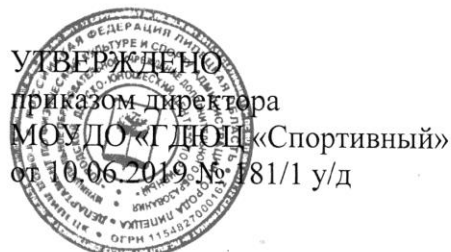


ДЕПАРТАМЕНТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЛИПЕЦКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОРОДСКОЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «СПОРТИВНЫЙ»

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
МОУДО «ГДЮЦ «Спортивный»
(протокол от 6.06.2019 года № 4)



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Мир танца»**

художественной направленности

Возраст обучающихся: 6-18 лет
Срок реализации программы: 3 года

Автор составитель:
Кулибаба Светлана Андреевна,
педагог дополнительного образования

г. Липецк, 2019

Пояснительная записка

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. Уже в наскальных рисунках, созданных несколько тысячелетий тому назад, встречаются изображения пляшущих людей.

Изменялось общество - изменялось и танцевальное искусство. 21 век принёс с собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству.

В настоящее время Танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним.

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

Актуальность и педагогическая целесообразность программы.

Направленность общеобразовательной программы «Мир танца» — художественная.

Современное образование требует активной целенаправленной работы с детьми, требует использовать новые формы и методы воспитания и обучения: воспитание личности, способной действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения, обладающей самостоятельностью при выборе видов деятельности и умеющей выразить свой замысел в творческой деятельности.

Через изучение хореографического искусства и приобщение к занятиям танцами, происходит развитие эстетического вкуса и эмоционального мира обучающихся, раскрываются такие стороны личностного потенциала как воображение, активное творческое мышление, способность рассматривать явления жизни с разных позиций, формируется определенная модель поведения, оказывается существенное положительное влияние на физическое и психическое здоровье. Характер обучающихся становится более определенным и активным, четким в действиях и настойчивым в стремлении к намеченной цели; развивается способность к сосредоточению внимания, воспитывается самообладание, дисциплина.

Благодаря танцам происходит активное общение сверстников, ведь из всех видов увлечений танец раскрывает непосредственно искренность эмоционального порыва, что очень важно при современном отчуждении людей друг от друга.

Программа "Мир танца" сочетает в себе системы развития эстетического, нравственного, эмоционального, коммуникативного потенциала личности старшеклассника.

Данная программа позволяет решить некоторые социально значимые цели развития личности:

- *раскрепощение ребенка: снятие природных зажимов, преодоление внутреннего напряжения;*

- раскрытия природных способностей, творческого потенциала ребенка и его познавательного развития путем создания условий для их реализации;
- социализация ребенка как *индивидуума в социуме, включая опыт межличностного взаимодействия*;

- реализация досуга ребенка в определенной направленности;

Цель программы - формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей посредством хореографии, оказание помощи в творческой и профессиональной ориентации, *посредством прохождения серии проектно-аналитических и игровых ситуаций.*

Задачи программы

Обучающие

- расширить знания и умения в области хореографического искусства;
- обучить навыкам выражения собственных ощущений, используя искусство хореографии;

Развивающие

- *стимулировать и развивать творческий и интеллектуальный потенциал личности через работу над проектами и различные игровые ситуации*;
- развивать чувство гармонии, чувство ритма и импровизации;
- развивать физические способности, укреплять физическое и психологическое здоровье;

Воспитательные

- воспитывать целеустремленную, волевою, активную, самостоятельную личность обучающегося;
- осуществлять профессиональную ориентацию обучающихся.

Отличительные особенности программы

В программу кроме *традиционных занятий по хореографии* включены *импровизационные занятия*, которые способствуют непринуждённому получению навыков, развивают «самость», снимают перенапряжение и утомляемость за счёт переключения на разнообразные виды деятельности. На занятиях учащиеся прослушивают мелодии, и возникшие ощущения выражают или через танцевальные движения, или через рисунок, или через художественное слово. Импровизация - один из главных элементов данного занятия.

Обучающиеся по программе

Участники программы - учащиеся *школьного возраста* (6-10 лет) творческого объединения хореографического направления.

Учащиеся должны пройти обучение в танцевальном коллективе в течение нескольких лет; иметь навык владения своим телом и правильной постановкой корпуса; знать основные правила и законы исполнения танцев; правильно и грамотно исполнять движения, комбинации.

Срок реализации программы – **3 года.**

Количество обучающихся в группе – **15-20 человек.**

Формы и режим занятий

Формы обучения

- практические занятия по хореографии;
- лекция, беседа;

- проектная работа;
- уроки актерского мастерства;
- импровизационные занятия;
- выступления и показы концертных номеров;

Режим занятий

1 год обучения 144 часа в год - 2 раза в неделю по 2 часа

2 и 3 год обучения 216 часов в год-3 раза в неделю по 2 часа

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Предметными результатами по программе «Мир танца» является - владение основами танцевального искусства, навыками выражения собственных ощущений, через искусство хореографии.

Обучающиеся приобретут знания, умения и навыки, соответствующие высокому уровню танцевального мастерства.

Дети получают большую танцевальную практику сценических выступлений.

Метапредметными результатами по программе «Мир танца» являются освоенные способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях:

- использование своего творческого и интеллектуального потенциала в различных ситуациях, *умение импровизировать*;
- умение работать над созданием танцевального проекта;
- культурно-познавательная, коммуникативная и социально-эстетическая компетентности;
- *стремление здоровому образу жизни.*

Личностными результатами являются:

- целеустремленная, волевая, активная личность обучающегося; оценка и самооценка свои возможностей;
- нацеленность на будущую профессию.

Воспитанники осознают свою роль и место в культуре вообще в современной танцевальной культуре и окружающем их социуме.

Критерии и показатели оценки учащихся

Результаты

Высокий уровень

Средний уровень

Низкий низкий

Предметные:

-Хорошо знает и умеет исполнять классический экзерсис, композиции танца модерн. Умеет применять знания на практике.

-Хорошо исполняет танцы.

-Знает и умеет исполнять классический экзерсис, композиции танца модерн. Старается применять знания на практике

-Слабо знает и исполняет классический экзерсис, композиции танца модерн. Не может применять знания на практике.

Метапредметные

-Обладает высоким техническим уровнем исполнения танцевальных композиций. Различает танцевальный стили и направления. Самостоятельно составляет этюды на основе предложенного материала, импровизировать.

-Хорошо исполняет танцевальные композиции. Пытается самостоятельно составлять этюды; импровизировать.

-Слабо исполняет танцевальные композиции. Не может самостоятельно составлять этюды. Не обладает импровизацией.

-Самостоятельно делает постановки. Может работать в коллективе. Хорошо владеет знаниями и применяет их на практике.

-Пытается самостоятельно делать постановки. Может работать в коллективе. Владеет знаниями и может применять их на практике.

-С помощью педагога делает постановки. Может работать в коллективе. Владеет знаниями, но не может применять их на практике.

Личностные

-Ориентируется на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.

-Активный участник всех смотров, фестивалей. Умеет показать свое хореографическое мастерство на концертах.

-Может ориентироваться на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.

-Активный участник смотров, фестивалей. Старается показать свое хореографическое мастерство.

-Не ориентируется на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.

-Менее активный участник концертной деятельности. Не может показать свое хореографическое мастерство.

-Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные, нравственные и гуманные качества. Имеет сформированный образ «Я».

-Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные и нравственные качества. Имеет достаточно сформированный образ «Я».

-Развит художественный вкус. Проявляет нравственные качества.

Формы контроля

За период обучения в хореографическом коллективе воспитанники получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется 2 раза в год (в декабре и мае).

В конце каждого учебного года проводится творческий отчет о работе педагога и детей. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

В конце года педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей.

Мониторинг результативности программы:

Ежегодная положительная динамика личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся.

Количество победителей танцевальных конкурсов.

Количество и качество концертов (тематических, отчетных, знаменательным датам и др.).

Количество и качество самостоятельных проектных танцевальных номеров, участвующих различных мероприятиях и концертных площадках поселка.

Программа составлена на основе нормативно-правовых документов:

- Конвенцией о правах ребёнка;
- Федеральный Закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный Закона от 04.12.2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства Sports Российской Федерации от 27.12.2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Письмо Министерства Sports Российской Федерации от 12.05.2014 года № ВМ-0410/2554 «О направлении методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации, санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования детей 2.4.4.3172-14 № 41 от 04.07.2014г.;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)
- Устав МОУДО «ГДЮЦ «Спортивный».

Календарный учебный график

Элементы учебного графика	Характеристика элемента	
Продолжительность учебного года, его начало и окончание	Этапы образовательного процесса	1 год обучения
	Начало учебного года:	1 сентября
	Окончание учебного года:	31 мая
	Сроки комплектования учебных групп	1 сентября -15 сентября
	Продолжительность учебного года	36 недель
	Число и продолжительность	2 по 45 мин.

	занятий в день	
	Каникулы осенние	1-7 ноября
	Каникулы зимние	1-9 января
	Каникулы весенние	24-31 марта
	Каникулы летние	1 июня-31 августа
Учебная неделя	Продолжительность учебной недели 7 дней 4 часа в неделю – 2 раза в неделю	
Режим работы в период летних каникул	Расписание занятий меняется: - формируются сводные группы из числа обучающихся; - организуется работа с одаренными детьми и детьми с ОВЗ; - проводятся занятия и мероприятия по специальному расписанию в форме экскурсий, спортивно-оздоровительных мероприятий; - по отдельному плану ведется работа с детьми в летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей (кружковая деятельность и массовые мероприятия); - проводится рекламная кампания по комплектованию учебных групп на новый учебный год	

Модуль 1 Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Раздел	Количество часов	В т.ч.		Форма контроля
			Теория	Практика	
	Введение	2	2	-	
	Ритмика и элементы музыкальной грамоты	12	4	8	опрос
	Танцевально-игровое творчество	18	2	16	практика
	Основы хореографии	20	2	18	тестирование
	Разогрев	24			практика
	Партерная гимнастика	28	4	24	опрос, практика
	Танцевальные этюды	32	4	28	самостоятельная работа
	Аттестация детей (2 раза в год)	4	-	4	контрольное тестирование
	Участие в массовых мероприятиях	4	-	4	выступления
	Итого	144	40	104	

Содержание учебной программы

1. Введение - 2 часа

Теория: Вводное занятие. Беседы на тему: ПДД. Ознакомление с инструкциями по технике безопасности в танцевальном зале и на территории центра. Ознакомление воспитанников с целями и задачами на предстоящий учебный год.

2. Ритмика и элементы музыкальной грамоты - 12 часов

Теория:

- жанры музыкальных произведений (танец, марш, песня):
русский танец «Барыня», П. И. Чайковский «Марш оловянных солдатиков», С. Танеев. "Колыбельная", песни современных авторов. Отличия и характерные особенности;
- характер музыкального произведения на основе произведений Э. Грига "Шествие гномов", "Утро», А. Вивальди "Времена года", М. Мусоргский. "Картинки с выставки";
- средства музыкальной выразительности:
Контрастная музыка (быстрая, медленная, веселая, грустная), музыкальный лад, ритм, темп;
- музыкально-ритмический рисунок: хлопки, выстукивания.

Практика:

- Музыкально-пространственные упражнения (маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте вокруг себя, вправо, влево; повороты на месте)
- Фигурная маршировка с перестроением (из колонны в шеренгу и обрат но; из одного круга в два; звездочка)
- танце вальные шаги: шаг на полупальцах, с носка на пятку, шаг с поднятием колена, шаг и в образах: олень, журавль, лиса, кошка, мышка, медведь, птичка;
- выделение сильной доли; - музыкально-ритмические упражнения («пружинка», боковые шаги, наклоны, упражнения с поворотом и наклоном головы, прыжки)

3. Танцевально-игровое творчество - 18 часов

Теория:

Для развития творческих способностей обучающихся, прежде всего, должны они накопить двигательный опыт, сформировать навыки и умения, а для этого нужно много двигаться, добиваться навыка исполнения. Этот этап работы можно рассматривать как интенсивный тренинг.

Практика:

Музыкальные игры

- игра «Зайцы и волк» (придумать танец Зайчик на лесной полянке)
- игра «Лягушки и Аист» (изобразить Лягушку на болоте)
- игра «Фотограф» (создать образ, заданный ведущим, останавливаясь в придуманную фигуру), «Шарик Жучку взял за ручку» игра с произношением,
- игра «ворона и воробьи» (на быстроту реакции);

- игра – хоровод «Плетень », «Ручеек», «Гусеница».

4. Основы хореографии - 20 часов

Теория:

Основные сведения о классическом танце. Классический танец –основа балетного спектакля. Постановка корпуса, ног, рук, правила азбуки классического танца.

Практика:

Постановка корпуса включает в себя общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса;

- знакомство с позициями ног и рук (позиции ног –I,II, III,VI;
- позиция рук – подготовительная, первая, в то рая, третья ;
- положение рук за платье у девочек;
- полуприседания (деми–плие) – по 1 позиции;
- подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в I; IV позициях;
- ориентирование сценической площадке: точки зала (по методике А.Я.Вагановой).

5. Партерная гимнастика - 28 часов

Теория:

Цель партерной гимнастики – выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса. Для этого дети, лежа на полу поочередно напрягают или двигают какой-либо частью тела, сохраняя неподвижность других. Выполнение базовых упражнений на полу. Знакомство с понятием «Танцевальный шаг». Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика:

- упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава;
- сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы;
- упражнения для растягивания ахилового сухожилия: «Чемоданчик»;
- упражнения для развития паховой выворотности: «Бабочка», «Гармошка»;

Комплекс упражнений лёжа на спине: - упражнения на пресс: поднятие ног, « велосипед»;

Комплекс упражнений лёжа на животе:

- упражнения для развития гибкости: «Окошечко», «Змейка», «корзинка»;

Комплекс упражнений для растягивания мышц ног

- «Чемоданчик» в парах, «Бабочка» в парах, полушпагат, шпагат.

6. Танцевальные этюды - 32 часа

Теория:

Постановка танцевальных композиций на основе выученного материала. (Изучение ритмических этюдов и сценических танцев может варьироваться по усмотрению педагога и зависит от подготовленности воспитанников).

Практика:

Танцевальный этюд «Маленькая полька»

Описание. Участники разделены на тройки; по краям - девочки, в центре - мальчики. Девочки придерживают руками юбочки, свободные руки соединяют за спиной мальчика, а мальчик кладёт руки на талию девочек.

Фигура 1

Такт 1. Выставить на носок правую ногу, затем приставить к левой ноге.

Такт 2. Выставить на носок левую ногу, затем приставить к правой ноге.

Такт 3-4 . Два шага польки по кругу, начиная с правой ноги.

Такт 5-8 . Повторить движение тактов 1--4 .

Такт 9-12. Из троек образовать маленькие кружочки, выполнить шесть движений бокового галопа вправо (против часовой стрелки) и перейти на Такт 12 (правой, левой, правой ногой).

Такт 13-16 выполнить шесть движений бокового галопа по маленьким кружочкам и притоп на такте 16.

Фигура 2 (музыка повторяется с начала).

Такт 1--2 . Танцоры перестраиваются; встают друг за другом в тройках лицом к центру круга, положив руки друг другу на плечи (у ведущего руки на поясе)

Выполняют движения тактов 1--2 к центру круга.

Такт 3--4 . Два шага польки по направлению к центру круга.

Такт 5--6 . Быстро поворачиваются в тройках спиной к центру круга через правое плечо, снова положив руки друг другу на плечи (меняется ведущий) и выставляют ноги на носок .

Такт 7--8 . Выполняют два шага польки по направлению от центра круга.

Такт 9--12 . В маленьких кружочках выполняют шесть галопа вправо и притоп.

Такт 13--16 . Движение бокового галопа по кружочкам влево и притоп.

Модуль 2

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Раздел	Количество часов	В т.ч.		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Введение.	2	2	4	
2	Ритмика и музыкальная грамота.	8	40	48	
3	Азбука классического танца.	6	48	54	анализ
4	Музыкально-ритмические игры	6	48	54	
5	Постановки, репетиции, концертная деятельность.	2	52	54	тестирование
6	Итоговое занятие.		2	2	обсуждение
7	Итого:	24	192	216	

Содержание программного материала

I. Введение – 4ч.

Теория: Вводное занятие. Знакомство с инструкциями по ТБ, ППБ, ПДД, правилами поведения в учреждении. Основы современного танцевального искусства.

II. Ритмика и музыкальная грамота - 48ч

Теория: Изучение комплекса упражнений, построенных на основе взаимосвязи движений и музыки. Восприятие и понимание основ танца и движения.

Практика: Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы. Музыкальный размер. Сильная доля. Музыкальное прослушивание для создания ритмического и танцевального образа. Слушание музыки и определение ее характера. Ходьба разного характера. Правила и логика построений из одних рисунков в другие. Танцевальные шаги в образах. Значение музыки в хореографическом искусстве. Беседы об искусстве. Идея добра и зла, персонажи – носители идей спектаклей. Прослушивание музыкальных произведений.

Упражнения, развивающие музыкальное чувство:

1.Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу).

2.Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.

3.Pas польки.

4.Галоп.

5.Ритмический бег.

6.Подскоки.

III. Азбука классического танца – 54ч.

Теория: Классический танец. Основы классического танца. Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Правила постановки тела, понятия: «опорная нога», «работающая нога», «вытягивание пальцев ноги». Правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

Практика: Экзерсиз у станка

1. Plie по всем позициям - Plie разогревает связки ног для нагрузок

2. Battements tendus- Battements tendus и Battements tendus jetes вырабатывает силу ног, развивает стопу

3. Ronds de jambe par terre (в конце комбинации port de bras)- Ronds de jambe par terre развивает вращательную способность тазобедренного сустава

4. Battements fondus- Battements fondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка

5. Battements fondus - Battements fondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка

6. Battements frappes и doubles frappes - Battements frappes и doubles frappes приучает мышцы действовать быстро и четко, контрастно (стакатто)

7. Petits battement sur le coup-de-pied (можно сочетать с вращениями у станка) - Petits battement sur le coup-de-pied развивает стопу, улучшает общую координацию, точку баланса

8. Rondsdejambeenl'air - Rondsdejambeenl'air разрабатывает подвижность коленного сустава.

IV. Музыкально-ритмические игры-54ч.

Теория: Влияние музыкально-ритмических игр на воспитание творческой, всесторонне развитой личности, приобщение ребенка к миру прекрасного, воспитание художественного вкуса.

Практика: 1) «Музыкальная шкатулка»

Описание: дети стоят спиной в круг, в центре круга – один из детей, у которого в руках музыкальный инструмент. По указанию преподавателя он начинает играть на инструменте, а остальные дети слушают его. Затем определяют, что за инструмент прозвучал. Кто угадал, становится в круг, преподаватель дает ему новый инструмент и игра продолжается заново.

Игра развивает: музыкальный слух, чувство ритма, быстроту мышления.

2) «Самолетики - вертолетики»

Описание: дети делятся на две команды с одноименными игре названиями. Каждой команде определяется свой музыкальный фрагмент, и когда музыка той или иной команды звучит, они начинают хаотично двигаться по залу и по окончании должны вернуться на исходное место и выполнить задания преподавателя. Например, прыжки на месте, полуприседания, исполнить хлопки или притопы. Если звучит музыка другой команды, то команда, чья музыка не звучит, стоит на месте (на «аэродроме»).

Игра развивает: умение владеть танцевальной площадкой, быстроту движений, реакцию, музыкальный слух, память.

3) «Мыши и мышеловка»

Описание: дети становятся в один общий круг, держась за руки. Далее по команде преподавателя они производят расчет на «первый», «второй» (для определения, кто будет являться «мышками», а кто – «мышеловкой»). Далее все участники, являющиеся «первыми», делают шаг в круг и смыкают его, взяв друг друга за руки, образуя замкнутую «мышеловку». А «вторые», то есть «мышки» становятся за пределы «мышеловки». Звучит музыка. На вступление «мыши» еще не двигаются и только потом, когда зазвучит основная мелодия, «мыши» пробегают посередине «мышеловки» и проскакивают в воротца, которые образуют игроки «мышеловки», подняв сцепленные руки вверх. Как только музыка обрывается, игроки «мышеловки» опускают руки. Оставшиеся «мышки» внутри, считаются пойманными. Они становятся в общий круг, присоединяясь к «мышеловке». Игра продолжается. Можно провести игру 3-4 раза. А затем поменять игроков местами. «Вторые» становятся «мышеловкой», а «первые» - «мышками».

Игра развивает: координацию движений, умение ориентироваться в пространстве, формировать рисунок танца – круг, коллективную работу, музыкальность.

4) «Подружимся – поссоримся»

Описание: дети стоят лицом в круг на расстояние вытянутой руки. Под музыкальное сопровождение первый обучающийся протягивает правую руку второму обучающемуся. Второй кладет левую руку в «замок» и протягивает

правую руку третьему обучающемуся. И так по очереди все обучающиеся образуют круг. Затем вместе машут руками, не отпуская рук до конца музыкальной фразы. На начало новой музыкальной части первый обучающийся закрывает правую руку на пояс, потом второй обучающийся закрывает сначала левую руку, затем правую руку. И схема продолжается пока все дети не закроют руки на пояс. До конца музыкальной фразы танцуют корпусом вправо – влево, держа руки на поясе.

В зависимости от музыкального сопровождения работа рук может быть в различных темпах (на такт, на разные доли такта и т. д). По аналогии может быть игра « Каблучок». Нога открывается на каблук, затем закрывается с притопом в исходную позицию.

Игра развивает: чувство ритма, реакцию, координацию движений. Знакомит на практике с основами музыкальной грамоты.

V. Постановки, репетиции, концертная деятельность-54ч
Теория: Постановка номеров. Массовые и сольные композиции. Процесс создания хореографического произведения. Демонстрация движений, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.

Практика:

Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Оработка и детальный разбор номера. Работа над эмоциональной передачей. Работа над синхронностью исполнения танца. Оработка всего номера. Разминка на середине зала начинается с разогрева стоп: - танцевальный шаг с носочка по кругу, затем переходим на пяточки; - ставим ноги на ребро стопы, внешняя часть стопы, и медленно делаешь перекал на внутреннюю часть стопы (эти упражнения помогают предупредить деформацию стоп – плоскостопие). Каждое движение выполняем в размере круга, продолжаем разминку: - выполняем движение «ножницы», ноги поднимаются в подскоке перед собой вверх на 30-45%; - затем переходим на бег по кругу с высоким подниманием голени ног вперед; - «русский бег», сгибаем ноги поочередно назад в подскоке; - выполняем шаги на полупальцах поочередно, переходя на пятки; - восстанавливаем дыхание: шаг по кругу с подниманием рук на вдохе и опускание на выдохе.

VI. Итоговое занятие -2ч.

Теория: Аттестация воспитанников (декабрь, май).

Формирование двигательного аппарата, укрепление здоровья. Развитие и повышение уровня танцевальной техники.

Практика: Показательные выступления (выступление на мероприятиях различного уровня).

К концу второго года обучения обучающиеся должны **знать:**

- названия основных поз классического экзерсиса,
- значение слов ритм, акцент, темп.

уметь:

- грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических

постановок,

- определять характер, темп, ритм в предлагаемой мелодии
- самостоятельно придумывать движения, фигуры танца.

• Модуль 3

• Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Раздел	Количество часов	В т.ч.		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Введение	2	1	3	
2	Ритмика и музыкальная грамота	4	20	24	
3	Разминка	2	47	49	
4	Музыкально-ритмические игры	2	32	34	обсуждение
5	Постановки, репетиции, концертная деятельность	-	62	62	
6	Классический танец	2	8	10	анализ
	Особенности спортивных танцев	1	1	2	
	Трюковые занятия	4	26	30	наблюдение
	Итоговое занятие	-	2	2	Контроль выполнения
	Итого:	17	199	216	

Содержание учебной программы:

1. Введение – 3ч.

Теория: Вводное занятие. Знакомство с инструкциями по ТБ, ППБ, ПДД, правилами поведения в учреждении. Игра «Урок дорожной азбуки». Знакомство с целями и задачами объединения. Перспективы и требования. Выбор родительского комитета. Обсуждение и решение проблем: оформление и оборудование кабинета, подготовка костюмов.

2. Ритмика и музыкальная грамота – 24ч

Теория: Восприятие и понимание основ танца и движения. Слушание музыки и определение ее характера. Значение музыки в хореографическом искусстве. Беседы об искусстве. Идея добра и зла, персонажи – носители идей спектаклей. Прослушивание музыкальных произведений.

Практика: Изучение комплекса упражнений, построенных на основе взаимосвязи движений и музыки. Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы. Музыкальный размер. Сильная доля. Музыкальное прослушивание для создания ритмического и танцевального образа. Ходьба разного характера. Правила и логика построений из одних рисунков в другие. Танцевальные шаги в образах.

Упражнения, развивающие музыкальное чувство:

1.Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу).

2. Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.
3. Рас полки.
4. Галоп.
5. Ритмический бег.
6. Подскоки.

3. Разминка – 49ч.

Теория: Разминка, подготовка к спортивной тренировке или растяжке.

Практика:

1. Ножки на ширине плеч, ручки на талии. Голова поочередно наклоняется влево, вправо, вперед, назад.
2. Голова ребенка как бы рисует полукруг от левого плеча к правому и от правого к левому.
3. Ножки на ширине плеч, руки параллельно полу. «Рисовать» круги руками сначала вперед, потом назад. Можно изобразить мельницу: одна рука по кругу вниз, вторая по кругу вниз. Одна рука по кругу вверх, вторая рука по кругу вверх.
4. Ножки на ширине плеч, ручки на талии. Ребенок делает повороты туловища вправо и влево.
5. То же исходное положение. Наклоны поочередно влево и вправо, вперед и назад.
6. Исходное положение все такое же. Поочередно поднимать согнутые в коленке ноги.
7. Из этого же исходного положения совершать махи ровными ногами: правой ногой вправо, левой — влево.
8. Последнее, завершающее упражнение. Ноги на ширине плеч, руки подняты над головой. Вдох. Руки опускаем, наклонившись вперед всем туловищем. Выдох. Так несколько раз, пока дыхание нормализуется.

4. Музыкально-ритмические игры- 34ч.

Теория: Влияние музыкально-ритмических игр на воспитание творческой, всесторонне развитой личности, приобщение ребенка к миру прекрасного, воспитание художественного вкуса.

«Добрая волшебница»

Прослушивание вариации феи Сирени из балета П. И. Чайковского «Спящая красавица». Движение под музыку, попытка создания соответствующего пластического образа («открытый» корпус, движения свободные, мягкие, даже воздушные). Чтобы дети лучше представляли добрую фею, обсуждение с ними ее характера, какое волшебство она может совершить, во что она одета, о ее светлом лице, излучающее доброту и любовь. Все, к чему она ласково и бережно прикасается, расцветает, оживает, преобразуется, радуется жизни. В борьбе со злом фея проявляет твердость, и тогда в ее движениях чувствуется властная сила. Затем возвращение к упражнению. Попытка найти дополнительные выразительные средства, чтобы выразить это содержание.

Практика: Игра «Тик-так»

Участники игры встают в круг, по считалке выбирают кошку и мышку. Мышка

становится в центре круга, а кошка выходит из круга, дети в кругу держатся за руки.

Кошка: Тук-тук!

Дети: Кто там?

Кошка: Это я, Кошка!

Дети: Что тебе нужно?

Кошка: Мышку повидать!

Дети: Во сколько часов?

Кошка: В (от 1 до 12) часов!

Дети поворачиваются по/против линии танца, ритмично топают, приговаривая:

-Один час, тик-так!

-Два часа, тик-так! и т.д., на цифре, названной Кошкой, дети останавливаются и поднимают руки. Кошка забегает в «норку» и догоняет Мышку.

5. Постановки, репетиции, концертная деятельность -64ч.

Теория: Постановка номеров. Массовые и сольные композиции. Процесс создания хореографического произведения. Демонстрация движений, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.

Практика: Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Оработка и детальный разбор номера. Работа над эмоциональной передачей. Работа над синхронностью исполнения танца. Оработка всего номера. Разминка, разогрев стоп: - танцевальный шаг с носочка по кругу, затем переход на пяточки; с ребра стопы на внешнюю часть стопы, и медленный перекат на внутреннюю часть стопы (эти упражнения помогают предупредить деформацию стоп – плоскостопие). Выполнение движений в размере круга, продолжение разминки: - выполнение движения «ножницы», ноги поднимаются в подскоке перед собой вверх на 30-45%; - затем переход на бег по кругу с высоким подниманием голени ног вперед; - «русский бег», сгибание ноги поочередно назад в подскоке; - выполнение шага на полупальцах поочередно, переходя на пятки; - восстановление дыхания: шаг по кругу с подниманием рук на вдохе и опускание – на выдохе.

6. Классический танец – 10ч.

Теория: Классический танец. Основы классического танца. Правила постановки тела, понятия: «опорная нога», «работающая нога», «вытягивание пальцев ноги».

Практика: Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча. Экзерсиз у станка

1.Plie по всем позициям - Plie разогревает связки ног для нагрузок

2.Battements tendus- Battements tendusi Battements tendusjetesвырабатываетсилуног, развиваетстопу

3.Ronds de jambe par terre (вконцекомбинации port de bras)- Ronds de jambe par terre развивает вращательную способность тазобедренного сустава

4.Battements fondus- Battements fondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка

5.Battements fondus - Battements fondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка

6.Battements frappes и doubles frappes - Battements frappes и doubles frappes приучает мышцы действовать быстро и четко, контрастно (стакатто)

7.Petits battement sur le coup-de-pied (можно сочетать с вращениями у станка) - Petits battement sur le coup-de-pied развивает стопу, улучшает общую координацию, точку баланса

8.Ronds de jambe en l'air - Ronds de jambe en l'air разрабатывает подвижность коленного сустава

7. Особенности спортивных танцев -2ч.

Теория: Парные танцы. Бальные танцы, их происхождение.

Практика: “Изоляция”

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Исполнение движения вперед- назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

2.Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.

3.Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.

4. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, lelly roll.

5.Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.

6.Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

8. Трюковые занятия. -30ч.

Теория: Трюк - технический приём. Подготовка трюка, успешное выполнение.

Практика: Колесо - техника выполнения, боковая стойка, боковой наклон. Поочередный подъем ног, с опорой на одну руку, перемещение веса тела на противоположную сторону. Поочередность выполнения упражнения, возвращение в исходное положение.

Кульбиты - техника выполнения. Кульбит из положения стоя. Совершение переката через голову с касанием подбородка груди, коленей-плеча.

Мостик - техника выполнения: с помощью гимнастического шара, с опорой у стены.

Итоговое занятие -2ч.

Теория: Аттестация воспитанников (декабрь, май).

Формирование двигательного аппарата, укрепление здоровья. Развитие и повышение уровня танцевальной техники.

Практика: Показательные выступления (выступление на мероприятиях различного уровня).

Концертная деятельность – участие в мероприятиях учреждения.

Развитие актерских способностей, воспитание волевых качеств

По окончании третьего года обучения обучающиеся должны

знать:

- новые направления, виды хореографии и музыки,
- классические термины,
- жанры музыкальных произведений.

уметь:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции,
- контролировать и координировать своё тело,
- чувствовать музыку.

Материально-техническое обеспечение

В ходе работы танцевального коллектива в течение учебного года используется зал, оборудованный зеркалами, хореографическим станком.

Средства обучения	Кол-во единиц на группу	Степень использования в %
Гимнастический коврик	10шт.	100%
Муз.центр	1шт.	100%

Кадровое обеспечение. Руководитель кружка – педагог дополнительного образования, который имеет высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Организация образовательного процесса по индивидуальному учебному плану

1. Индивидуальный учебный план разрабатывается для отдельного обучающегося или группы обучающихся на этапе обучения на основе учебного плана МОУДО «ГДЮЦ «Спортивный» (далее - Учреждение).

Основаниями для объединения обучающихся в учебные группы являются совпадения их выбора по содержанию, месту, срокам и другим условиям изучения дополнительной общеразвивающей программы.

2. При построении индивидуального учебного плана может использоваться модульный принцип, предусматривающий различные варианты сочетания учебных предметов, иных комплексов, входящих в учебный план Учреждения.

3. Индивидуальный учебный план составляется на один учебный год, либо на иной срок, указанный в заявлении обучающегося или его родителей (законных представителей) об обучении по индивидуальному учебному плану.

4. При реализации дополнительных общеразвивающих программ в соответствии с индивидуальным учебным планом, могут использоваться различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

5. Обучение по индивидуальному учебному плану может быть организовано в рамках сетевой формы реализации образовательных программ. В реализации образовательных программ с использованием сетевой формы наряду с организациями, осуществляющими образовательную деятельность, также могут участвовать организации физкультурно-спортивной направленности обладающие ресурсами, необходимыми для осуществления обучения, проведения практических занятий и осуществления иных видов учебной деятельности, предусмотренных соответствующей дополнительной образовательной программой.

6. Индивидуальные учебные планы разрабатываются в соответствии со спецификой и возможностями Учреждения.

7. Обучающиеся обязаны выполнять индивидуальный учебный план, в том числе посещать предусмотренные индивидуальным планом учебные занятия.

Порядок перевода обучающихся на обучение по индивидуальному учебному плану

1. Ознакомление родителей (законных представителей) детей с настоящим Положением, в том числе через информационные системы общего пользования, осуществляется при приеме детей в Учреждение.

2. Перевод на обучение по индивидуальному учебному плану осуществляется:

- обучающихся от 6 до 15 лет по заявлению родителей (законных представителей) обучающегося;
- обучающихся 16-18 лет по заявлению обучающегося.

3. В заявлении должен быть указан срок, на который обучающемуся предоставляется индивидуальный учебный план, а также могут содержаться пожелания обучающегося или его родителей (законных представителей) по индивидуализации содержания дополнительной общеразвивающей программы.

4. Заявление о переводе на обучение по индивидуальному учебному плану принимаются до 15 мая.

5. Перевод на обучение по индивидуальному учебному плану оформляется приказом директора Учреждения.

Порядок формирования индивидуального учебного плана

1. Индивидуальные учебные планы по дополнительной общеразвивающей программе разрабатываются педагогическими работниками Учреждения с участием обучающихся и их родителей (законных представителей).

Учебно-методическое обеспечение.

Для эффективного и качественного обучения по программе «Мир танца» применяются следующие методы:

- *метод формирования* детского коллектива и диагностики межличностных отношений в коллективе;

- *методика организации воспитательной работы.*

Занятия детей в хореографическом коллективе являются прекрасным средством их воспитания, так как: занятия организуют и воспитывают детей, расширяют их художественно-эстетический кругозор, приучают к аккуратности, подтянутости. Воспитание должно проходить так, чтобы ребенок чувствовал себя искателем и открывателем знаний. Только при этом условии однообразная, утомительная, напряженная работа окрашивается радостными чувствами.

- *метод практического обучения*, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. В основе лежит следующий способ организации занятия: словесный, наглядный, практический;

- *метод использования слова.* С его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, танцевальной терминологии, исторические справки;

- *метод слушания музыки*, где происходит переживание интонаций в образных представлениях, дается характеристика музыкальных произведений;

- *метод наглядного восприятия*, который способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы. Используются видео с выступлениями известных танцевальных коллективов, балетных спектаклей, фото выдающихся деятелей культуры и искусства;

Широко используется *игровой метод* обучения с учетом возраста детей (6-10 лет). Наряду с тренировочными движениями, включаются изобразительные и выразительные, близкие детям и способные настроить их на исполнительскую деятельность. Движения сравниваются с движениями животных, птиц, сказочных персонажей.

Материально-техническое обеспечение.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения, к нему относится:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи.

Список литературы.

1. Балетмейстер и коллектив: учебное пособие.-3-е изд. / Л.В. Бухвостова, Н.И. Заикин, С.А. Щекотихина- Орел: ООО «Горизонт», 2014.-250 с
2. Методика преподавания движений русского танца: учебное пособие для бакалавров/ И.В. Степанченко. – Орел: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2014.-210с.
3. Русский народный танец/ Орел: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2014. Ч.1 Хороводы/ Н.И. Заикин, Н.А. Заикина. – 95 с., илл.

4. Русский народный танец/ Орел: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2014 Ч.4: Танцевальное искусство Свердловской области/ Н.И. Заикин, Т.В. Шашкова. – 119с., илл.