

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
Центр детского творчества пгт. Верхние Серги

Утверждено
Приказом директора
МАУ ДО ЦДТ пгт. Верхние Серги
№ 3109 от «06» 09 2019г.
Е.В.Каргапольцева



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Хореография»

для детей 7 – 17 лет
срок реализации программы: 7 лет

Составитель: Давыдова Татьяна Борисовна
педагог дополнительного образования

Верхние Серги
2019 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Обоснование необходимости разработки и внедрения предлагаемой программы в образовательный процесс

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают

жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому **главная задача педагога** – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Данная образовательная программа по хореографии (без специального отбора учащихся, в отличие от специализированных учреждений) рассчитана на 6 лет и предполагает проведение занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году воспитанники овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

1.2.Цели и задачи программы

Цель программы – создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи программы:

- сформировать интерес к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;
- научить учащихся уметь слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- преподавать азбуку классического танца;
- укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;
- совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость.

1.3.Возраст детей, возрастные и психологические особенности

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе детей: психология и физиология 7-летнего ребенка отличается от возможностей 8-9-летнего школьника, тем более, подростка

14-15 лет. Различаются также физические способности учащихся, танцевавших ранее и не имевших хореографической подготовки.

Особенность набора детей в хореографический коллектив состоит в том, что прийти туда может ребенок и подросток с разным уровнем подготовки.

Учебная программа рассчитана на 7 лет обучения, включая подготовительный год.

Содержание программы выстроено по кольцеобразной схеме, по годам обучения, взаимосвязанным между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего.

Курс обучения соответствует схеме:

1 год обучения: 7 лет (1 класс), продолжительность занятий 45 минут.

2 год обучения: 8-9 лет (2-3 класс), продолжительность занятий 45 минут.

3 год обучения: 10-11 лет (4-5 класс), продолжительность занятий 45 минут.

4 год обучения: 12-13 лет (6-7 класс), продолжительность занятий 45 минут.

5 год обучения: 14-15 лет (8-9 класс), продолжительность занятий 45 минут.

6 год обучения: 14-15 лет (9-10 класс), продолжительность занятий 45 минут.

7 год обучения: 15-17 лет (10-11 класс), продолжительность занятий 45 минут.

Практика работы с детьми показала, что иногда возрастные границы условны: если ребенок не соответствует уровню исполнительских навыков, но по возрасту должен заниматься в определенной группе, то существует два варианта включения его в коллектив. Первый, когда с согласия родителей ребенок переходит в группу на ступень ниже. Второй, чаще применяемый на практике, когда с ребенком проводятся индивидуальные занятия с целью приобретения навыков начального курса.

1.4. Тип программы

Программа является составительской. При составлении программы опиралась на:

1. В.П. Жукова «Хореографическое развитие ребёнка» (Образовательная программа), г. Екатеринбург, 1996 г.
2. О.В. Труль «Образовательная модифицированная программа коллектива пластического танца «Модерн»», г. Санкт-Петербург, 2006 г.
3. Котляр Н.Н. «Учебный курс «Ритмика»», г. Тюмень, 2001 г.
4. Васильева Т.К. «Секрет танца» Санкт-Петербург, 1997 г.
5. Белкин А.С. «Основы возрастной педагогики», г. Екатеринбург, 1999 г.

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

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

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Актуальность

Программа обеспечивает реализацию социального заказа общества по формированию высоконравственной, духовно-богатой личности.

Прогностичность

Реализация данной программы создаёт условия для координации усилий семьи и образовательного учреждения в развитии творческой личности ребёнка, способного адаптироваться в социуме.

Рациональность

Программа позволяет получить максимально полезный результат в развитии художественно-эстетического вкуса.

Реалистичность

Цель программы соответствует предлагаемым средствам для её достижения.

Контролируемость

Диагностика эффективности реализации образовательной программы позволяет выявить динамику развития творческих способностей ребёнка.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Название раздела	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение	1		1
2.	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	4	10	14
3.	Азбука музыкального движения	2	9	11
4.	Азбука классического танца	2	9	11
5.	Музыкальные игры, задания, этюды на воображение	2	9	11
6.	Пластические движения, специальные упражнения на полу	4	9	13
7.	Постановочная работа	2	9	11
	Итого:	17	55	72

Второй год обучения

№	Название раздела	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение	1		1
2.	Азбука музыкального движения	5		5
3.	Элементы классического танца	2	10	12
4.	Элементы народно-сценического танца	2	10	12
5.	Основы пластики	2	16	18
6.	Музыкальные игры, задания, этюды на воображение	1	6	7
7.	Постановочная работа	1	16	17
	Итого:	14	58	72

Третий год обучения

№	Название раздела	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение	1		1
2.	Азбука музыкального движения	5		5
3.	Элементы классического танца	9	23	32
4.	Элементы народного танца	9	23	32
5.	Элементы современного танца	9	23	32
6.	Основы пластики	5	15	22
7.	Постановочная работа	7	15	20
	Итого:	45	99	144

Четвёртый год обучения

№	Название раздела	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение	1		1
2.	Элементы классического танца	9	16	25
3.	Элементы народного танца	9	16	25
4.	Элементы современного танца	9	16	25
5.	Элементы джаз-танца	9	16	25
6.	Основы пластики	5	18	23
7.	Постановочная работа	5	15	20
	Итого:	47	97	144

Пятый год обучения

№	Название раздела	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение	1		1
2.	Элементы классического танца	9	12	21
3.	Элементы народного танца	9	12	21
4.	Элементы современного танца	9	12	21
5.	Элементы джаз-танца	9	11	20
6.	Основы пластики	5	15	20
7.	Постановочная работа	5	17	22
8.	Этюдная работа	5	13	18
	Итого:	52	92	144

Шестой год обучения

№	Название раздела	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение	1		1
2.	Элементы классического танца	9	12	21

3.	Элементы народного танца	9	12	21
4.	Элементы современного танца	9	12	21
5.	Элементы джаз-танца	9	11	21
6.	Основы пластики	5	15	21
7.	Постановочная работа	5	17	22
8.	Этюдная работа	5	13	18
	Итого:	52	92	144

Седьмой год обучения

№	Название раздела	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение	1		1
2.	Элементы классического танца	8	13	21
3.	Элементы народного танца	8	13	21
4.	Элементы современного танца	8	13	21
5.	Элементы джаз-танца	8	13	21
6.	Основы пластики	4	16	21
7.	Постановочная работа	5	16	22
8.	Этюдная работа	4	14	18
	Итого:	46	98	144

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Основные разделы программы

- «Ритмика, элементы музыкальной грамотности» – воспитанники включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие детей.
- «Азбука классического танца» – теория классического танца,

- «Основы пластики» – плавные и “текучие” движения тела, помогающие сильнее и глубже переживать создаваемые пластические образы,

- «Элементы классического танца» - знакомство и освоение движений классических танцев,

- «Элементы народного танца» - знакомство и освоение движений танцев народов мира,

- «Элементы современного танца» - знакомство и освоение движений современного танца,

- «Элементы джаз-танца» - знакомство и освоение джазовых движений ,

- «Танцевальные этюды» – способствуют развитию танцевальности, эмоциональности,

- «Импровизация» – создание собственных танцевальных композиций.

- «Постановочная работа» – знакомство с композицией танца.

В курсе обучения хореографии применяются традиционные **методы обучения**: использования слов (беседа, рассказ, анализ музыкального или художественного произведения), наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со

звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот *метод целостного освоения* упражнений, метод обучения (путём) *ступенчатый и игровой метод*.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Формы организации деятельности учащихся

Используются групповая и индивидуальная форма, а также работа с частью коллектива.

Формы проведения занятий.

- учебное занятие;
- открытое занятие;
- беседа;
- игра;
- экскурсия;
- музыкальное соревнование;
- занятие-праздник.

Содержание программы

1 год обучения

Введение

Техника безопасности. Содержание и форма занятий. Внешний вид воспитанников. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «обучающийся - педагог» и отношения между детьми. Подготовка класса для занятий и их режим.

Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: веселая, грустная, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии. Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритм музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

Упражнения, развивающие музыкальные чувства:

1. Марш «танцевальный шаг» (исполняется со сменой размеров и темпов).
2. Шаг на полупальцах с высоким подъемом колена.
3. Бег на полупальцах с высоким подъемом колена вперед, подскоки.
4. Повороты головы, наклоны головы.
5. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону.
6. Постановка корпуса.
7. Основные положения ног: свободная и IV позиция.
8. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе.
9. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом).
10. Упражнения со скакалкой, платочком, лентой.
11. Построения и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений.
12. Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе.
13. Растяжки на полу.
14. Упражнения для гибкости спины.

III. Азбука музыкального движения

- Различие правой, левой, ноги, руки, плеча;
- Выполнение простейших танцевальных ходов в соответствии с музыкальным ритмом, перестроение в геометрические (танцевальные) фигуры для свободной ориентировки детей в пространстве.

IV. Азбука классического танца

Экзерсис у станка

1. Позиция ног – I, II, III, VI
2. Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад на 2 т. 4/4; затем 1 т. 4/4.
3. Demi – plié в I и II позиции.
4. Battements tendus jete I позиции по 1 т. 4/4.
5. Relive по I и II позиции.

Экзерсис на середине зала

1. Постановка корпуса.
2. I – port de bras.
3. Выученные у станка элементы переносятся на середину зала.

Allegro

1. Pas sauté по VI и I позиции.

V. Музыкальные игры, задания, этюды на воображение

1. «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления.
2. «Веселые лошадки» – бег с подъемом коленей.
3. Партерный экзерсис – соединение элементов.
4. «Со скакалкой мы – подруги».
5. «Снежинки» – импровизация.
6. «Голуби» – этюд на построение и перестроение.
7. «Синеглазка» – соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук.
8. «Лыжники» – импровизация.
9. «Весеннее настроение».

VI. Пластические движения, специальные упражнения на полу

Упражнения на полу (партер), подготавливающие двигательный аппарат к дальнейшей деятельности. Задачи упражнений на полу достаточно многообразны. Очень полезны упражнения на растяжку, которые

вырабатывают выворотность, но их необходимо выполнять медленно. Соответствующие упражнения подготовят мышцы, связки, суставы к более энергичным действиям. Упражнения на передвижение в пространстве предоставляют обучающимся получить возможность на практике развить свою танцевальность и способность совершенствовать элементы гимнастики.

VII. Постановочная работа

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

Репетиция:

- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой танца;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

Форма работы:

- групповая;
- подгрупповая.

Концертная деятельность:

- участие в праздниках;
- выступления на фестивалях и конкурсах.

2 год обучения

I. Введение

Техника безопасности. Задачи этого года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Обсуждение и решение проблем подготовки костюмов, организации отдыха на каникулах.

II. Азбука музыкального движения

Раздел «Азбука музыкального движения» включает выполнение простейших танцевальных ходов в соответствии с музыкальным ритмом, перестроение в геометрические (танцевальные) фигуры для свободной ориентировки детей в пространстве. 1. Упражнения на ориентировку в пространстве:

- Повороты вправо и влево;
- Построение в колонну по одному, по два в пары;
- Перестроение из колонны в шеренгу и обратно;
- Круг, сужение и расширение круга;
- “воротца”, “змейка”, “спираль”;
- Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.

Элементы классического танца

Экзерсис у станка

1. Позиции ног.
2. Demi plie по позициям.
3. Battements tendus:
 - с demi plie в I позиции в сторону, вперед, назад;
 - с V позиции,
 - с опусканием пятки во II позицию;
 - с demi plie во II позицию без перехода с опорной ноги.
4. Passe par terre (проведение ног вперед и назад через I позицию).
5. Понятие направлений en dehors et en dedans.
6. Demi raud de jambe par terre en dehors et en dedans.
7. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
8. Battements tendus jetes:
 - с I и V позиций в сторону, вперед, назад;
 - pigues в сторону, вперед, назад.
9. Положение ноги sur le sou-pied вперед и назад (обхватное, для battements frappes).
10. Battements frappes в сторону, вперед, назад. Вначале носком в пол, позднее – на 45 градусов.

11. Releves на полупальцах в I, II и V позициях, с вытянутых ног и с demi-plie.

12. Battements – tendus plie – soutenus – вперед, в сторону, назад.

13. Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

14. Положение ноги sur le cou-de-pied («условное» для battements fondus).

15. Battements fondu в сторону, вперед, назад, носком в пол, позднее – на 45 градусов.

16. Grand plie в I, II, V, VI позициях.

17. Battements reties (поднимание ноги из V позиции в положение sur le cou-de-pied и passe и возвращение в V позицию).

18. Battement developpes вперед, в сторону, назад.

19. Grand battements jetes с I и V позиция – вперед, в сторону, назад.

20. Перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

Экзерсис на середине зала

Изученные у станка элементы выносятся на середину зала и исполняются в том же порядке.

1. I; II; III – port de bras.

2. Pas польки.

3. Temps lie par terre вперед, назад.

IV. Элементы народно-сценического танца

Особенности предмета “народно-сценический танец” в организации и методическом осмыслении самых разнообразных элементов народных танцев и в их использовании в формировании исполнителей при обучении. Этот предмет раскрывает широкие возможности и для освоения техники и для эмоционального развития актёрских данных, и широко образовывает, знакомя с национальной культурой народов мира.

Упражнения на занятиях проводятся в стиле и характере определённого народного танца: русского (русский переменный шаг, тройной, припадания, моталочка, ковырялочка; украинского (бегунец, голубец, галоп), венгерского (ключ, двойной голубец); таджикского (плавные движения рук); испанского (дробь).

Всё это с самого начала приучает детей выполнять движения не сухо, не механически, а выразительно, в характере народного танца, не допускать смешения стилей.

Часть элементов народно-сценического экзерсиса возникла на основе элементов классического танца и классического экзерсиса. Однако приближение народно-сценического танца к подлинно фольклорным

источникам ведет к необходимости освоения в народно - сценическом экзерсисе техники подлинно народных танцев.

Основные положения ног

1-е положение: ноги свободно, без напряжения стоят на полу, пятки вместе, носки развернуты под небольшим углом, т.е. ставятся.

2-е положение: ноги стоят свободно, пятки находятся на расстоянии стопы друг от друга, носки развернуты в стороны под небольшим углом.

3-е положение: левая нога стоит свободно, носок развернут в сторону под небольшим углом, правая нога каблук касается к середине стопы левой ноги; носок правой ноги развернут в сторону под небольшим углом. Это положение соответствует 3-ей позиции ног в народно-сценическом танце.

4-е положение: обе ноги соприкасаются внутренними сторонами стоп, что соответствует 6-й позиции ног в народно-сценическом танце.

Так же существует множество вариантов положений стоп в народно – сценическом экзерсисе.

Натянутая стопа – это напряженная стопа с предельно вытянутым подъемом и пальцами.

Сокращенная стопа – это напряженная стопа с сокращенным подъемом и сильно поднятыми вверх пальцами.

Свободная стопа – это нога, расслабленная от голеностопного сустава до пальцев.

Опорная нога – это нога, на которой находится тяжесть корпуса.

Работающая нога – это нога, которая выполняет движение.

Основные положения рук

1-е положение: обе руки согнуты в локтях и находятся на талии, Локти направлены точно в стороны и расположены на одной линии с плечами. Кисть руки не прогибается, пальцы сжаты в кулачки, тыльная сторона кисти направлена строго вперед, большой палец прижат к указательному.

2-е положение: обе руки, свободные в локтях, подняты вперед на уровне груди, кисти повернуты ладонями вверх, пальцы вытянуты и соединены друг с другом. Голова приподнята, взгляд открытый.

3-е положение: обе руки широко раскрыты в стороны на уровне груди, ладони направлены вверх, пальцы вытянуты и соединены друг с другом. У девушки локти свободны, руки мягкие. У юношей руки раскрыты широко, грудь расправлена, руки в локтях вытянуты больше, чем у девушек.

4-е положение: обе руки скрещены на уровне груди, сложены «калачиком». У девочек левая рука лежит на правой, руки свободно касаются

корпуса. Кисти рук как бы спрятаны под локоть, пальцы собраны вместе. Корпус подтянут, голова приподнята. У мальчиков левая рука лежит на правой на уровне груди. Руки к корпусу не прикасаются. Ладони рук лежат чуть выше локтя, пальцы собраны вместе. Корпус подтянут голова приподнята.

Положения корпуса, плеч и головы

Корпус. В русских танцах корпус чаще всего прямой и спокойный, без резких движений. Даже при исполнении дробей он остается прямым, свободным, ненапряженным. В медленном танце девочка «плывет как пава», корпус подтянут, движения мягкие и плавные. Только изредка корпус слегка наклоняется вперед, на правый или левый бок или, оставаясь прямым, поворачивается вправо-влево.

У мальчиков корпус более подвижен. При исполнении «хлопушек» он резко наклоняется вперед, на правый или левый бок, поворачивается из стороны в сторону и так же резко выпрямляется. Во время присядок или прыжков он сильно наклоняется вперед или прогибается назад.

В парном танце исполнители слегка отклоняют корпус друг от друга или наклоняют его вперед, например, проходя в «воротца», приглашая к танцу или низко кланяясь широким русским поклоном.

Плечи. Обычно прямые, спокойные. Иногда в женском танце девушка поводит плечом или, стоя подбоченившись, одновременно с притопом задорно – кокетливо поднимает и опускает одно или оба плеча.

Голова. Положение головы определяется характером танца и подчеркивает его эмоциональное содержание. В медленном девичьем танце посадка головы прямая, спокойная, иногда голова скромно наклоняется и поворачивается к правому или левому плечу.

Основные движения экзерсиса

Вначале все упражнения экзерсиса исполняются в медленном темпе, в так называемом «чистом виде» или в простых комбинациях. Сначала корпус и руки находятся в статическом положении, работают только ноги, затем добавляются *port de bras*, и по мере усвоения элементы все усложняются.

Задачами экзерсиса подготовительного года обучения являются изучение основ и формирование первоначальных профессиональных навыков, а так же развитие суставно-связочного аппарата, выработка пластичности, силы мышц и натянутости ног.

Основная задача экзерсиса у станка на первом году обучения заключается в закреплении профессиональной основы, заложенной ранее. В работе над каждым движением экзерсиса необходимо добиваться точности и чистоты исполнения, только после этого можно усложнять упражнения координационно и композиционно.

В последующих годах композиции у станка все больше усложняются.

Plie

Plie – приседать, сгибать, demi – половина, grand – большой (полный).

Plie способствует развитию эластичности связок, укреплению мышц, развитию выворотности. Правильно и в разумных количествах оно укрепляет коленный сустав.

Demi-plie и grand plie исполняются в различных характерах, но первоначально целесообразно составлять комбинацию этого упражнения в венгерском и русском характерах.

Так же в комбинацию вводятся различные releve и движения корпуса (наклоны, перегибы, повороты).

Battement tendu – с фр. «вынос ноги».

Battement tendu способствует развитию силы мышц ног, эластичности связок, подготавливает мышцы и связки ног для работы. Подъем пятки опорной ноги развивает подвижность стопы и укрепляет голеностопный сустав. Характер движения – резкий, четкий, энергичный. При исполнении нужно максимально напрягать мышцы всех частей ног. Следить за корпусом.

Battement tendu jete

Battement tendu jete – от фр. « вынос ноги на 45° и выше», jete – «бросок».

Движение battement tendu jete развивает силу мышц, вырабатывает «натянутость» ног, умение «бросать» их на 25° и 45°. Все виды battement tendu jete комбинируются друг с другом, с battement tendu, pas tortille, с flic – flac и другими движениями, сходными по ритму и характеру.

Flic-flac

Flic-flac – flic – «мазок» от себя, flac – «мазок» к себе.

Это упражнение, относящееся к разряду чечеточных. Здесь нет натянутости и напряженности стопы, а происходят «мазковые» движения. Его цель – научить владению стопой в свободном (расслабленном) положении.

При исполнении следить за стопой, что бы она не напрягалась, не вытягивался подъем. Нога от колена до стопы должна раскачиваться подобно маятнику.

Rond de jambe par terre

Rond de jambe par terre – «круг ногой по земле».

Упражнение rond de jambe par terre исполняется не только носком и пяткой, но так же скошенной внешней частью стопы.

Движение развивает выворотность тазобедренного сустава, а особенно для голеностопного сустава. Основная задача, научить движению в

скошенном положении стопы работающей ноги, и резкому подведению ноги на *sur le cou-de-pied*.

Выстукивания.

Выстукивающие движения широко распространены во многих народно-сценических танцах: русских, татарских, испанских и др. В основе лежат удары: всей стопой, каблуком, полупальцами.

Прыжки, подскоки, присядки.

Присядки и полуприсядки встречаются в танцах разных народов, но особенно часто – в русских и украинских.

Присядка – это движение на полном приседании (*grand plie*) без подъема вверх. Полуприсядка – движение с полного *plie* на вытянутые ноги или на *demi plie*.

«Качалка»

В названии этого движения подчеркнут характер его исполнения. Оно развивает координацию и ловкость. «Качалка» - это равномерный переход с одной ноги на другую с одновременным покачиванием корпуса.

Движение комбинируется с подготовкой к «качалке», с *battement tendu*, *battement tendu jete*.

«Моталочка».

Хлопушки.

Припадания.

«Метелочки».

Вращения.

V. Основы пластики

Наряду с классической музыкой дети также знакомятся с музыкой, ритмическая основа которой соответствует характеру плавных и “текучих” движений тела, тем самым помогая сильнее и глубже переживать создаваемые ими пластические образы.

Дети выполняют специальное разогревающее позвоночник упражнение “Ролик”. Знакомятся с такими понятиями и упражнениями, как: “Ось” (ось позвоночника – один конец уходит в небо, другой в землю), “Цветок” (образ распускающегося цветка – раскрытие и закрытие грудной клетки).

Основным приемом пластического движения является пластическая “волна” всем телом.

После изучения тем этого раздела 1-го года обучения, дети усваивают навык пластической “волны”. Успешность выполнения этого движения зависит от хорошо развитой координации движения и гибкости и упругости позвоночника. Эти свойства позвоночника развивались в специальных

упражнениях, работа над которыми продолжается и на втором году обучения.

Исходное положение поза “зерна” (сидя на пятках, корпус опущен на бедра). Медленно выпрямляем позвоночник (“Ось”), начиная от копчика. Руки внизу, голова опущена. Далее раскрывается грудная клетка (“Цветок”), голова и руки поднимаются вверх (к небу). В момент полного раскрытия, нижняя часть позвоночника начинает медленно опускаться вниз (к земле), постепенно увлекая за собой верхнюю часть позвоночника. “Цветок” закрывается. Движение повторяется снова, создавая ощущение непрерывно движущегося волнообразного движения всем туловищем.

Прием пластической “волны” гармонично развивает пластику тела, способствует выработке выразительного жеста.

VI. Музыкальные игры, задания, этюды на воображение

1. “Под дождем” – с использованием элементов польки, гопака, прыжков.
2. «Оловянный солдатик» – марш, перестроения.
3. Этюд для выработки пластичности и выразительности рук.
4. Импровизация на музыку различных стилей и направлений
5. «Кукла» – с использованием элементов классического танца.
6. «Вальс» – для закрепления изученных движений.
7. Вариации с включением изученных элементов.

VII. Постановочная работа

Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.

Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость).

Концертная деятельность – участие в мероприятиях Центра Детского творчества.

3 год обучения

I. Введение

Техника безопасности. Цели и задачи нового учебного года. Перспективный план работы по подготовке новых постановок.

II. Азбука музыкального движения

Раздел «Азбука музыкального движения» включает выполнение усложнённых танцевальных ходов в соответствии с музыкальным ритмом, перестроение в геометрические (танцевальные) фигуры для композиции.

Включены в раздел упражнения, способствующие развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, в осанке вырабатывающие умения владеть своим телом, совершенствующие двигательные навыки, благотворно воздействующие на работу органов дыхания, кровообращения.

III. Элементы классического танца

Экзерсис у станка

1. Battements tendus в «маленьких» и «больших» позах.
2. Battements tendus jetes:
 - balancoir;
3. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans в demi-plies.
4. Battements fondus:
 - с plie-releve на всей стопе;
5. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans на всей стопе.
6. Pas coupe на всю стопу.
7. Pas tombe sur le cou-de-pied.
8. Battements releves lents на 90 гр.
9. Grand battements jetes.
- 10.1 и 3 port de bras как заключительный этап в различных упражнениях.
11. Полуповороты на полупальцах en dehors et en dedans на двух ногах.

Экзерсис на середине зала

1. 4 и 5 port de bras в V позиции.
2. Temps lie par terre avec port de bras (с перегибом корпуса назад и в сторону).
3. Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног.

Allegro

1. Temps saute по IV позиции.
2. Pas assemble.
3. Petit changement de pieds en tournant на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$.
4. Pas echarpe на II и IV позицию с окончанием на одну ногу.

5. Petit pas chasse во всех направлениях
6. Sissoune fermee во всех направлениях.

IV. Элементы народного танца

1. Дробные движения
 - а) Одинарный удар ребром каблука
 - б) Двойной удар ребром каблука
2. “Ключ” - простой и на подскоках
3. Подготовка к присядкам (плавное и резкое опускание вниз по I позиции)
4. Присядки
 - а) Присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по I позиции
 - б) Присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону
5. Боковой шаг на всей стопе и на полу пальцах
6. Припадание в сторону
7. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу
8. Хлопки и хлопущки - одинарные, двойные и тройные (фиксирующие удары и скользящие удары)
 - а) В ладони
 - б) По бедру
 - с) По голенищу сапога
9. Русский переменный ход; русский дробный ход (по 1/8)
10. «Веревочка»

Движение «веревочка» является элементом украинского, русского, венгерского и других танцев. В русском характере веревочка исполняется на plie, в украинском это маленькие движения, в венгерском на полупальцах. Наиболее выразительна «веревочка» в венгерском характере. Так же «веревочка» исполняется в обратном порядке, на месте и с продвижением.

Движение комбинируется с подготовкой к веревочке, с pas tortille, с grand battement jete, battement developpe, в русском характере с выстукивающими движениями.

V. Элементы современного танца

- Стиль волны. Основу его составляют волны по рукам, ногам и всем остальным частям тела.
- Геометрические движения всеми частями тела, которые выполняются под

прямым углом. Визуально это похоже на геометрическую мозаику. Этот стиль подражает сценам изображенным на стенах египетских пирамид и храмов.

VI. Основы пластики

Занятия пластикой включают в себя:

- Элементы классической хореографии – работа над балансом, упражнения на статику, перенос веса, постановка рук, корпуса, ног, техника выполнения вращений, прыжков, упражнения на релаксацию(напряжение и расслабление позвоночника), работа над изоляцией и координацией.
- Упражнения на полу, растяжка – проработка отдельных групп мышц без нагрузок на суставы.

Занятия проводятся с целью развития гибкости, пластичности, растяжки.

VII. Постановка

Знакомство с музыкальным материалом и разводка танцевальной композиции «Классический вальс».

Репетиция – отработка и соединение элементов.

Концертная деятельность – участие в праздниках Центра Детского Творчества.

4 год обучения

I. Введение

Техника безопасности. Цели и задачи нового учебного года. Перспективный план работы по подготовке новых постановок.

II. Элементы классического танца

Экзерсис у станка

Повторяются все изученные движения экзерсиса в различных сочетаниях. Темп нарастает. Координация движений усложняется. Новые движения вводятся постепенно.

1. Battements fondus:

- double на всей стопе и на полупальцах;

- с plie – releve et rond de jambe на 45 градусов en face, позже – из позы в позу.

2. Battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол и на 45 градусов на всей стопе ; с подъемом на полупальцы.

3. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi plie.

4. Petits battements sur le cou-de-pied.

5. Pas tombe:

- с продвижением, работающая нога в положении sur le cou-de-pied, носком в пол, на 45 градусов;

- на месте с полуповоротом en dehors et en dedans работающая нога в положении sur le cou-de-pied.

6. Demi-rond de jambe et grand rond de jambe developpe en dehors et en dedans.

7. Preparation k pirouette sur le cou-de-pied en dehors et en dedans с V позиции.

8. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.

Экзерсис на середине зала

Движения, изученные у станка, переносятся на середину зала.

1. Pas de bourree de cote носком в пол и под 45 градусов.

2. Pas de bouree ballotee на effecsee et crasee носком в пол и под 45 градусов.

3. Pas jete fondus с передвижением вперед и назад.

4. Preparation k pironette en dehors et en dedans с V, IV и II позиции.

5. Pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций.

Allegro

1. Petit et grand changement de pieds с продвижением вперед, в сторону, назад и en tournant по $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ оборота, позже – по $\frac{1}{2}$ оборота.

2. Pas echappe на II и IV et tournant по $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ оборота.

3. Pas assemble с продвижением en face и в разных позах.

4. Petit pas jete с продвижением в разных направлениях.

5. Pas de chat.

6. Sissonne ouverte par developpe на 45 градусов.

7. Sissonne tonbee en face и в позах.

8. Pas ballonne во всех направлениях и позах на месте и с продвижением.

9. Pas echappe battu.

III. Элементы народного танца

Движения у станка

Переходы из позиций

Demi- plie et grand plie по I, II и V позициям.

Каблучное упражнение без разворота стопы рабочей ноги.

Движения на середине

Техника исполнения дроби;

Моталочка с акцентом ноги на полупалец, с сокращением стопы, с мазком, в повороте;

«Верёвочка» двойная с переходом на каблук;

Дробное движение «Ключ» одинарный;

Дробные дорожки;

IV. Элементы современного танца

- Стилль волны. Основу его составляют волны по рукам, ногам и всем остальным частям тела.
- Геометрические движения всеми частями тела, которые выполняются под прямым углом. Визуально это похоже на геометрическую мозаику. Этот стилль подражает сценам изображенным на стенах египетских пирамид и храмов.
- Эмуляция движений робота, постановка фиксаций

V. Элементы джаз-танца

основные принципы:

- импровизация;
- полиритмия;
- полицентрия (последние два сродни музыкальной полифонии).

Полиритмия предполагает, что разные части тела движутся в разных ритмах. Полицентрия предусматривает возникновение движения в разных частях тела. Движение может исходить из головы, плеча, колена, очень часто посредством импульса. Полицентрия, безусловно, требует владение техникой изолированного движения для каждой части тела.

Контракция-релиз - не столько принцип джаза, сколько характерная пара движений. по сути своей противоположных друг другу. Контракция - это искажение, например, прямой линии позвоночника в том или ином его отделе. Контракция - не сжатие (мышечный зажим нарушает ток энергии и потому любой танцевальной технике, хотя, безусловно, может быть

использован как выразительное сценическое средство), а напротив, удлинение.

Релиз - противоположность контракции, освобождение от кривизны и еще большее удлинение.

Важнейшая особенность джаз-танца- импровизация. Она помогает танцору отражать те изменения, которые происходят в окружающем мире (эстетические и социальные). Отличительные особенности джаз-танца -это также чувственность, эмоциональность. Душа в джаз-танце живёт вместе с телом, в одном ритме, настрое.

Современный джаз-танец заимствовал терминологию и отдельные движения из различных танцевальных направлений. У балета он взял французскую терминологию и некоторые движения, позиции рук и ног. Модерн дал джаз-танцу величайшую свободу в раскрепощении торса и включение его в активную работу.

У степа была заимствована подчёркнутая ритмизация движений. Бальные танцы тоже оказали влияние на становление и развитие джаз-танца. Как оказывают на него влияние популярные танцы. В начале века это был чарльстон. Когда латино-американские танцы становились популярными, базовые шаги также заимствовались) шаги из Ча-ча-ча, Мамбы, Самбы).

Также велико влияние стилей hip-hop, r'n'b, latin, contemporary, funky, house, free style. Появились новые движения рук, бёдер, ритмические изменения.

В Jazz dance могут пересекаться различные стили- традиционный (классический джаз мюзиклов), лирический, афро или modern, contemporary. Так как большое значение в джаз-танце имеет изобретательность и импровизация, многие танцоры привносят в свой танец совершенно другие стили.

Характерные элементы джаз танца: пируэты, свинги, позировки с длинными линиями тела.

VI. Основы пластики

- работа над балансом, упражнения на статику, перенос веса , постановка рук, корпуса, ног, техника выполнения вращений, прыжков, упражнения на релаксацию(напряжение и расслабление позвоночника), работа над изоляцией и координацией.
- Упражнения на полу, растяжка – проработка отдельных групп мышц без нагрузок на суставы.

VII. Постановочная работа

Репетиция – отработка и соединение элементов.

Концертная деятельность – участие в праздниках Центра Детского Творчества.

Вариации на темы: “Вечеринка в стиле «Диско»”, “Вечеринка в стиле «Джаз»”

5 год обучения

I. Введение

Техника безопасности. Цели и задачи нового учебного года. Перспективный план работы по подготовке новых постановок.

II. Элементы классического танца

Повторение и закрепление материала предыдущего года, освоение новых движений.

Экзерсис у станка

1. Battements soutenus на 90 градусов во всех направлениях и позах.
2. Battements frappes et battements double – frappes с releve на полупальцы в demi plie en face и в разных позах.
3. Flic-flac en face.
4. Battements releves lents et battements developpes en face в позах:
 - на полупальцах,
 - с plie – releve et demi rond de jambe en face и из позы в позу.
5. Grand battements jete developpes («мягкие» battements).
6. Grand battements jete passe par terre (через I позицию) с окончанием на носок вперед или назад en face и в разные позы.

Экзерсис на середине зала

1. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans по 1/8, 1/4, и 1/2 круга.
2. Battements tendus jete en tournant en dehors et en dedans по 1/8, 1/4 круга.
3. Rond de jambe par terre en tournant en dehors et en dedans по 1/8, 1/4 и 1/2 круга.
4. Temps lie на 90 градусов с переходом на всю стопу.
5. 5-е и 6-е port de bras.
6. Pas de bourree dessus-dessous en face.

Allegro

1. Pas double assemble.
2. Pas assemble с продвижением и с использованием приемов pas glissade, coupe – шаг.
3. Pas emboites вперед и назад.
4. Grand sissoune ouverte во всех позах.

III. Элементы народного танца

«Голубцы» с одним ударом;
Прыжок с двух ног на одну в полуприседании;
Двойной «Ключ»;
Вращения;
Поворот на каблучке;
Для мальчиков: гусиный шаг, прыжки с ударами ладонью по подошве, по голенищу сапога.

IV. Элементы современного танца

- Стиль волны. Основу его составляют волны по рукам, ногам и всем остальным частям тела.
- Геометрические движения всеми частями тела, которые выполняются под прямым углом. Визуально это похоже на геометрическую мозаику. Этот стиль подражает сценам изображенным на стенах египетских пирамид и храмов.
- Эмуляция движений робота, постановка фиксаций
- движения ногами: силовые махи, развороты, прыжки.

V. Элементы джаз-танца

Работа начинается с разминки. Затем следуют упражнения, развивающие чувство ритма, которое очень важно для джаза. Часть времени также посвящается отработке "изолированных движений", то есть движений, выполняемых отдельными частями тела.

Джазовый танец - центральный контроль за телом. Этот способ танца требует от танцора удержания туловища выпрямленным, закрепощенным, с повышенным тонусом мышц брюшного пресса и ягодичных мышц.

Прыжки, повороты и вращения, эффектные позы, изолированные движения разных частей тела в разных ритмах. Отработка движений на

полусогнутых ногах, обязательным элементом танца является притопывание, отбивание ногой ритма.

VI. Основы пластики

- работа над балансом, упражнения на статику, перенос веса, постановка рук, корпуса, ног, техника выполнения вращений, прыжков, упражнения на релаксацию (напряжение и расслабление позвоночника), работа над изоляцией и координацией.
- Упражнения на полу, растяжка – проработка отдельных групп мышц без нагрузок на суставы.

VII. Постановочная работа

Репетиция – отработка и соединение элементов.

Концертная деятельность – участие в праздниках Центра Детского Творчества.

VIII. Этюдная работа

1. Вариации.
2. Танцы народов мира.

6 год обучения

I. Введение

Техника безопасности. Анализ материала, освоенного за прошедшие годы. Цели и задачи на учебный год.

II. Элементы классического танца

Экзерсис у станка

1. Retites battements sur le cou-de-pied с plie releve на всей стопе и на полупальцах.
2. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с окончанием на demi-plie-releve et releve на полупальцах.
3. Demi et grand rond de jambe developpe на полупальцах и с переходом из позы в позу.
4. Grand rond de jambe jete en dehors et en dedans.

5. Battements developpes tombe en face, в разных позах, завершая носком в пол и под 90 градусов.

6. Половина tour en dehors et en dedans с plie-releve, с ногой, вытянутой вперед и назад на 45 и 90 градусов.

Экзерсис на середине зала

1. Battements fondus:

- с plie releve et demi rond de jambe на 45° из позы в позу;
- double на всей стопе.

2. Battements soutenus на 90 градусов.

3. Grand battements jete developpes.

4. Pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций, с окончанием в V и VI позиции.

Allegro

1. Pas jete ferme.

2. Pas ballotte (носком в пол).

3. Sissoune fondus на 90° во всех направлениях.

4. Grand sissoune ouverte во всех направлениях и позах без продвижения и с продвижением.

5. Grand pas assemble.

6. Grand pas jete.

III. Элементы народного танца

Усложняется техника движений.

Дроби во вращении;

«Верёвочка» с поворотом на 360°;

Отработка положений и движений рук с платочком

Для мальчиков: присядки, прыжки, растяжки, хлопушки

IV. Элементы современного танца

- Стиль волны. Основу его составляют волны по рукам, ногам и всем остальным частям тела.
- Геометрические движения всеми частями тела, которые выполняются под прямым углом. Визуально это похоже на геометрическую мозаику. Этот стиль подражает сценам изображенным на стенах египетских пирамид и храмов.
- Эмуляция движений робота, постановка фиксаций

V. Элементы джаз-танца

Разминки. Затем отрабатываются "изолированные движения", то есть движений, выполняемых отдельными частями тела.

Прыжки, повороты и вращения, эффектные позы в разных ритмах. Отработка движений на полусогнутых ногах, притопывание, отбивание ногой ритма.

VI. Основы пластики

- работа над балансом, упражнения на статику, перенос веса, постановка рук, корпуса, ног, техника выполнения вращений, прыжков, упражнения на релаксацию (напряжение и расслабление позвоночника), работа над изоляцией и координацией.
- Упражнения на полу, растяжка – проработка отдельных групп мышц без нагрузок на суставы.

VII. Постановочная работа

Репетиция – отработка и соединение элементов.

Концертная деятельность – участие в праздниках Центра Детского Творчества.

VIII. Этюдная работа

1. Вариации.
2. Композиции с использованием изученного материала.

7 год обучения

I. Введение

Техника безопасности. Анализ материала, освоенного за прошедшие годы. Цели и задачи на учебный год.

II. Элементы классического танца

Экзерсис у станка

- demi и grand plies; battement tendu, battement tendu jete (комбинируются с пополуворотами, турами);
- rond de jambe par terre (en dehors, en dedans) на 90°;
- relevent и developpe с demi plies, с подъемом на п/пальцы;
- battement tendu frappe, petit battement (на п/пальцах);
- battement fondu;
- grand battement;

Экзерсис на середине зала

- demi и grand plie (по I, II, V позициям);
- battement tendu, bt tendu jete в сторону, вперед, назад;
- rond de jamb parter (an dehor, an dedan);
- relevent вперед, в сторону, назад;
- grand battement;
- pas de bourre (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
- pas balance (в сторону); положение epalmant;

Adagio

- arabesque: I, II, III, IV;
- port de bras.

Составляются танцевальные композиции под известную классическую музыку.

Allegro:

- sote; changement de pieds с разворотом на 90°, 180°;
- pas eshappe по II, IV позициям, с разворотом на 90°, 180°;
- pas assembly в сторону, вперед, назад;
- pas de basque;
- glissade в сторону, вперед;
- sissonne fermee в сторону, вперед, с продвижением.

III. Элементы народного танца

Усложняется техника движений.

Дроби во вращении;

«Верёвочка» с поворотом на 360°;

Отработка положений и движений рук

Для мальчиков: присядки, прыжки, растяжки, хлопушки, вертушки

IV. Элементы современного танца

- Стиль волны. Основу его составляют волны по рукам, ногам и всем остальным частям тела.
- Геометрические движения всеми частями тела, которые выполняются под прямым углом. Визуально это похоже на геометрическую мозаику. Этот стиль подражает сценам изображенным на стенах египетских пирамид и храмов.
- Эмуляция движений робота, постановка фиксаций
- движения ногами: силовые махи, развороты, прыжки.

V. Элементы джаз-танца

Разминки. Затем отрабатываются "изолированные движения", то есть движений, выполняемых отдельными частями тела.

Прыжки, повороты и вращения, эффектные позы в разных ритмах. Отработка движений на полусогнутых ногах, притопывание, отбивание ногой ритма.

VI. Основы пластики

- работа над балансом, упражнения на статику, перенос веса, постановка рук, корпуса, ног, техника выполнения вращений, прыжков, упражнения на релаксацию(напряжение и расслабление позвоночника), работа над изоляцией и координацией.
- Упражнения на полу, растяжка – проработка отдельных групп мышц без нагрузок на суставы.

VII. Постановочная работа

Репетиция – отработка и соединение элементов.

Концертная деятельность – участие в праздниках Центра Детского Творчества.

VIII. Этюдная работа

1. Вариации.
2. Композиции с использованием изученного материала.
3. Парные композиции

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Срок реализации программы – семь лет.

Занятия у **первого года обучения** проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, продолжительность урока 45 минут.

Второй год обучения: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, продолжительность урока 45 минут.

Третий год обучения. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность урока 45 минут, с перерывом 15 минут.

Четвёртый год обучения: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность урока 45 минут, с перерывом 15 минут.

Пятый год обучения: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность урока 45 минут, с перерывом 15 минут.

Шестой год обучения: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность урока 45 минут с перерывом 15 минут.

Седьмой год обучения: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность урока 45 минут с перерывом 15 минут.

Для осуществления программы необходимо и имеются:

1. Просторный класс, оборудованный станками и зеркалами;
2. Музыкальные инструменты (баян);
3. Аудиокассеты, диски с фонограммами музыки для танцев: классических, народных, современных;
4. Аудио-, видео аппаратура;
5. Концертные костюмы;
6. Наглядные пособия по хореографии: плакаты, иллюстрации, фотографии;
7. Сценическая площадка;
8. Методическая литература по хореографическому искусству.

ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ И УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ

При поступлении в хореографический коллектив и в начале каждого учебного года обучающиеся должны предоставить педагогу медицинскую справку о состоянии здоровья.

Каждый ребёнок, подросток диагностируется по восьми показателям: осанка, выворотность, подъем стопы, танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений, музыкально – ритмическая координация. Педагог оценивает воспитанника каждые полгода. Бывают случаи, когда заниматься в хореографический коллектив приходят дети с неправильной осанкой, низким уровнем развития по другим тестовым показателям, а через определенное время показатели значительно улучшаются.

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы хореографического коллектива после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

1 год обучения

Учащийся должен знать:

- единые требования о правилах поведения в хореографическом классе, на сцене и в других помещениях;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов.

Учащийся должен уметь:

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

2 год обучения

Учащийся должен знать:

- музыкальную грамоту;
- хореографические названия изученных элементов.

Учащийся должен уметь:

- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- анализировать музыкальный материал;

- самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца.

3 год обучения

Учащийся должен знать:

- термины азбуки классического танца.

Учащийся должен уметь:

- грамотно исполнять элементы классического танца;
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара.

4 год обучения

Учащийся должен знать:

- названия новых классических хореографических элементов и связок.

Учащийся должен уметь:

- выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- знать и выполнять правила сценической этики.

5 год обучения

Учащийся должен знать:

- новые обозначения классических элементов.

Учащийся должен уметь:

- владеть корпусом во время поворотов;
- координировать положение рук во время больших прыжков;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.

6 год обучения

Учащийся должен уметь:

- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии классического танца;
- выразить образ с помощью движений;
- уверенно и эмоционально выступать на сцене перед различными категориями зрителей.

7 год обучения

Учащийся должен уметь:

- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии классического танца;
- выражать образ с помощью движений;
- уверенно и эмоционально выступать на сцене перед различными категориями зрителей.
- самостоятельно составлять танцевальные композиции и этюды

ДИАГНОСТИКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПОЛУЧАЕМЫХ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ОБУЧАЮЩИХСЯ (СПОСОБЫ ОЦЕНКИ)

6.1 Способы проверки результативности

1. Индивидуальные беседы.
2. Анкетирование.
3. Общение в коллективе.
4. Общение с родителями (собрания, встречи).
5. Приглашение на концерты и занятия специалистов.

6.2 Формы оценки качества знаний

Во всех группах проводятся полугодовые и годовые открытые уроки (декабрь, май), которые демонстрируют уровень освоения пройденного материала.

6.3 Формы подведения итогов

Участие в концертах, конкурсах, фестивалях показывает положительные результаты занятий, развивает творческий потенциал детей, вызывает заинтересованность родителей.

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
2. Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. I, II. – Челябинск: ЧГИК, 1993.
3. Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании. – М., 1999.

4. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М., 1989.
5. Гюнтер Х. Джазовый танец. История, теория, практика. – Берлин, 1982.
6. Захаров Р. Записки балетмейстера. – М., 1976.
7. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. – М., 1988.
8. Кон И.С. Психология ранней юности. – М., 1989.
9. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1968.
10. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, 1971.

Аннотация

Данная программа разработана для детей школьного возраста 7-17 лет на семь лет обучения, первый и второй год обучения – 72 часа в год, последующие годы – 144 часа в год.

Цель программы: создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Основная задача заключается в том, чтобы научить ребенка танцевать красиво, двигаться в свободной непринужденной манере, сформировать художественно-образное восприятие и мышление, а также решать оздоровительные задачи.

Содержание курса предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: классический и народный экзерсис, пластику, выполнение танцевальных движений и этюдов.

Данный материал может творчески использоваться хореографом, учитывая возможности и способности своих воспитанников.

Программа предназначена для реализации в МАУ ДО ЦДТ рп Верхние Серги.

Сведения о разработчике

Ф.И.О. Давыдова Татьяна Борисовна

Образование: высшее

Категория: высшая квалификационная категория

Место работы: МАУДО ЦДТ пгт. Верхние Серги

Должность: педагог дополнительного образования

Педагогический стаж: 12 лет

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 374895313864161898897449033592695289111710139793

Владелец Каргапольцева Елена Валентиновна

Действителен с 30.01.2023 по 30.01.2024