

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**художественной направленности**

**«Ритмика»**

Возраст учащихся: 7-11 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:

Шайхулова Ольга Аркадьевна,

педагог дополнительного образования

Тамбов 2020 г

**ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Учреждение | Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №24» |
| 2.Полное название программы | Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмика» |
| 3. Сведения о составителе  3.1.Ф.И.О., должность | Шайхулова Ольга Аркадьевна, педагог дополнительного образования |
| 4. Сведения о программе  4.1.Нормативная база | ФЗ от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;  Концепция развития дополнительного образования (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4.09.2014 г. №1726-р);  Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29.09.2013, №1008;  Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;  Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14» «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» |
|  | Программа составлена в соответствии с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, (включая разноуровневые программы), разработанными Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.,  письмом управления образования и науки Тамбовской области от 08.06.2017 №1.06-10/2206,  письмом комитета образования администрации города Тамбова 14.06.2017 №36-30-2610/17, уставом МБУДО ЦДОД |
| 4.2.Тип | модифицированная |
| 4.3.Направленность | художественная |
| 4.4. Уровень содержания | базовый |
| 4.5. Область применения | дополнительное образование |
| 4.6. Продолжительность обучения | 4 года |
| 4.7. Год разработки программы | 2007 |
| 4.8. Возрастная категория обучающихся | 7-11 лет |

Блок №1 «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

**1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Данная программа имеет художественную направленность и предназначена для занятий в хореографическом кружке средней общеобразовательной школы со школьниками, имеющими склонность к танцевальной деятельности. По уровню образования – начальное общее, среднее общее, основное общее образование. Уровень освоения программы - продвинутый, включающий в себя и базовый уровень.

Необходимость написания данной программы продиктована новыми требованиями проведения занятий по хореографии.

**Актуальность и новизна данной программы** состоит в ее расширенной направленности на создание условий для творческого самоопределения и социализации личности путем приобщения школьников к искусству хореографии, развитии их художественного вкуса, потребности и интересов, имеющих общественно значимый характер и соответствует приоритетам образовательной политики.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в том, что углубленное изучение и использование классического, народного, историко**-**бытового и современного танца дает возможность создавать танцевальный репертуар, имеющий целью воспитание личности школьника, его гуманного отношения к людям, формирование в нем глубокого эстетического чувства.

**Отличительные особенности.** Программный материал дает возможность осваивать сюжетно-тематические произведения, привлекать высоко-художественную музыку. Во время занятий, репетиций дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. В ходе постановочной работы, на репетициях учащиеся осваивают музыкально-танцевальную природу искусства. Развивается творческая инициатива детей, воображения, умение передать музыку и содержание образа движением.

В программу введен раздел "Танцевальная импровизация", который рассматривается как один из путей приобщения детей к творческой самодеятельности.

В программе усиливается познавательная деятельность за счет проведения бесед о хореографическом искусстве, совместных просмотров видеокассет о танце, посещение концертов, театров.

Первостепенное значение в деле эстетического воспитания имеет музыка, которую слушают учащиеся на уроке и в постановочной практике. Она должна быть доступной и художественной, будь то народные мелодии и ритмы или произведения композиторов-классиков и современных авторов.

Методика преподавания в кружках в своей основе опирается на специальную литературу по хореографии, но с учетом разных целей обучения специфики хореографического кружка, где состав учащихся разнороден и по способностям и по возрасту, а занятия проводятся только два раза в неделю. Этим обусловлено особое внимание к эффективности учебного процесса и выбору репертуара.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народно-сценического и историко-бытового танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками. Программа дана по годам обучения. На каждый год обучения дается материал по основным пяти разделам:

1) азбука музыкального движения;

2) элементы классического танца;

3) элементы народного танца;

4) элементы историко-бытового танца;

5) танцевальная импровизация.

Программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического, народного и историко-бытового танца, исполняться задания на импровизацию. Дополнительно в программу введены партерные упражнения, подготавливающие детей к упражнениям у станка и на середине, движения на растяжку.

***В первый раздел***включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность.

***Во втором разделе*** вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

***В третий раздел*** - элементы народного танца - включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать учащимся представление о диапазоне национальных плясок: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Репертуар танцев подбирается педагогом исходя из тематических задач года и возможностей коллектива.

***Четвертый раздел*** - элементы историко-бытового танца - представлен в программе в сжатом виде.

***Пятый раздел*** - танцевальная импровизация - включает упражнения, этюды и экспромты на заданную и свободную тему. В задания на импровизацию включены темы, близкие детскому воображению.

**Адресат программы**

Программа включает базовый модуль и модуль для детей с ограниченными возможностями здоровья. Программа адресована детям от 7 до 11 лет.

**Формы и режим занятий**.

Уровень освоения программы «Базовый» рассчитан на 4 года. Возраст обучающихся от 7 до 11 лет. Форма обучения – очная. Занятия проводятся: 1 год обучения – групповая программа, возраст 7 лет, 2 занятия в неделю (2 часа), общее количество часов в год – 72 часа.

2 год обучения – групповая программа, возраст 8 лет. Форма обучения – очная. Занятия проводятся: 1 год обучения – групповая программа, возраст 7 лет, 2 занятия в неделю (2 часа), общее количество часов в год – 72 часа.

3 год обучения, групповая программа. Возраст 9 лет. Форма обучения – очная. Занятия проводятся: 1 год обучения – групповая программа, возраст 7 лет, 2 занятия в неделю (2 часа), общее количество часов в год – 72 часа.

4 год обучения, групповая программа. Возраст 9 лет. Форма обучения – очная. Занятия проводятся: 1 год обучения – групповая программа, возраст 7 лет, 2 занятия в неделю (2 часа), общее количество часов в год – 72 часа.

Особенности состава – постоянный.

Форма обучения – очная

Особенности организации – традиционные.

Специфика реализации:

Уровень – БАЗОВЫЙ

Групповые программы – количество учащихся 15 человек;

Возраст учащихся 7-11 лет

Срок обучения 4 года

Режим занятий 2 часа в неделю

**Объем и срок освоения программы.**

Продолжительность обучения по данной программе составляет 4 года.

**1.2. Цель и задачи программы**

Целью занятий в кружке является: приобщение школьников к искусству хореографии, развитие координации движений, развитие понятия «коллективное творчество» развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи:

* обучающие: усвоение основ правильной постановки корпуса, ног, положений рук; разучивание элементов партерной и ритмической гимнастики; научить пространственной ориентации в зале и на сцене; познакомить с понятием “танцевальный рисунок”; научить правильно держаться и ориентироваться на сцене; держать рисунок танца; эмоциональному обращению с партнером (партнершей) и с реквизитом.
* развивающие: общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата, умение владеть центром тяжести тела; развитие прыгучести; развивать умение вслушиваться в музыку, постигать ее язык; развитие чувства ритма; отражать в движениях характер музыки; развитие координации движений, выносливости, развитие самооценки и чувства коллективизма; развитие техники исполнения танцевальных движений; развитие воображения, эмоциональной памяти, наблюдательности.
* воспитательные: воспитать в учащихся аккуратность, вежливость, дисциплинированность, доброжелательное отношение друг к другу, чувство ответственности за успех общего дела, бережное отношение к костюмам; взаимопомощь, воспитание толерантности, воспитание чувства уверенности в себе; взаимопомощь.

**1.3. Содержание программы**

**Учебный план по годам обучения**

**1-й год обучения «БАЗОВЫЙ»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание и вид работы | Общее кол-во часов | Теория | Практика | Формы организации занятий | Формы аттестации(контроля) |
| I. Учебно-тренировочная работа | | | | |  |  |
| 1. | Азбука музыкального движения | 11 | 3 | 8 | Групп. | Зачет |
| 2. | Элементы классического танца | 12 | 4 | 8 | Групп. | Концерт |
| 3. | Элементы народно-сценического танца | 12 | 3 | 9 | Групп. | Концерт |
| 4. | Элементы историко-бытового и современного танцев | 6 | 2 | 4 | Групп. | Концерт |
| 5. | Партерные упражнения | 16 | 2 | 14 | Групп. | Зачет |
| 6. | Танцевальная импровизация | 6 | 3 | 3 | Групп. | Зачет |
| III. Мероприятия воспитательно-познавательного характера | | | | |  |  |
| 1. | Организационная работа | 2 | 1 | 1 | Групп. |  |
| 2. | Беседы | 4 | 4 | - | Групп. | Опрос |
| 3. | Прослушивание музыкального материала | 3 | 3 | - | Групп. | Опрос |
| Итого: | | 72 | 25 | 47 |  |  |

**Содержание учебного плана**

**ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

Цель: привить интерес детей к ритмике и хореографии; ввести ребенка в мир музыкально-танцевального действия; развить воображение и творческое начало средствами ритмики и танца.

Задачи:

1. Пробуждать и формировать интерес детей к ритмике и танцу;
2. Приучать детей к правильной осанке корпуса;
3. Через игру, образ, предлагаемые обстоятельства развивать ритмические и танцевальные умения и навыки, приобщать детей к академическим основам народно-сценической хореографии с элементами образной свободной пластики;
4. Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, ее характер, развивать эмоциональную отзывчивость при восприятии музыки;
5. Развивать наблюдательность, внимание, любознательность; знакомить детей с природой, с предметами и явлениями окружающей действительности; учить детей выделять характерные признаки предметов и живых объектов; развивать умение сравнивать и группировать их по общим признакам;
6. Учить адекватно оценивать свои поступки, чутко относиться к творчеству сверстников;
7. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление доводить начатое дело до конца, понимать значение результатов своего творчества.

Обучение детей начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Большое организующее значение принадлежит музыке. Именно поэтому на первом этапе обучения первоочередной задачей является приобретение координации слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание.

I. УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ РАБОТА.

1. Азбука музыкального движения.

ТЕОРИЯ

Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево Такт и затакт.

ПРАКТИКА

Музыкально-пространст­венные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки - шаг на месте вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: по­вороты на месте, продвижения на углах, с прыжком (вправо и влево). Фигурная маршировка с пере­строением; из колонные в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка. Тан­цевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, на­пример оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, мед­ведя, птички и т.д. Выделение сильной доли.

1. Элементы классического танца.

ТЕОРИЯ

Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук.

Сведения о балете П.И. Чайковского "Щелкунчик".

ПРАКТИКА

* Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку).
* Позиции ног - 1, 2, 3.
* Постановка рук – подготовительная, 1, 3 (на середине). Упражнения для рук.
* Батман тандю (battement tendu) - движения, вырабатывающие натянутость всей стопы в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног; изучается лицом к станку по 1 позиции в сторону.
* Деми плиэ (demi plie)- складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1 позиции.
* Батман реливэ лян (battement releve lent) на 25 градусов - медленное поднимание ноги, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге.

1. Элементы народно-сценического танца.

ТЕОРИЯ

Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце в хороводах, рисунки хороводов.

ПРАКТИКА

* Русский танец. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Ковырялочка.
* Прыжки на двух ногах по 6 позиции.

1. Элементы историко-бытового танца.

ТЕОРИЯ

Поклоны, позы, шаги. Старинные костюмы и прически, манера персонажей в сказочных спектаклях-балетах "Золушка", "Спящая красавица".

ПРАКТИКА

Поклоны для девочек и для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6 позиции.

1. Партерные упражнения

ТЕОРИЯ

* что такое партерный экзерсис?
* зачем его надо выполнять: гибкость суставов, эластичность мышц и связок.

ПРАКТИКА

* упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
* упражнения для развития гибкости плечевого и поясного сустава;
* упражнения на улучшение гибкости позвоночника;
* упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;
* упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
* упражнения на развитие голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;
* упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава;
* поднимание ноги сидя и лежа.

(“Качалочка”, “Локоть – колено”, “Коробочка”, “Березка”, “Рыбка”, “Лягушка”, “Складка”, “Растяжка”, “Черепаха”, “Мостик”, “Кошечка”).

1. Танцевальная импровизация.

ТЕОРИЯ

Задача: - побуждать детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности.

ПРАКТИКА

* Задание № 1. Передать веселое настроение. Музыка И.О. Дунаевского. Этюд "Цирк". Предлагается изобразить цирковую лошадку, клоуна, жонглера, дрессированных собачек, канатоходцев.
* Использовать следующие движения: шаги, бег с высоко поднятыми коленями, разножка, прыжки с двух ног, на одной ноге, изобразительные движения.
* Задание № 2. Передать грустное настроение. Муз. В. Бетховена. Свободная импровизация с предварительной беседой.
* Образы природы в музыке:
* Задание № 3. Этюд "Зима" Массовая импровизация. Ученикам предлагается выразить настроение, связанное с зимой, через образы снежинки и снеговика, елочки, Снегурочки и Деда Мороза. Движения; танцевальные шаги, бег, прыжки, кружение на месте, опускание на колено.
* Задание № 4. Этюд "Весна". Музыка П.И. Чайковского "Времена года". Ученикам предлагается выразить настроение, связанное с весной, через разные образы: подснежника, ручейка, птицы, кораблика. Движения: мелкий бег - па куррю (pas couru), подскоки, использование выразительного жеста, мимики, например: рук, напоминающих переливы струй воды, тянущихся к солнцу.
* Задание № 5. Этюд "Лето". Муз. П.И. Чайковского. Ученики импровизируют движения, связанные с представлением о лете – колышущихся колосьев, полета пчел, птиц, бабочек, стрекоз. Движения: мелкий бег - па куррю (pas couru), подскоки, движения корпуса, рук, головы, опускание, вставание (на колено), повороты и вращение вокруг себя, изобразительная пластика: руки – крылья.

**II. МЕРОПРИЯТИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА.**

1. Организационная работа.

ТЕОРИЯ

* программа;
* цели и задачи;
* содержание и форма занятий;
* техника безопасности;
* расписание занятий;
* внешний вид учащихся;
* беседа с родителями о целях и задачах обучения.

ПРАКТИКА

* оформление класса для занятий;
* комплектование групп.

1. Беседы.

ПРАКТИКА

* история развития русского балета;
* знакомство с балетом “Щелкунчик”;
* идеи добра и зла, персонажи – носители идей спектакля.

1. Прослушивание музыкального материала.

ПРАКТИКА

* обсуждение прослушанного материала;
* просмотр видеоматериала: балет П.И. Чайковского “Щелкунчик”.

1. Экскурсии в театр.

**Предполагаемые результаты.**

К концу учебного года школьник должен знать: что в класс надо приходить во время, в чистой аккуратной форме, с аккуратно причесанными волосами, заходя в класс, надо здороваться и спрашивать разрешения, по окончании занятия - прощаться с педагогом. Правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку. Ученик должен во время начать движение и закончить его с концом музыкального предложения. Иметь навыки актерской выразительности. Уметь изобразить в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца. Выразить образ в разном эмоциональном состоянии - веселья, грусти (например: веселый котенок, грустная птица).

Исполнить элементы русского танца - хоровода на переменном шаге (цепочка, звездочка, корзиночка). Боковой шаг, шаг с притопом, ковырялочку.

Знать позиции ног и рук классического танца.

Знать правила постановки ног у станка.

В конце первого года обучения в кружке учащиеся должны уметь исполнить историко-бытовой танец, веселую польку, построенную на подскоках.

**Учебный план**

**2-й год обучения «БАЗОВЫЙ»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание и вид работы | Общее кол-во часов | Теория | Практика | Формы организации занятий | Формы аттестации(контроля) |
| I. Учебно-тренировочная работа | | | | |  |  |
| 1. | Азбука музыкального движения | 11 | 3 | 8 | Групп. | Зачет |
| 2. | Элементы классического танца | 12 | 4 | 8 | Групп. | Концерт |
| 3. | Элементы народно-сценического танца | 12 | 3 | 9 | Групп. | Концерт |
| 4. | Элементы историко-бытового и современного танцев | 6 | 2 | 4 | Групп. | Концерт |
| 5. | Партерные упражнения | 16 | 2 | 14 | Групп. | Зачет |
| 6. | Танцевальная импровизация | 6 | 3 | 3 | Групп. | Зачет |
| III. Мероприятия воспитательно-познавательного характера | | | | |  |  |
| 1. | Организационная работа | 2 | 1 | 1 | Групп. |  |
| 2. | Беседы | 4 | 4 | - | Групп. | Опрос |
| 3. | Прослушивание музыкального материала | 3 | 3 | - | Групп. | Опрос |
| Итого: | | 72 | 25 | 47 |  |  |

**Содержание учебного плана**

**ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

Цель – закреплять и развивать интерес школьников и вырабатывать у них потребность в дальнейших занятиях ритмикой и хореографией; развивать художественно-творческую активность средствами ритмики и танца.

Задачи:

1. Развивать возрастающий интерес к хореографическому искусству путем игрового, образно-метафоричного освоения народно-сценического танца с образно-тематическими элементами пластики.
2. Найти интересные и оригинальные авторские приемы подачи в обучении народно-сценическому танцу.
3. Развивать исполнительскую культуру детей с учетом возрастных психофизических и индивидуальных особенностей.
4. Продолжать развивать умение слушать и слышать музыку, передавать ее содержание и характер хореографически-выразительными средствами, импровизировать.
5. Воспитывать у детей стойкий интерес к русскому народному танцу и толерантный подход к изучению других национальных хореографических культур.
6. Расширять кругозор детей, их представления о предметах и явлениях, окружающей действительности, растительном и животном мире.
7. Развивать умение наблюдать, анализировать, сравнивать, выделять характерные признаки предметов и явлений.
8. Посредством ритмики и танца развивать работоспособность, готовность к труду, волевые качества личности.

**I. УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ РАБОТА.**

1. Азбука музыкального движения.

ТЕОРИЯ

Включается весь материал, указанный в программе для первого года обучения. Дополнительно: особенности музыки – марши (спортивные, военные), вальсы быстрые и медленные. Медленные хороводные и быстрые плясовые русские и белорусские танцы.

ПРАКТИКА

* Изучается и исполняется весь материал, указанный для первого года обучения. Акцентировка на сильную долю такта в шагах. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестра народных инструментов.
* Оформление урока классической, современной и народной музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком. Марши, польки, вальсы в медленном и умеренном темпе.

1. Элементы классического танца

ТЕОРИЯ

Повторяются в более ускоренном темпе упражнения, указанные в программе первого года обучения. Дополнительно изучается уровень подъема ног, например положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (cou-de-pied), икры и колена. Координации ног, рук и головы в движении – тан релеве пар тэр (temps releve par terre). Прыжки с двух ног на две. Этапы прыжка: подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

ПРАКТИКА

* Повторяются упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3. Позиции рук 1, 3; изучаются на середине зала при неполной выворотности ног, в дальнейшем изучается 2 позиция рук.
* Дэми плиэ (demi plie) в 1, 2, 3 позициях (в начале лицом к станку в конце года боком к станку, держась одной рукой). Музыкальный размер 3\4. Темп – анданте.
* Батман тандю (battement tendu) с 1 позиции, позднее с 3 в сторону, вперед, позднее назад. Музыкальный размер 3\4, темп – модерато.
* Дэми рон дэ жамб пар тэр (demi rond de jambe par terre) – упражнение является подготовительным к изучению рон дэ жамб пар тэр (rond de jamd par terre). В начале изучается лицом к станку, позднее – держась за станок одной рукой. Размер 3\4 – один такт на движение, один такт на фиксацию движения, темп – модерато.
* Батман тандю жете пике (battement tendu jete pigue) – натянутые движения ноги, колющий бросок.
* Батман рэливэ лян (battement releve lent) на 25 – медленное поднимание ноги, развивает танцевальный шаг, силу, выворотность, вытянутость ног. Исполняется стоя боком к станку. Размер 3\4, 4\4, по такту на движение и фиксацию положения, темп – модерато.
* Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1 позиции. Размер 3\4, характер медленный, спокойный по два такта на движение.
* Прыжки разучиваются лицом к станку.
* Тан леве сотэ (temps leve saute) по 1, 2 позициям. Размер 2\4, характер быстрой польки.
* Па эшаппэ (pas echappe) – на 2 позицию, изучается в начале лицом к станку. Размер 4\4, 3\4.
* Па куррю (pas couru) – мелкий бег на полупальцах, исполняется по прямой в невыворотной позиции вперед и назад. Размер 4\4, 2\4, 3\4, движения исполняются шестнадцатыми. Характер легкий, живой.
* Опускание на одно колено.
* Вращения, повороты по 6 позиции на 1\4, 1\2 круга.
* Партерные упражнения.
* Позиции рук: 1, 2, 3.
* Позиции ног:1, 2, 3.

1. Элементы народно-сценического танца.

ТЕОРИЯ

Подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные у девочек, присядка у мальчиков). Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы русских танцев.

ПРАКТИКА

* Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1 позицию во 2 и закрываются на талию).
* Полуприседание по 1, 2 открытым позициям, плавные и резкие.
* Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука (вперед, сторону, назад), лицом к станку.
* Скольжение по ноге (подготовка к веревочке), в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноги, размер 4\4.
* Упражнение на середине. Повторение и закрепление элементов русского танца. Положение рук, положение ног. Положение рук в групповых танцах и фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны – на месте и с движением вперед и назад.
* Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад; переменный шаг с продвижением вперед и назад. Притоп – удар всей стопой. Дроби (дробная дорожка) – мелкая непрерывная дробь, с одинарным ударом каблука на месте, с продвижением. Гармошка – одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1 закрытую и обратно, с продвижением в сторону.
* Для мальчиков – хлопки (одинарные) – в ладоши, по бедру, по голени. Ключ. Полная присядка – разучивание у станка, с переходом на середину. Вращение на подскоках, по два подскока на 1\2 круга.

1. Элементы историко-бытового танца.

ТЕОРИЯ

Особенности танцев Х1Х века - полонеза, экосеза. Музыка, стиль, манеры, костюмы, прически.

ПРАКТИКА

Композиция из пройденных элементов историко-бытовых танцев. Положение рук, корпуса и головы.

1. Партерные упражнения.

ТЕОРИЯ

Зачем надо выполнять партерный экзерсис: гибкость суставов, эластичность мышц и связок.

ПРАКТИКА

* упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
* упражнения для развития гибкости плечевого и поясного сустава;
* упражнения на улучшение гибкости позвоночника;
* упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;
* упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
* упражнения на развитие голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;
* упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава.
* поднимание ноги сидя и лежа.

(“Качалочка”, “Локоть – колено”, “Коробочка”, “Березка”, “Рыбка”, “Лягушка”, “Складка”, “Растяжка”, “Черепаха”, “Мостик”, “Кошечка”).

1. Импровизация.

ТЕОРИЯ

Задача побуждать детей к творческой активности, ассоциативному мышлению.

ПРАКТИКА

* Задание № 1. Музыка русская, народная. Упражнения ритмическая игра “Эхо” Задающий движения ученик должен выразить характер музыки движением ног. Исполняющие задание ученики должны быстро и правильно его скопировать, как бы откликаясь на него, как эхо. Движения могут повторяться несколько раз.
* Задание №2. Упражнения: “Вопрос – ответ”, типа перепляса. Музыка народная. Ученикам предлагается встать друг против друга, затем исполнить импровизацию. Один ученик задает ритмический рисунок – вопрос, другой отвечает движением. Движения: переступания, притопы.
* Задание №3. Упражнения “Ритм – загадка”. Без музыкального оформления. Руководитель легкими хлопками задает ритмический рисунок в музыкальном размере 2\4, 3\4, 4\4. Ученики отвечают. Движения: переступания, притопы, шаги, вальсовые движения, па польки.
* Образы природы в музыке и танце. Времена года.
* Этюды “Зима”, “Заснеженный лес”, “Весна”, “Лето”, “Осень” – по аналогии с заданиями для первого года обучения и желанию руководителя.
* Сказка в музыке и танце. Задание № 4 Этюды “Буратино и Мальвина”, “Заяц и Волк”, “Стрекоза и муравей”.
* Задание №5: Этюд – импровизация к спартакиаде (пловцы, конькобежцы, гимнасты).

**II. МЕРОПРИЯТИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА.**

1. Организационная работа.

ТЕОРИЯ

* программа;
* цели и задачи;
* содержание и форма занятий;
* техника безопасности;
* расписание занятий;
* внешний вид учащихся;
* беседа с родителями о целях и задачах обучения.

ПРАКТИКА

* оформление класса для занятий;
* комплектование групп.

1. Беседы.

ПРАКТИКА

* история развития русского балета;
* знакомство с балетом “Щелкунчик”;
* идеи добра и зла, персонажи – носители идей спектакля.

1. Прослушивание музыкального материала.

ПРАКТИКА

* обсуждение прослушанного материала;
* просмотр видеоматериала: балет П.И. Чайковского “Щелкунчик”.

1. Экскурсии в театр.

**Требования к учащимся второго года обучения.**

Все требования, предъявляемые к подготовительной группе, остаются обязательными и во второй год обучения. Дополнительно выдвигаются следующие:

* Знать правила постановки рук, группировки пальцев классического танца;
* Освоить положения “стоя боком к станку”, держась одной рукой;
* Уметь исполнить препарасьон (preparation);
* Уметь закрыть руку, заканчивая движение.
* Иметь навык выворотного положения ног “пятка против пятки” в батман тандю с 1 позиции.
* Уметь правильно исполнить присядки в русском танце (для мальчиков).
* Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру. В частности, мальчики, стоя в паре, должны научиться красиво подавать руку девочке;
* Различать особенности маршевой музыки, вальсов – быстрых и медленных.
* Различать особенности медленных хороводных и быстрых плясовых ритмов русских танцев, чувствовать характер старинных жанров, музыки, например “Гавота”.
* Уметь акцентировать шаг на первую долю такта в марше и в размере 3\4
* Слышать, понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнениях классического танца.
* Уметь импровизировать простую ритмическую фигуру дробных движений в русском танце; исполнить импровизацию на свободную тему.

Ученик знает порядок занятия, правильно и четко исполняет выученные комбинации, устойчиво стоит на полупальцах на середине зала, прыгает под музыку, координирует движения рук и ног, знаком с понятием круг, линия, колонна и легко перестраивается, различает марш, вальс, польку, может критично проанализировать свое исполнение и сделать замечание своему товарищу. Ребенок приучен к коллективному творчеству, эмоционально передает образные задания, ребенок справляется с нагрузками партерной гимнастики.

**3-й год обучения «БАЗОВЫЙ»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание и вид работы | Общее кол-во часов | Теория | Практика | Формы организации занятий | Формы аттестации(контроля) |
| I. Учебно-тренировочная работа | | | | |  |  |
| 1. | Азбука музыкального движения | 11 | 3 | 8 | Групп. | Зачет |
| 2. | Элементы классического танца | 12 | 4 | 8 | Групп. | Концерт |
| 3. | Элементы народно-сценического танца | 12 | 3 | 9 | Групп. | Концерт |
| 4. | Элементы историко-бытового и современного танцев | 6 | 2 | 4 | Групп. | Концерт |
| 5. | Партерные упражнения | 16 | 2 | 14 | Групп. | Зачет |
| 6. | Танцевальная импровизация | 6 | 3 | 3 | Групп. | Зачет |
| III. Мероприятия воспитательно-познавательного характера | | | | |  |  |
| 1. | Организационная работа | 2 | 1 | 1 | Групп. |  |
| 2. | Беседы | 4 | 4 | - | Групп. | Опрос |
| 3. | Прослушивание музыкального материала | 3 | 3 | - | Групп. | Опрос |
| Итого: | | 72 | 25 | 47 |  |  |

**ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

Цель – закреплять и развивать интерес школьников и вырабатывать у них потребность в дальнейших занятиях хореографией; развивать художественно-творческую активность средствами танца.

Задачи:

1. Развивать возрастающий интерес к хореографическому искусству путем игрового, образно-метафоричного освоения народно-сценического танца с образно-тематическими элементами пластики.
2. Найти интересные и оригинальные авторские приемы подачи в обучении народно-сценическому танцу.
3. Развивать исполнительскую культуру детей с учетом возрастных психофизиологических и индивидуальных особенностей.
4. Продолжить развивать умение слушать и слышать музыку, передавать ее содержание и характер хореографическими выразительными средствами, импровизировать.
5. Воспитывать у детей стойкий интерес к русскому народному танцу и толерантный подход к изучению других национальных хореографических культур.
6. Расширить кругозор детей, их представления о предметах и явлениях окружающей действительности, растительном и животном мире.
7. Развивать умение наблюдать, анализировать, сравнивать, выделять характерные признаки предметов и явлений.
8. Посредством танца развивать работоспособность, готовность к труду, волевые качества личности.

**I. УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ РАБОТА.**

1. Азбука музыкального движения.

ТЕОРИЯ

* Динамические оттенки в музыке. Форте – меццо, форте – фортиссимо; пиано – пианиссимо. Крещендо – усиление; диминуэндо – ослабление.
* Прослушивание произведения Сен-Санса “Лебедь”.

ПРАКТИКА

Упражнения на развитие музыкальности (осуществляется непосредственно на уроке классического, народного и историко-бытового танца). Прослушивание музыки композиторов-классиков (Бетховен, Чайковский, Моцарт и т.д.)

1. Элементы классического танца.

ТЕОРИЯ

Основные правила движения у станка. Эпольман (epaulement) Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.

ПРАКТИКА

* Дэми плие (demi plie) по 1, 2, 3 позициям, держась одной рукой за станок.
* Рэливэ (battement releve lent)
* Батман тандю (battement tendu) с 3 позиции, батман тандю с деми плие (battement tendu с demi plie) ,вперед, в сторону, назад.
* Деми рон дэ жамб пар тэр (demi rond de jamb par terre) по 3 позиции: вперед, в сторону, назад.
* Положение ноги на ку дэ пье (cou-de-pied).
* Батман фраппэ (battement frappe) – ударный батман в сторону. Размер 2\4, 4\4 (затакт 1\8), темп – модерато.
* Батман тандю жете пике (battement tendu jete pijue) – натянутые движения ноги, колющий бросок.
* Батман рэливе лян (battement releve lent) на 45 градусов.
* Перегибы корпуса; стоя лицом к станку.
* Батман тандю жетэ (battement tendu gete) – натянутые движения с броском из 1 позиции в сторону, изучается стоя лицом к станку.
* Растяжки у станка.
* Прыжки.
* Тан леве соте (temps leve saute) по 1, 2, 3 позициям.
* Шанжман де пьэ (changement de pieds).
* Па эшаппе (pas echappe) на вторую позицию.
* Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе (croisee), поза эффасе (effacee). Размер 3\4, характер плавный, исполняется на четыре такта. Темп – адажио.
* 1 арабеск (носком в пол). Музыкальный размер 3\4, темп – адажио.
* Позиции рук, ног.
* 1, 2, пор де бра (port de bras)
* Тур шене

1. Элементы народно-сценического танца.

ТЕОРИЯ

Основные технические данные. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца, настроение и характер (задорный, озорной дух соревнования, удаль и т.п.). Хороводы и кадрили.

ПРАКТИКА

* Повторяются упражнения у станка. Новые движения.
* Батман тандю – скольжение стоп по полу: с поворотом ноги в закрытое положение – в сторону.
* Батман тандю жетэ – маленькие броски: вперед, в сторону; с одним ударом стопой по 3 открытой позиции (коротким ударом по полу носком или ребром каблука).
* Батман тандю в полуприседании на опорной ноге.
* Девелоппэ – развертывание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперед и в сторону).
* Упражнения на середине.
* Русский танец. Положение рук в парном танце. Движение рук: переводы в различные положения; навыки в обращении с платочком.
* Ходы. Закрепляются навыки и знания первого и второго годов обучения и добавляются новые: направление назад; переменный шаг с каблука, с продвижением назад и вперед.
* “Девичий шаг” с переступанием, два шага с последующей мягкой приставкой в 6 позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперед и назад.
* Дробь с подскоком - подскок на одной ноге с последующим ударом каблука и всей стопой другой ноги, на месте и с продвижением.
* Веревочка – простая и с переступанием.
* Ключ – дробный, сложный.
* Присядки – комбинации из полуприсядок и полных присядок.

1. Историко-бытовой танец.

ТЕОРИЯ

Танцы XVIII-XIX веков. Стиль и манеры.

ПРАКТИКА

* Па шассе (pas chasse) 5 форм, па польки в паре, па вальса, композиции из пройденных элементов.

1. Партерные упражнения.

ТЕОРИЯ

* подготовка мышц суставов к классическому и народно-характерному экзерсисам у станка;
* исправление некоторых недостатков в корпусе, ногах;
* выработка выворотности ног, развитие гибкости, эластичности стоп.

ПРАКТИКА

* упражнение на напряжение и расслабление мышц тела;
* для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья;
* развития подвижности локтевого сустава;
* для развития гибкости плечевого и поясного сустава;
* на укрепление мышц брюшного пресса;
* на улучшение гибкости позвоночника;
* развитие голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;
* для улучшения подвижности тазобедренного сустава;
* для развития выворотности ног и танцевального шага.
* поднимание ноги сидя и лежа.

(“Качалочка”, “Локоть – колено”, “Коробочка”, “Березка”, “Рыбка”, “Лягушка”, “Складка”, “Растяжка”, “Черепаха”, “Мостик”, “Кошечка”)

1. Импровизация.

ТЕОРИЯ

Дальнейшее развитие у детей творческой активности и образного мышления.

ПРАКТИКА

* Задание № 1 Музыкальный размер 2\4; темп – медленный.
* Упражнение; батман тандю (battement tendu). Ученик может использовать различное количество движений, перемену направления. Сочетать батман тандю симпль (battement tendu simple) с батман тандю плие (battement tendu plie).
* Упражнение: батман тандю жетэ (battement tendu jete). Музыкальный размер 2\4, темп –средний. Можно сочетать выученные движения и перемену направления (вперед, в сторону, назад), использовать батман тандю жетэ (battement tendu jete) и батман тандю жете пике (пуантэ) (battement tendu jete pijue).
* Времена года.
* *Зима.*
* Задание № 2 Муз. П.И. Чайковского “Щелкунчик”, фрагмент из 1 акта.
* Этюд “Елка” (в старые времена). После аннотации к балету “Щелкунчик” и прослушивания музыки дети исполняют импровизацию. Наиболее одаренные дети исполняют роли Маши, Щелкунчика, Фрица.
* Движения используются подскоки, галоп, маршеобразные шаги солдатиков, поклоны.
* Задание № 3 Муз. И. Дунаевского. “Полька”.
* Этюд “Новогодний праздник”. Дети самостоятельно выбирают себе роли Снегурочки, снеговика, куклы, любимых персонажей из фильмов. Импровизируют движения в характере образа.
* *Весна.*
* Задание № 4. Музыка Н. Римского-Корсакова. Фрагмент из пролога к опере “Снегурочка”.
* Этюд “Прилет птиц”. Импровизация исполняется после прослушивания музыки и аннотации к указанной сцене “Пролога”.
* Движения: подскоки, танцевальный шаг, танцевальный бег, прыжки на двух ногах, одной, изобразительная и выразительная пластика рук и корпуса.
* *Лето.*
* Задание № 5. Музыка П.И. Чайковского из цикла “Времена года”. Импровизация по заданию руководителя.
* *Осень.*
* Задание № 6 . Музыка П.И. Чайковского из цикла “Времена” года.
* Этюды “Осенние листья”, “Дождь”.

**II. МЕРОПРИЯТИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА.**

1. Организационная работа.

ТЕОРИЯ

* цели и задачи;
* содержание и форма занятий;
* техника безопасности;
* расписание занятий;
* внешний вид учащихся;
* беседа с родителями о целях и задачах обучения.

ПРАКТИКА

* оформление класса для занятий;
* комплектование групп.

1. Беседы.

ТЕОРИЯ

* история развития мирового балета.
* знакомство с балетами “Лебединое озеро”, “Спящая красавица”.
* идеи добра и зла, персонажи – носители идей спектакля.

1. Прослушивание музыкального материала.

ПРАКТИКА

* прослушивание музыкального материала;
* обсуждение прослушанного материала;
* просмотр видеозаписи: постановки балетов прошлых лет “Лебединое озеро” и “Спящая Красавица”.

**Требования к учащимся третьего года обучения.**

Ребенок справляется с усложненными заданиями, в которые вводятся элементы русского танца, различает “хоровод” и пляску, принимает участие в танцевальном номере, умеет равняться и держать интервалы, организован и понимает, что успех танца у зрителей зависит от каждого исполнителя, ребенок сопереживает своим товарищам и может помочь отстающим.

Знать правила основных движений классического танца.

Исполнять правильно батман тандю (battement tendu) вперед, в сторону. Уметь правильно ответить на вопрос о положении стопы, пятки и носка работающей ноги по отношению к опорной.

Иметь понятие о динамических оттенках музыки – крещендо, диминуэндо, пиано, форте.

Знать положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое.

Уметь исполнить простейшие “дроби”.

Исполнить русский танец на следующих движениях: переменный ход, “веревочка”, притопы, “ключ” простой, дробный, припадание.

**4-й год обучения «БАЗОВЫЙ»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание и вид работы | Общее кол-во часов | Теория | Практика | Формы организации занятий | Формы аттестации(контроля) |
| I. Учебно-тренировочная работа | | | | |  |  |
| 1. | Азбука музыкального движения | 11 | 3 | 8 | Групп. | Зачет |
| 2. | Элементы классического танца | 12 | 4 | 8 | Групп. | Концерт |
| 3. | Элементы народно-сценического танца | 12 | 3 | 9 | Групп. | Концерт |
| 4. | Элементы историко-бытового и современного танцев | 6 | 2 | 4 | Групп. | Концерт |
| 5. | Партерные упражнения | 16 | 2 | 14 | Групп. | Зачет |
| 6. | Танцевальная импровизация | 6 | 3 | 3 | Групп. | Зачет |
| III. Мероприятия воспитательно-познавательного характера | | | | |  |  |
| 1. | Организационная работа | 2 | 1 | 1 | Групп. |  |
| 2. | Беседы | 4 | 4 | - | Групп. | Опрос |
| 3. | Прослушивание музыкального материала | 3 | 3 | - | Групп. | Опрос |
| Итого: | | 72 | 25 | 47 |  |  |

**ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

Цель – закреплять и развивать интерес школьников и вырабатывать у них потребность в дальнейших занятиях хореографией; развивать художественно-творческую активность средствами танца.

Задачи:

1. Развивать возрастающий интерес к хореографическому искусству путем игрового, образно-метафоричного освоения народно-сценического танца с образно-тематическими элементами пластики.
2. Найти интересные и оригинальные авторские приемы подачи в обучении народно-сценическому танцу.
3. Развивать исполнительскую культуру детей с учетом возрастных психофизиологических и индивидуальных особенностей.
4. Продолжить развивать умение слушать и слышать музыку, передавать ее содержание и характер хореографическими выразительными средствами, импровизировать.
5. Воспитывать у детей стойкий интерес к русскому народному танцу и толерантный подход к изучению других национальных хореографических культур.
6. Расширить кругозор детей, их представления о предметах и явлениях окружающей действительности, растительном и животном мире.
7. Развивать умение наблюдать, анализировать, сравнивать, выделять характерные признаки предметов и явлений.
8. Посредством танца развивать работоспособность, готовность к труду, волевые качества личности.

**I. УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ РАБОТА.**

1. Азбука музыкального движения.

ТЕОРИЯ

* Динамические оттенки в музыке. Форте – меццо, форте – фортиссимо; пиано – пианиссимо. Крещендо – усиление; диминуэндо – ослабление.
* Прослушивание произведения Сен-Санса “Лебедь”.

ПРАКТИКА

Упражнения на развитие музыкальности (осуществляется непосредственно на уроке классического, народного и историко-бытового танца). Прослушивание музыки композиторов-классиков (Бетховен, Чайковский, Моцарт и т.д.)

1. Элементы классического танца.

ТЕОРИЯ

Основные правила движения у станка. Эпольман (epaulement) Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.

ПРАКТИКА

* Дэми плие (demi plie) по 1, 2, 3 позициям, держась одной рукой за станок.
* Рэливэ (battement releve lent)
* Батман тандю (battement tendu) с 3 позиции, батман тандю с деми плие (battement tendu с demi plie) ,вперед, в сторону, назад.
* Деми рон дэ жамб пар тэр (demi rond de jamb par terre) по 3 позиции: вперед, в сторону, назад.
* Положение ноги на ку дэ пье (cou-de-pied).
* Батман фраппэ (battement frappe) – ударный батман в сторону. Размер 2\4, 4\4 (затакт 1\8), темп – модерато.
* Батман тандю жете пике (battement tendu jete pijue) – натянутые движения ноги, колющий бросок.
* Батман рэливе лян (battement releve lent) на 45 градусов.
* Перегибы корпуса; стоя лицом к станку.
* Батман тандю жетэ (battement tendu gete) – натянутые движения с броском из 1 позиции в сторону, изучается стоя лицом к станку.
* Растяжки у станка.
* Прыжки.
* Тан леве соте (temps leve saute) по 1, 2, 3 позициям.
* Шанжман де пьэ (changement de pieds).
* Па эшаппе (pas echappe) на вторую позицию.
* Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе (croisee), поза эффасе (effacee). Размер 3\4, характер плавный, исполняется на четыре такта. Темп – адажио.
* 1 арабеск (носком в пол). Музыкальный размер 3\4, темп – адажио.
* Позиции рук, ног.
* 1, 2, пор де бра (port de bras)
* Тур шене

1. Элементы народно-сценического танца.

ТЕОРИЯ

Основные технические данные. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца, настроение и характер (задорный, озорной дух соревнования, удаль и т.п.). Хороводы и кадрили.

ПРАКТИКА

* Повторяются упражнения у станка. Новые движения.
* Батман тандю – скольжение стоп по полу: с поворотом ноги в закрытое положение – в сторону.
* Батман тандю жетэ – маленькие броски: вперед, в сторону; с одним ударом стопой по 3 открытой позиции (коротким ударом по полу носком или ребром каблука).
* Батман тандю в полуприседании на опорной ноге.
* Девелоппэ – развертывание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперед и в сторону).
* Упражнения на середине.
* Русский танец. Положение рук в парном танце. Движение рук: переводы в различные положения; навыки в обращении с платочком.
* Ходы. Закрепляются навыки и знания первого и второго годов обучения и добавляются новые: направление назад; переменный шаг с каблука, с продвижением назад и вперед.
* “Девичий шаг” с переступанием, два шага с последующей мягкой приставкой в 6 позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперед и назад.
* Дробь с подскоком - подскок на одной ноге с последующим ударом каблука и всей стопой другой ноги, на месте и с продвижением.
* Веревочка – простая и с переступанием.
* Ключ – дробный, сложный.
* Присядки – комбинации из полуприсядок и полных присядок.

1. Историко-бытовой танец.

ТЕОРИЯ

Танцы XVIII-XIX веков. Стиль и манеры.

ПРАКТИКА

* Па шассе (pas chasse) 5 форм, па польки в паре, па вальса, композиции из пройденных элементов.

1. Партерные упражнения.

ТЕОРИЯ

* подготовка мышц суставов к классическому и народно-характерному экзерсисам у станка;
* исправление некоторых недостатков в корпусе, ногах;
* выработка выворотности ног, развитие гибкости, эластичности стоп.

ПРАКТИКА

* упражнение на напряжение и расслабление мышц тела;
* для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья;
* развития подвижности локтевого сустава;
* для развития гибкости плечевого и поясного сустава;
* на укрепление мышц брюшного пресса;
* на улучшение гибкости позвоночника;
* развитие голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;
* для улучшения подвижности тазобедренного сустава;
* для развития выворотности ног и танцевального шага.
* поднимание ноги сидя и лежа.

(“Качалочка”, “Локоть – колено”, “Коробочка”, “Березка”, “Рыбка”, “Лягушка”, “Складка”, “Растяжка”, “Черепаха”, “Мостик”, “Кошечка”)

1. Импровизация.

ТЕОРИЯ

Дальнейшее развитие у детей творческой активности и образного мышления.

ПРАКТИКА

* Задание № 1 Музыкальный размер 2\4; темп – медленный.
* Упражнение; батман тандю (battement tendu). Ученик может использовать различное количество движений, перемену направления. Сочетать батман тандю симпль (battement tendu simple) с батман тандю плие (battement tendu plie).
* Упражнение: батман тандю жетэ (battement tendu jete). Музыкальный размер 2\4, темп –средний. Можно сочетать выученные движения и перемену направления (вперед, в сторону, назад), использовать батман тандю жетэ (battement tendu jete) и батман тандю жете пике (пуантэ) (battement tendu jete pijue).
* Времена года.
* *Зима.*
* Задание № 2 Муз. П.И. Чайковского “Щелкунчик”, фрагмент из 1 акта.
* Этюд “Елка” (в старые времена). После аннотации к балету “Щелкунчик” и прослушивания музыки дети исполняют импровизацию. Наиболее одаренные дети исполняют роли Маши, Щелкунчика, Фрица.
* Движения используются подскоки, галоп, маршеобразные шаги солдатиков, поклоны.
* Задание № 3 Муз. И. Дунаевского. “Полька”.
* Этюд “Новогодний праздник”. Дети самостоятельно выбирают себе роли Снегурочки, снеговика, куклы, любимых персонажей из фильмов. Импровизируют движения в характере образа.
* *Весна.*
* Задание № 4. Музыка Н. Римского-Корсакова. Фрагмент из пролога к опере “Снегурочка”.
* Этюд “Прилет птиц”. Импровизация исполняется после прослушивания музыки и аннотации к указанной сцене “Пролога”.
* Движения: подскоки, танцевальный шаг, танцевальный бег, прыжки на двух ногах, одной, изобразительная и выразительная пластика рук и корпуса.
* *Лето.*
* Задание № 5. Музыка П.И. Чайковского из цикла “Времена года”. Импровизация по заданию руководителя.
* *Осень.*
* Задание № 6 . Музыка П.И. Чайковского из цикла “Времена” года.
* Этюды “Осенние листья”, “Дождь”.

**II. МЕРОПРИЯТИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА.**

1. Организационная работа.

ТЕОРИЯ

* цели и задачи;
* содержание и форма занятий;
* техника безопасности;
* расписание занятий;
* внешний вид учащихся;
* беседа с родителями о целях и задачах обучения.

ПРАКТИКА

* оформление класса для занятий;
* комплектование групп.

1. Беседы.

ТЕОРИЯ

* история развития мирового балета.
* знакомство с балетами “Лебединое озеро”, “Спящая красавица”.
* идеи добра и зла, персонажи – носители идей спектакля.

1. Прослушивание музыкального материала.

ПРАКТИКА

* прослушивание музыкального материала;
* обсуждение прослушанного материала;
* просмотр видеозаписи: постановки балетов прошлых лет “Лебединое озеро” и “Спящая Красавица”.

**Требования к учащимся четвертого года обучения.**

Ребенок справляется с усложненными заданиями, в которые вводятся элементы русского танца, различает “хоровод” и пляску, принимает участие в танцевальном номере, умеет равняться и держать интервалы, организован и понимает, что успех танца у зрителей зависит от каждого исполнителя, ребенок сопереживает своим товарищам и может помочь отстающим.

Знать правила основных движений классического танца.

Исполнять правильно батман тандю (battement tendu) вперед, в сторону. Уметь правильно ответить на вопрос о положении стопы, пятки и носка работающей ноги по отношению к опорной.

Иметь понятие о динамических оттенках музыки – крещендо, диминуэндо, пиано, форте.

Знать положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое.

Уметь исполнить простейшие “дроби”.

Исполнить русский танец на следующих движениях: переменный ход, “веревочка”, притопы, “ключ” простой, дробный, припадание.

**1.4. Планируемые результаты**

Учитывая, что в хореографический кружок принимаются дети без специального отбора, не имеющие медицинских противопоказаний, одной из задач хореографа является исправление дефектов осанки. Следует обращать внимание на положение всей ноги и стопы в полной и неполной выворотности, чтобы не было наклона в голеностопном суставе ни наружу, ни внутрь.

Учащиеся во время обучения должны получить представления о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца - это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация.

Отчеты хореографического кружка планируются в виде открытых занятий или как концертное выступление.

**Прогнозируемые результаты учебно-воспитательной работы.**

По итогам занятий дети должны:

1. Освоить азы ритмики, точно “прохлопывать” основной метроритмический рисунок музыки с последующим “протанцовыванием” притопами;
2. Освоить основные упражнения игровой партерной гимнастики (развить свои данные – подъем стопы, выворотность, шаг, гибкость спины, эластичность мышц и связок суставно-связочного аппарата)
3. Освоить программный объем движений народно-сценического танца и элементарный хореографический репертуар;
4. Освоить пространство репетиционного и сценического зала (1-8 точки), линейное, круговое построение, основные фигуры-рисунки танца;
5. Определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей;
6. Использовать сюжетные и драматические элементы в инсценировках песен, хороводах;
7. Иметь задатки самостоятельности, силы воли, развивать их, уметь доводить начатое дело до конца, осознавать значение результатов своего творческого поиска;
8. Адекватно оценивать свои действия и поступки, чутко относиться к партнеру в танце, к творческим поискам сверстников;
9. Иметь определенные навыки общей культуры, интеллектуально-эстетического развития.

**Методика выявления результатов учебно-воспитательной работы.**

В первые дни выявляется степень интересов и уровень подготовленности детей к занятиям ритмикой и танцем, природные физические данные каждого ребенка (начальный этап диагностики), далее – в конце каждого квартала (промежуточные диагностические этапы), а также в конце мая педагог подводит итоги (заключительное диагностическое исследование детей по усвоению программы) учебного года.

Основные оценочные параметры:

* уровень профессиональных знаний, умений и навыков, получаемых детьми;
* степень развития интеллектуальных, художественно-творческих способностей ребенка его личностных качеств;
* уровень развития общей культуры ребенка (уровни: нулевой, низкий, средний, высокий).

Формы и методы проверки результатов.

* творческие постановочные работы (участие обучаемых в районных и окружных фестивалях-конкурсах детского творчества;
* постановка музыкально-танцевальных представлений, хореографических спектаклей и концертных программ для праздников;
* зачетные занятия и экзамены, открытые показы, контрольные уроки, класс-концерты, мастер-классы с целью реальной и объективной оценки знаний, навыков и умений, полученных за концертный период;
* проверочные задания;
* индивидуальная контрольная сдача учебного материала педагогу;
* метод педагогических наблюдений.

**Блок №2 Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.**

* 1. **Календарный учебный график**

**Составить по всем группам с датами по расписанию**

1-й год обучения: кол-во недель – 36;

кол-во дней – 72.

Учебный период с 1 сентября по 31 мая.

2-й год обучения: кол-во недель – 36;

кол-во дней – 72.

Учебный период с 1 сентября по 31 мая.

3-й год обучения: кол-во недель – 36;

кол-во дней – 72.

Учебный период с 1 сентября по 31 мая.

4-й год обучения: кол-во недель – 36;

кол-во дней – 72.

Учебный период с 1 сентября по 31 мая.

* 1. **Условия реализации программы.**

**Материально-техническое обеспечение программы**

Занятия должны проходить в просторном, светлом, проветриваемом помещении. Станок должен соответствовать росту ребенку (находиться на уровне пояса или чуть выше). Станок используется для поддержки тела в равновесии при разучивании упражнений. Станок должен быть расположен напротив зеркал. Зеркала, установленные в зале, помогут проверить правильность выполнения упражнения, осанку, правильность поз.

Обувь на занятиях классическим танцем должна быть мягкой, удобной и не стеснять движений.

Для занятий народно-сценическим танцем обувь должна быть жесткой на небольшом каблучке, плотно сидящая на ноге.

Форма для занятий должна быть удобной, не стеснять движений и не скрывать от педагога работу мышц учащихся.

Одежда должна быть опрятной и красивой. Волосы аккуратно убраны в “пучок”.

В хореографическом зале необходимо иметь аудио- и видеоаппаратуру, видеокассеты (диски) для анализа концертных выступлений учащихся. А также возможности для просмотра видеоматериала для художественно-эстетического воспитания детей на лучших образцах отечественных и зарубежных танцевальных коллективах.

**Условия реализации программы**

**Методическое обеспечение учебного занятия.**

Методическое обеспечение сложный процесс, включающий прогнозирование потребностей, разработку методической продукции и ее применение.

Музыкальное сопровождение играет большую роль на занятиях по танцу.

Музыка помогает определить скорость движений и ритм упражнений, подсказывает характер движений. Бодрая музыка вызывает желание двигаться, создает хорошее настроение. Музыка делает занятия более полноценными и эмоциональными.

Музыкальный материал должен соответствовать возрасту детей и характеру исполняемых движений. Для занятий классическим танцем нужно использовать фортепианную музыку или музыку из классических балетов. Для занятий народно-сценическим танцем лучше использовать музыку в исполнении народных инструментов различных народов.

Хорошее музыкальное сопровождение поможет развить у учащихся не только ритм, слух, но и воспитать художественный вкус.

Урок танца, особенно в начале, выстраивается не сразу. Постепенно из отдельных элементов, движений складываются учебные комбинации. Новое движение разучивается, как правило, лицом к станку, исполняется с одной, затем с другой ноги. Важно достигнуть правильности исполнения того или иного упражнения, давая определенную нагрузку на мышцы, суставы, связки. При составлении урока необходимо учитывать, в какое время дня проводится занятие, какая температура в классе (необходимо наличие термометра в помещении) и многое другое, что может повлиять на состояние учащихся. Каждый урок может включать 8-9 упражнений, построенных по принципу чередования; упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими; упражнения на вытянутых ногах – с упражнениями на присогнутых и т.п. Основу урока составляют приседания, упражнения на развитие подвижности стопы, маленькие броски, круговые движения ногой, низкие и высокие развороты ноги.

Приступая к построению урока, педагогу необходимо поставить перед собой вопросы: что нужно разучить? Какие упражнения следует дополнить или усложнить, а что из ранее пройденного материала – отработать? Разучивать в течение одного занятия весь комплекс упражнений урока нецелесообразно.

При проведении урока педагог должен суметь донести до учащихся все нюансы изучаемого танцевального материала. Здесь особенно важен практический показ каждого упражнения под музыку, четкая его метрическая раскладка. Желательно сохранять единый темп ведения урока. Объяснение не должно быть продолжительным, т.к. затянувшаяся пауза между разучиваемыми упражнениями приводит к переохлаждению физического аппарата исполнителей. Это особенно важно учитывать при проведении занятий в зимнее время года. Слишком высокий темп проведения урока, большое число повторений комбинаций также недопустимо, т.к. это может привести к перегрузкам тех или иных групп мышц, а порой – к их заболеванию. Для того, чтобы освободить мышцы, достаточно сменить одно упражнение на другое. Например, после исполнение маленьких бросков с большой нагрузкой на икроножную мышцу опорной ноги нужно предложить упражнение на прямой опорной ноге. Для отдыха можно использовать одно-два танцевальных движения на середине зала.

**2.3. Форма аттестации**

Контроль за реализацией дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы может проводиться в разных формах: контрольное занятие, итоговое занятие, зачёт, конкурс, отчётные концерты.

**2.4. Оценочные материалы**

Участие в школьных мероприятиях и открытых уроках для родителей.

* 1. **Методические материалы**

Методы обучения

Методы организации учебно-познавательной деятельности.

* Словесный метод (рассказы, беседы);
* Наглядный метод (показ иллюстраций, видеофильмов);
* Практический метод (упражнения, тренинг).
* Репродуктивный метод (запоминание детьми готовой информации
* Методы работы под руководством педагога;
* Методы самостоятельной работы.

Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности

* + Метод познавательной игры;
  + Метод создания ситуации успеха;
  + Метод поощрения.

Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности.

* + Метод практического контроля;
  + Метод индивидуального контроля;
  + Метод фронтального контроля.

**2.6. Список литературы**

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Базарова И., Мей В. “Азбука классического танца”, Л., 1983.
2. Борзов А. “Танцы народов СССР”. – М., 1984.
3. Бочаров А., Ширяев А., Лопухов А. “Основы народно-характерного танца”. – Л., М., 1939.
4. Бочарникова Э. “Страна волшебная – балет”, М. 1974.
5. Васильева-Рождественская М. “Историко-бытовой танец”. - М., 1963.
6. Ветлугина Н. “Музыкальное развитие ребенка” - М., 1976.
7. Гусев Г.П. “Методика преподавания народного танца”. - М., 2004.
8. Ивановский Н. “Бальный танец ХУ1 – Х!Х вв”. – Л., М., 1948.
9. Кветная О. “Историко-бытовой танец”. – М., 1997.
10. Константиновский В. “Учить прекрасному”. – М., 1973
11. Ротерс Т. “Музыкально-ритмическое воспитание”. - М., 1989.
12. Руднева С., Фиш Э. “Ритмика. Музыкальное движение”. - М., 1972.
13. Устинова Т. “Избранные русские народные танцы”. – М., 1996.
14. Учебное занятие в УДО, Пермь, 2000 г.
15. Череховская Р. “Танцевать могут все”. - Минск, 1973.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ

* 1. Пасютинская В. «Волшебный мир танца». – М., «Просвещение», 1985
  2. Бочарникова Э. «Страна волшебная – балет». – М., «Детская литература», 1974
  3. Государственный хореографический ансамбль «Березка». – М., «Советская Россия», 1972.
  4. Жданов Л., «Вступление в балет». – М., «Планета», 1986.
  5. «Мариус Петипа». – Л., «Искусство», 1971.
  6. Рославлева Н., «Майя Плисецкая», - М., «Искусство», 1968.
  7. **Глоссарий**

**Интернет-ресурсы**

[www.nsportal.ru](http://www.nsportal.ru)

[www.kopilkaurokov.ru](http://www.kopilkaurokov.ru)

[www.horeograf.com](http://www.horeograf.com)

[www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru)

[www.unionddt.ru](http://www.unionddt.ru)

[www.need4dance.ru](http://www.need4dance.ru)