучиваются народно-сценические танцы: русский, ирландский, латиноамериканский.

### **5. Современный танец. 35 часов (практика)**

#### 5.1 *Подготовительный тренаж (модерн) танца.*

Задача этого раздела – привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы. Система разогрева может варьироваться в зависимости от задач занятия.

1. Упражнения у станка: перегибы и наклоны торса, растяжки, demi-plié и grand plié по параллельным и выворотным позициям, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.
2. Разогрев на середине зала: спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжение и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника, упражнения заимствованные из урока классического танца.
3. В партере: упражнения для позвоночника, упражнения стретч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

В конце разогрева выполняются маленькие прыжки типа pas sauté или emboite, которые хорошо активизируют мышцы и являются своеобразной кульминацией.

Выбирается тот разогрев, который наиболее полно готовит тело исполнителя для дальнейших нагрузок.

#### 5.2 *Танцевальные движения и комбинации в стиле:*

- Джаз

- Модерн

Изучаются танцевальные движения и комбинации различной координационной сложности.

### **6. Творческая деятельность. 20 часов (практика)**

#### 6.1. *Танцевальная импровизация.*

Развитию у учащихся творческих возможностей, формированию стремления к самостоятельному творчеству способствуют занятия танцевальной импровизацией.

На занятиях по импровизации можно рассматривать две ситуации:

1. Педагог задаёт определённую тему.
2. Ученики самостоятельно выбирают тему

Дети учатся сочинять танцевальные композиции на заданную музыкальную тему. Именно на занятиях импровизации раскрываются творческие и артистические способности каждого ребёнка.

## **7. Актёрское мастерство. 17 часов (практика)**

### *7.1 Сценический визаж.*

Все, кому приходится выступать на сцене знают, как трудно сделать макияж, что бы он был не просто красивый, заметный для зрительских глаз, но и передавал образ. Создать в танце неповторимый образ непростая задача для любого танцора. Визаж - это прежде всего искусство. Сценический визаж - это гармоничное сочетание макияжа, причёски и всего облика. Занятия по визажу, помогут юным танцорам самостоятельно создавать нужные сценические образы.

*7.2 Ключевые упражнения (на овладение стилистикой пластического образа, на индивидуальную работу и взаимодействие с партнёром, на коллективное взаимодействие, построение композиции и т.д.)*

## **8. Постановочная работа. 55 часов (практика).**

Постановка танцевальных композиций и этюдов. Разучивание фигур, частей, отработка ритма, основного темпа. Далее идёт усвоение учащимся необходимых специфических движений по степени сложности. После этого все разученные элементы собираются в единую композицию.

Для достижения успеха в постановочной работе необходимо помнить, что синтез выразительных средств, музыка, пластика, оформление номера должны сливаться на уровне исполнительского мастерства. Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у учащихся. Все движения должны быть осмыслены, танцующие должны понимать и раскрывать общий замысел постановки. Постановочная работа определяет творческое и исполнительское лицо танцевального коллектива.

## **9. Концертная и репетиционная деятельность. 8 часов (практика).**

Проведение репетиций и концертных выступлений.

На протяжении всего периода обучения в процессе репетиционной и концертной деятельности нарабатывается техника танца, максимально раскрывается творческий потенциал детей, совершенствуется их актёрское мастерство.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН (5-й год обучения)

№	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1.</b> 1.1	<b>Вводное занятие</b> «В мире танца»	<b>2</b>	1	1
<b>2.</b> 2.1 2.2 2.3	<b>Танцевальная культура.</b> История танца. Имена и произведения выдающихся балетмейстеров, танцовщиков и композиторов. Терминология, основные понятия.	<b>24</b>	5 7 6	4 2
<b>3.</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>18</b>		18
<b>4.</b> 4.1 4.2	<b>Народно-сценический танец.</b> Характерный подготовительный тренаж. Танцевальные композиции.	<b>32</b>		16 16
<b>5.</b> 5.1 5.2 5.3	<b>Современный танец.</b> Подготовительный тренаж (модерн) танца. Танцевальные движения и комбинации в стиле: - Джаз - Модерн Новые направления современного танца	<b>48</b>		15 15 18
<b>6.</b>	<b>Творческая деятельность.</b>	<b>20</b>		

6.1	Танцевальная импровизация.			20
<b>7.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>55</b>		<b>55</b>
<b>8.</b>	<b>Концертная и репетиционная деятельность</b>	<b>10</b>		<b>10</b>
	<b>Всего часов:</b>	<b>216</b>	<b>19</b>	<b>197</b>

### Содержание учебного плана 4 года обучения

#### **1. Вводное занятие. 2 часа (теор.1ч./прак.1ч.)**

1.1 Введение в предмет ( «В мире танца»).

#### **2. Танцевальная культура. 24 часов (теория 18 ч./практика 6 ч.)**

2.1 *История танца* (цель данного теоретического курса состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его самобытность, связь с другими видами искусства; в практической части предполагается выполнение творческих заданий, а также поиск информации в области хореографического искусства из различных источников – реферативная форма ).

2.2 *Имена и основные произведения выдающихся балетмейстеров, танцовщиков и композиторов* (данный курс знакомит учащихся не только с танцевальным искусством, но и с богатым музыкальным наследием: с творчеством выдающихся композиторов, балетмейстеров и т.д.; учит описывать и анализировать знакомые произведения искусства и выражать своё отношение к ним устно и письменно; владеть навыком поиска информации)

2.3 *Терминология и основные понятия* (изучение словаря необходимых терминов, знакомство с понятийным аппаратом курса, умение работать с описанием движений и комбинаций в тексте, схемами и рисунками танцевальных композиций).

#### **3. Классический танец. 18 часов (практика)**

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки учащихся. Занятие по классическому танцу состоит из упражнений у палки и на середине зала; последние делятся на экзерсис, *adagio* (сочетание поз и положений классического танца) и *allegro* (прыжки). В средних и старших

группах проделывается весь тот же экзерсис, что и в младших, но с учётом того, что техника исполнения уже лучше. Техническое мастерство учащихся достигается систематическим повторением одного движения значительное число раз.

*Подготовительный экзерсис* ( plie, releve, battements tendus, rond de jambe par terre, battements jete, battements fondus, battements frappes, rond de jambe en l air, battements developpes, grands battements jete).

Упражнения на середине зала: подготовка рук – preparation, port de bras; прыжки (allegro) – sauté, pas balance; упражнения на пальцах – releve, pas de bourree на пальцах с переменной ног en dehors и en dedans.

#### **4. Народно-сценический танец. 32 часов (практика).**

Народно-сценический танец имеет важное значение, для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся, знакомит их с разнообразием хореографического материала народов мира.

Занятие по народному танцу включает в себя: тренировочные упражнения у палки, сценические движения, исполняемые на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

##### *4.1 Характерный подготовительный тренаж.*

Движения у станка строятся на комбинациях танцев разных народов, выносы ноги на каблук, удары ноги в пол, дроби и т.д. В занятиях характерного танца особое внимание надо уделить правильной постановке рук. учащиеся должны чётко различать положение рук в позиции (характерного экзерсиса или классического). Когда руки и корпус поставлены, можно приступать к разучиванию характерных движений и комбинаций диагональных и на середине.

Растанцовки, исполняемые на середине зала и по диагонали, включают характерные движения, вариации разных круток и комбинации изучаемых народных танцев с их характерными особенностями, танцевальной лексикой и рисунками.

##### *4.2 Танцевальные композиции.*

В программе разучиваются народно-сценические танцы: народов севера, русский, абхазский.

#### **5. Современный танец. 48 часов (практика)**

##### *5.1 Подготовительный тренаж (модерн) танца.*

Задача этого раздела – привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы. Система разогрева может варьироваться в зависимости от задач занятия.

1. Упражнения у станка: перегибы и наклоны торса, растяжки, *demi-plié* и *grand plié* по параллельным и выворотным позициям, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.
2. Разогрев на середине зала: спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжение и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника, упражнения заимствованные из урока классического танца.
3. В партере: упражнения для позвоночника, упражнения стретч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

В конце разогрева выполняются маленькие прыжки типа *pas sauté* или *emboite*, которые хорошо активизируют мышцы и являются своеобразной кульминацией.

Выбирается тот разогрев, который наиболее полно готовит тело исполнителя для дальнейших нагрузок.

#### *5.2 Танцевальные движения и комбинации в стиле:*

- Джаз

- Модерн

Изучаются танцевальные движения и комбинации различной координационной сложности.

*5.3 Новые направления современного танца* (знакомство учащихся с новым танцевальными направлениями, их видами, характеристикой пластического языка и композиционными структурами).

### **6. Творческая деятельность. 20 часов (практика)**

#### *6.1. Танцевальная импровизация.*

Сочинение и постановка учащимися собственных танцевальных номеров. В процессе создания танцевальной композиции учитываются индивидуальные особенности и склонности учащегося, способность выполнять те или сложные танцевальные элементы. В работе используется метод сотрудничества учащегося и педагога. Юный постановщик, рассматривается как художник, обладающий своим видением, стилем исполнения, окрашивающий танец в свои тона.

Постановка собственного танца является итогом работы учащегося на определённом этапе.

### **7. Постановочная работа. 55 часов (практика).**

Постановка танцевальных композиций и этюдов. Разучивание фигур, частей, отработка ритма, основного темпа. Далее идёт усвоение учащимся

необходимых специфических движений по степени сложности. После этого все разученные элементы собираются в единую композицию.

Для достижения успеха в постановочной работе необходимо помнить, что синтез выразительных средств, музыка, пластика, оформление номера должны сливаться на уровне исполнительского мастерства. Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у учащихся. Все движения должны быть осмыслены, танцующие должны понимать и раскрывать общий замысел постановки. Постановочная работа определяет творческое и исполнительское лицо танцевального коллектива.

## **8. Концертная и репетиционная деятельность. 10 часов (практика).**

Проведение репетиций и концертных выступлений.

На протяжении всего периода обучения в процессе репетиционной и концертной деятельности нарабатывается техника танца, максимально раскрывается творческий потенциал детей, совершенствуется их актёрское мастерство.

**Основной принцип программы** – постепенность в усвоении материала: «от простого к сложному», «от первых шагов до танца на сцене».

### **Методы и средства обучения.**

- словесный метод (рассказ, объяснение, беседа);
- наглядный метод (наглядные пособия: карточки, картинки, рисунки и т.д.);
- объяснительно иллюстративный;
- практический метод (упражнения, задания: воспроизводящие, тренировочные, творческие);
- репродуктивный метод;
- метод проблемного изложения;
- активные методы обучения (дидактические игры, анализ конкретных ситуаций, решение творческих задач и т.д.).



## Планируемые результаты.

За период обучения учащиеся приобретают определённые знания, умения и навыки:

Год обучения	Знания, умения, навыки
1-й	<ul style="list-style-type: none"><li>- навыки музыкально-ритмической деятельности;</li><li>- умение анализировать музыкальный материал;</li><li>- развитие гибкости и координации;</li><li>- выработка выворотности, сильно натянутых ног, высокого прыжка;</li><li>- навыки правильного и выразительного движения;</li><li>- усвоение подготовительных танцевальных движений и рисунков;</li><li>- исполнение детских сюжетных, народных и игровых танцев;</li><li>- раскрытие творческих способностей, актёрского мастерства;</li><li>- развитие активности, организованности и самостоятельности.</li></ul>
2-й	<ul style="list-style-type: none"><li>- умение анализировать музыкальный материал;</li><li>- знание танцевального этикета;</li><li>- выработка сильно натянутых ног, высокого прыжка;</li><li>- усвоение приёмов классического экзерсиса;</li><li>- усвоение знаний по историко-бытовому танцу;</li><li>- развитие гибкости, координации;</li><li>- усвоение приёмов творческого и актёрского мастерства;</li><li>- исполнение танцевальных композиций.</li></ul>
3-й	<ul style="list-style-type: none"><li>- усвоение знаний по истории танца;</li><li>- усвоение знаний по народно-стилизованному танцу;</li><li>- умение пользоваться понятийным аппаратом;</li><li>- усвоение техники элементов и движений классического, народного, современного танца;</li><li>- усвоение приёмов творческого и актёрского мастерства;</li><li>- исполнение танцевальных композиций.</li></ul>
4-й	<ul style="list-style-type: none"><li>- усвоение знаний по истории танца;</li><li>- навык поиска информации;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умение пользоваться понятийным аппаратом;</li> <li>- умение работать со схемами и описанием движений в тексте;</li> <li>- знание необходимых терминов;</li> <li>- выработка правильности и чистоты исполнения движений;</li> <li>- усвоение техники элементов и движений различных стилей и жанров;</li> <li>- усвоение учащимися приёмов актёрского мастерства;</li> <li>- умение использовать знания и навыки в постановочной работе;</li> </ul>
5-й	<ul style="list-style-type: none"> <li>- усвоение знаний по истории танца;</li> <li>- знание костюма;</li> <li>- навык поиска информации;</li> <li>- знание необходимой терминологии и понятий;</li> <li>- усвоение техники сложных элементов современного танца;</li> <li>- танцевальная импровизация на заданную музыку и заданную тему;</li> <li>- применение учащимися знаний и навыков в постановке собственных танцевальных композиций;</li> <li>- исполнение танцевальных композиций.</li> </ul>

### **Условия реализации программы.**

Для успешной реализации программы необходимы следующие средства обучения:

- необходимое количество часов;
- светлый и просторный зал;
- зеркальная стенка;
- станок;
- гимнастические коврики;
- аудиоаппаратура;
- фонотека;
- специально тренировочная одежда и обувь;
- костюмы для выступлений;
- декорация к танцам;
- методическое обеспечение.

### Формы контроля учебной деятельности.

<b>Название темы</b>	<b>Формы и виды контроля</b>
«Азбука танца». «Музыкально-ритмическая деятельность».	Текущий контроль – в форме игры, упражнений, заданий, опрос.
«История танца» «История костюма» «Танцевальная культура»	Тестовые задания, тематические викторины, эскизы и рисунки, рефератная форма, проектная деятельность.
«Партерная гимнастика» «Танцевальные элементы» «Классический экзерсис»	Открытое занятие.
«Историко-бытовой танец» «Народно-сценический танец» «Современный танец»	Открытое занятие, исполнение танцевальных композиций, концертные выступления.
«Творческая деятельность» «Актёрское мастерство»	Задания на импровизацию, упражнения, творческие постановки, диагностика
Постановочная работа.	Промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсах разного уровня.

## Воспитательная система

**Тип моей воспитательной системы:** культурно-нравственная ориентация. В основе системы – следующий комплекс приоритетных ценностей: добро, красота, культура, искусство, традиции. В данной воспитательной системе воспитание трактуется как процесс проживания и присвоения ценности культуры в специальной созданной социально-культурной среде (творческом объединение).

**Вид воспитательной системы:** воспитательная система «Созидание». В основе системы – осуществление созидательной деятельности различной направленности.

### **Вид воспитательной системы:**

<b>№</b>	<b>Основные компоненты ценностно-смыслового ядра</b>	<b>Вид воспитательной системы</b>	<b>Основные характеристики данного вида воспитательной деятельности</b>
1.	Культура	Освоение ценностей культуры	Формирование базовой культуры личности ребёнка, которая поможет ему овладеть определённым видом деятельности (танцем) и знаниями в области этой сферы. Создание социокультурной среды.
2.	Красота	Эстетическое воспитание	В танцевальном искусстве красота и совершенство формы неразрывно связаны с красотой внутреннего содержания. Воспитание у детей потребности в умение творить по законам красоты.
3.	Игра	Воспитательная система игры	Различные виды игровой деятельности.

4.	Увлечение	Воспитательная система особого уклада жизни	Создание уклада жизни, эмоционально привлекательного для воспитанников.
5.	Традиции и нравственные законы	Нравственное воспитание	Наличие традиций, ритуалов, событий, нравственных законов. Эта сторона воспитания – связана с формированием мировоззрения и с воспитанием нравственных норм.

#### **Цель воспитания.**

Воспитание полноценной, гармоничной, здоровой во всех отношениях личности.

#### **Компоненты воспитательной системы:**

- особый уклад жизни объединения (собственный свод правил поведения, ритуалов, традиций, событий), несущий в себе ценности культуры;
- годовой круг событий – праздников;
- экскурсии и посещение культурных учреждений, обеспечивающие встречу воспитанников с ценностями культуры;
- оформление помещения, задающее стиль и создающее необходимую атмосферу.

#### **Методы отслеживания прогресса в достижении воспитательных результатов:**

- результаты участия воспитанников в творческих конкурсах разного уровня городских, районных, областных и т. д.;
- тестирование изменения ценностных ориентаций;
- мониторинг воспитанности учащихся творческого объединения.

### **Список литературы для детей.**

1. Фисанович Т.М., «Танцы» - М.: ООО «Издательство Астрель» 2000 г.
2. Монахова Е.А., «Школа танцев для детей» - Санкт-Петербург: «Ленинградское издательство», 2009 г.

### **Список литературы.**

1. Ю.А. Афонькина, З.Ф. Себрукович, «Развитие художественно-творческих способностей у дошкольников на основе интеграции» – Волгоград : Учитель, 2014г.
2. В.Ю. Никитин, «Модерн-джаз танец» - М.: ВЦХТ, 2001г.
3. В.Ю. Никитин, «Модерн-джаз танец» - М.: ВЦХТ, 2002г.
4. «Приглашение к танцу», Реперт. сб. – М.: ВЦХ, 1999г.
5. Фисанович Т.М., «Танцы» - М.: ООО «Издательство Астрель», 2000 г
6. Монахова Е.А., «Школа танцев для детей» - Санкт-Петербург: «Ленинградское издательство», 2009 г.  
И.В.Ковальков, «Здоровьесберегающие технологии», М.: «ВАКО», 2004г.
7. Авторы составители: Е.Х. Афанасенко, С.А. Ключеева, К.Б.Шишова, «Детский музыкальный театр» - Волгоград: Учитель, 2009 г.
8. А.Е.Чибрикова – Луговская «Ритмика» - М.: Изд. «Дрофа» 1998 г.

<http://ru.jazz.openfun.org/wiki/Полонез> ,

[http://hnb.com.ua/articles/s-sport-entsiklopediya\\_tantsa\\_polonez-2490](http://hnb.com.ua/articles/s-sport-entsiklopediya_tantsa_polonez-2490)