

Муниципальное учреждение дополнительного образования
Центр детского творчества «Шанс» ЯМР

Согласовано:

Педагогический совет
ЯМР

От «29» мск 2020 г.

Протокол № 2
29 мск 2020 г.

Утверждаю:

Директор МУДО ЦДТ «Шанс»



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Художественной направленности
«Мир танца»**

Возраст обучающихся: 10-13 лет

Срок реализации программы: 2 года

**Автор-составитель:
Смирнова Любовь Геннадьевна,
педагог дополнительного образования**

п. Щедрино
2020

1. Пояснительная записка

Танец - совершенно особый вид искусства. Было бы крайне легкомысленно считать танцы лишь развлечением, способом приятного время проведения.

Как и всякое искусство, танец доставляет ни с чем несравнимое удовольствие. Именно в танце можно познать свой дух и своё тело и выразить все свои чувства. Танцующий стремится выразить свои настроения и эмоции в пластически красивой и эстетически совершенной форме. Свобода и лёгкость движений, красота и пластичность радует танцоров и зрителей. Преодолевая трудности, тренируя тело и осваивая лексику танца, ребёнок познаёт красоту танцевального творчества.

Танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному. Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает их физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Благодаря систематическому хореографическому образованию дети приобретают эстетическую и танцевальную культуру, проявляя настойчивость и усердие в приобретении танцевальных навыков и знаний.

С первых же занятий необходимо вызывать у детей активный интерес к танцу, от этого во многом зависят их дальнейшие успехи. Необходимым условием успешного проведения занятий является дисциплинированность обучающихся.

Специфика обучения хореографии связана с систематической и большой физической нагрузкой. При этом сам по себе физический труд не имеет для ребенка воспитательного значения, если не сочетается с активным мыслительным процессом. Решающим фактором, воздействия на ум ребенка, является не только указание педагога, но и само занятие: содержание материала, композиция занятия в целом, построение отдельных заданий.

Важным принципом работы с детьми - использование минимума танцевальных элементов при максимуме их сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений даёт возможность качественного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего обучения. Большое количество комбинаций этих элементов создаёт впечатление новизны и активизирует мыслительный процесс, а также дает простор фантазии ребенка. В подаче материала необходимо идти по принципу от простого к сложному.

Мы живём во времена бурного развития массовой гиподинамии, когда ребёнок волей - неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Сегодня необходимы дополнительные меры, направленные на укрепление и сохранение здоровья учащихся.

Занятия танцем во многом будут способствовать увеличению двигательной активности детей, правильному физическому развитию и укреплению детского организма. У детей также будет активно развиваться и эмоциональная сфера, формироваться эстетическая отзывчивость на прекрасное, творческие способности, эстетический вкус, культура общения. Этим обусловлена **актуальность** программы.

Цель данной программы - раскрытие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством овладения ими основами хореографического мастерства.

Для реализации поставленной цели решаются следующие задачи различного характера:

Задачи 3 - 4 года обучения:

Обучающие:

- Обеспечивать каждому ребенку комфортную, эмоциональную среду обучения;
- Обучать детей основам танца и импровизации, изучение танцевальных движений и схем, индивидуальных и массовых танцевальных композиций;
- Обучать детей приемам самоконтроля и взаимоконтроля (самостоятельная и коллективная работа);
- Организация постановочной и концертной деятельности.

Развивающие:

- Развивать познавательный интерес и творческий потенциал обучающихся;
- Формировать у детей музыкально- ритмические навыки;
- Развивать эстетический вкус;
- Повышать мотивацию обучающихся на творческую деятельность;
- Развивать физические способности: силу ног, пластичность рук, гибкость тела, эластичность мышц и подвижность суставов.

Воспитательные:

- Развивать коммуникативные возможности детей, их самостоятельность в общении;
- создавать дружественную среду вокруг самоопределяющейся личности;
- воспитывать в детях морально - волевые качества: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах, уважение к партнеру по танцам, чувство товарищества, ответственность;
- работа над адаптацией к современной жизни с помощью полученных знаний, умений и навыков.

Программа имеет **художественно - эстетическую направленность**.

Образовательная программа рассчитана на 2 года обучения для детей с 10-13 летнего возраста.

Учебный план обучения предполагает нагрузку в размере 4 часов в неделю. Занятия проводятся в форме групповых занятий (от 12 до 15 человек). Продолжительность одного занятия - 45 минут (академический час).

Ожидаемые результаты.

Обучающие 3 года обучения должны:

Знать:

- названия движений, их перевод и значение в классическом танце;
- все позиции ног классического танца;
- понятие epaulement, уровни подъёма ног, положение - epaulement croisee в классическом танце;
- стилевые особенности исполнения изучаемых национальных танцев.

Владеть:

- устойчивостью;
- навыками закономерной координации движений рук и головы в классическом танце;
- координацией исполнения движений;
- техникой и манерой исполнения изучаемых этюдов в народном танце;
- музыкальным и выразительным исполнением материала;
- образным мышлением.

Уметь:

- выразительно исполнять движения.

Обучающие 4 года обучения должны:

Знать:

- названия движений, их перевод и значение в классическом танце;
- основные требования современного танца, названия движений (английская терминология), их перевод и значение;
- стилевые особенности исполнения изучаемых национальных танцев;
- образцы народной музыки;
- знать технику исполнения вращений в народном танце.

Владеть:

- двигательной активностью, мышечной силой;
- координацией исполнения движений;
- образным мышлением.

Уметь:

- ориентироваться в пространстве во время исполнения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- правильно пользоваться деталями костюма, атрибутикой: ленточками, веночками, платочками, корзинками и т.д.

2. Учебно-тематический план

3 год обучения

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	В том числе:	
			Теор.	Практ.
1.	И.Т.Б. Вводное занятие.	1	1	-
2.	Классический танец.			
	Тема 1. Терминология классического танца.	5	5	-
	Тема 2. Экзерсис у станка.	16	-	16
	Тема 3. Экзерсис на середине зала.	10	-	10
	Тема 4. Allegro.	10	-	10
3.	Народный танец.			
	Тема 1. Основы народного танца. Упражнения у станка. Упражнения на середине зала.	10 7	1 -	9 7
	Тема 2. Народная танцевальная культура. Русский танец. Танцы народов мира. Этюдная работа.	10 10 10	1 1 -	9 9 10
4.	Основы современного танца.	10	-	10
5.	Повторение изученного материала.	15	-	15
6.	Разучивание танцев.	16	1	15
7.	Отработка танцев.	10	-	10
8.	Отчетный концерт.	2	-	2
9.	Открытое занятие.	2	-	2
	Итого:	144		

4 год обучения

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	В том числе:	
			Теор.	Практ.
1.	И.Т.Б. Вводное занятие.	1	1	-
2.	Классический танец.			
	Тема 1. Терминология классического танца.	6	6	-
	Тема 2. Экзерсис у станка.	10	-	10
	Тема 3. Экзерсис на середине зала.	10	-	10
	Тема 4. Allegro.	8	-	8
3.	Народный танец.			
	Тема 1. Основы народного танца. Упражнения у станка.	12	1	11
	Упражнения на середине зала.	10	-	10
	Этюдная работа.	8	-	8
4.	Современный танец.			
	Тема 1. Терминология современного танца.	5	5	-
	Тема 2. Общеразвивающие упражнения.	4	-	4
	Тема 3. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	5	-	5
	Тема 4. Экзерсис на полу.	5	-	5
	Тема 5. Позиции рук и ног в современном танце.	3	-	3
	Тема 6. Экзерсис на середине зала.	8	-	8
	Тема 7. Экзерсис у станка.	5	-	5
	Тема 8. Кросс. Передвижения в пространстве.	5	-	5
5.	Повторение изученного материала.	10	-	10
6.	Изучение танцев.	15	1	14
7.	Отработка танцев.	10	-	10
8.	Отчетный концерт.	2	-	2
9.	Открытое занятие.	2	-	2
	Итого:	144	14	130

3.Содержание программы

Содержание третьего года обучения

Классический танец.

Тема 1. Терминология классического танца

Французская терминология в классическом танце; объяснение правил выполнения упражнений 3 года обучения.

Тема 2. Экзерсис у станка

- 1) Позиция ног - IV.
- 2) Demi-plie по IV позиции.
- 3) Grand-plie по V позиции.
- 4) Battement tendu jete из V позиции в сторону, вперед, назад.
- 5) Rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
- 6) Battement frappe - в сторону, вперед и назад носком в пол.
- 7) Battement releve lent на 45° из V позиции в сторону, вперед и назад; 90° из I позиции во всех направлениях.
- 8) Retire.
- 9) Grand battement jete по I позиции во всех направлениях.
- 10) Relevé по IV позиции.
- 11) Pas de bourree без перемены ног.

Тема 3. Экзерсис на середине зала

- 1) Положение - epaulement croisee.
- 2) Позы - croisee носком в пол.
- 3) Demi-plie по IV позиции.
- 4) Grand-plie по I, II, V позициям.
- 5) Battement tendu jete из I и V позиции в сторону, вперед, назад.
- 6) Battement releve lent на 45° из V позиции в сторону, вперед и назад.
- 7) Relevé по IV позиции.
- 8) Pas de bourree с переменной ног en face.
- 9) 2-ое port de bras.

Тема 4. Allegro

- 1) Temps sauté по IV позиции.
- 2) Pas échappé в IV позицию.
- 3) Changement de pied en face.
- 4) Pas assemble с открыванием ноги в сторону.
- 5) Pas jete с открыванием ноги в сторону en face.

Народный танец

Тема 1. Основы народного танца

Упражнения у станка

- 1) Постановка корпуса по позициям
- 2) Demi-plie (медленные в открытых и прямых позициях)
- 3) Grand plie (медленные в открытых и прямых позициях)

- 4) Battement tendu
- 5) Battement tendu jete (с акцентом «от себя»)
- 6) Перегибы корпуса

Упражнения на середине зала

- постановка корпуса; изучение положений рук в паре, позиций ног;
- комбинирование элементов и движений, разучивание и отработка комбинаций.

Тема 2. Народная танцевальная культура

Русский танец

- 1) Дроби (дробь «хромого», «мелкая разговорная дробь», дробь «в три ножки», одинарный «ключ», двойной «ключ»)
- 2) Крутки (на месте, с продвижением)

Танцы народов мира

- 1) Белорусский народный танец
(Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Основные положения рук. Позиции ног. Основные положения в паре. Основной ход танца «Бульба». Притопы. «Перескоки». Подскоки. Галоп.)
- 2) Танцы народов Прибалтики
(Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Основные положения рук. Позиции ног. Основные положения в паре, тройках. Соскоки. Галоп и их различные состояния; прыжки с вытянутыми и поджатыми ногами.)

Тема 3. Этюдная работа

Танцевальные композиции, способствующие развитию исполнительской техники, выразительности, эмоциональности; выявлению внутреннего темперамента, освоению манеры национальных танцев. Знакомство с национальными особенностями, которые проявляются во взаимодействии движений музыки, в композиционных построениях, в разнообразии жанров, этика общения исполнителей. Развитие у исполнителей творческого мышления.

- 1) Этюд на основе русского танца
- 2) Этюд на основе белорусского народного танца.
- 3) Этюд на основе танцев народов Прибалтики.

Разучивание и отработка танцев

Разучивание танцев служит для того, чтобы дети правильно исполняли все движения под определенную музыку, чтобы они передали тот образ, который был задуман, и чтобы все ученики чувствовали танец духовно

Содержание четвертого года обучения

Классический танец

На четвертом году обучения закрепляется азбука классического танца. Основными задачами являются выработка навыков правильности и чистоты исполнения. На середине зала закрепляются классические позы, продолжается работа над port de bras. Усложнение сочетаний движений, необходимое для дальнейшего развития координации. Работа над выразительностью и музыкальностью исполнения движений.

Тема 1. Терминология классического танца

Французская терминология в классическом танце; объяснение правил выполнения упражнений 4 года обучения.

Тема 2. Экзерсис у станка

1. Demi и grand plie по IV позиции ног.
2. Battement tendu из V позиции ног с demi plie, с passé par terre, с pour le pied.
3. Battement tendu jete из V позиции ног с demi plie и с passé par terre.
4. Battement tendu jete с rique одинарным и двойным вперёд, в сторону и назад.
5. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans на demi plie.
6. Battement fondu.
7. Battement frappe на 45^0 .
8. Battement releve lent из V позиции на 90^0 .
9. Позы у станка маленькие.
10. Полуповороты на полупальцах по V позиции en dehors и en dedans.
11. Grand battement jete из V позиции.

Тема 3. Экзерсис на середине зала

1. Demi и grand plie по IV позиции.
2. Поза epaulement effacee вперёд и назад носком в пол.
3. Battement tendu в маленьких и больших позах.
4. Battement jete в маленьких и больших позах.
5. Pas de basque.
6. Battement fondu носком в пол.
7. Battment releve lent в положении en face.
8. 3-е port de bras.

Тема 4. Allegro

1. Sissonne simple en face.
2. Pas glissade в сторону.

Народный танец

Тема 1. Основы народного танца

Представление о структуре занятия, его составляющих; раскрытие содержания занятия.

Упражнения у станка

- 1) Demi-plie (резкое) в открытых и прямых позициях
- 2) Grand plie (резкое) в открытых и прямых позициях
- 3) Battement tendu:
 - с переводом стопы с носка на пятку;
 - с полуприседанием на опорной ноге в момент перевода стопы с носка на каблук
- 4) Battement tendu jete с акцентом "к себе"
- 5) Rond de jambe et rond de pied:
 - основной вид;

- с полуприседанием на опорной ноге
 - 6) Дробные выстукивания в 1-ой прямой позиции всей ступней:
 - одинарные удары поочерёдно одной и другой ногой;
 - одинарные и двойные удары с подскоком на опорной ноге;
 - одинарные и двойные удары с подскоком и переступаниями;
 - одинарные и двойные удары с подъёмом пятки опорной ноги
 - 7) Подготовка к "верёвочке":
 - основной вид на целой стопе;
 - повороты работающей ноги из выворотного положения в невыворотное и обратно;
 - основной вид с полуприседанием на опорной ноге
 - 8) Grand battement jete:
 - с вытянутой стопой;
 - с полуприседанием на опорной ноге с вытянутой и сокращённой стопой
 - 9) Перегибы корпуса вперёд, назад
- Упражнения на середине зала**
- освоение элементов и движений народных танцев;
 - комбинирование элементов и движений народных танцев, разучивание и отработка комбинаций.

Танцы народов мира

Украинский танец

(Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Основные положения рук. Позиции ног. Основные движения танца "Веснянка", "Гопак": "припадание", "голубец", тройной ход на полупальцах, "бигунец", "дорожка-плетёнка", "вихлясник", "угинание", "верёвочка", "тынок". Приёмы обращения с предметами: венок.)

Танцы народов Поволжья, Урала

Татарский танец

(Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Основные положения рук. Позиции ног. Основной женский ход, ход на каблук, боковой ход с разворотом стопы "брма", боковой ход "кучеру". Основные движения: "забивание гвоздей", "люлька", "строчка", тройной притоп, дробь с каблука, "бишек", "змейка". Приёмы обращения с предметами: платок.)

Тема 3. Этюдная работа

Танцевальные композиции, способствующие развитию исполнительской техники, выразительности, эмоциональности; выявлению внутреннего темперамента, освоению манеры национальных танцев. Знакомство с национальными особенностями, которые проявляются во взаимодействии движений музыки, в композиционных построениях, в разнообразии жанров, этика общения исполнителей. Развитие у исполнителей творческого мышления.

- 1) Этюд на основе украинского танца ("Веснянка")
- 2) Этюд на основе татарского танца

Современный танец.

Тема 1. Терминология современного танца.

Термины современного танца на английском языке, т.к. современный танец «пришёл» из США.

Необходимо переводить термины на русский язык в процессе обучения, объяснять их значение, характер исполнения.

- contract – контракция (сжатие к центру, общее и изолированное)
- bodi roll – скручивание тела
- stretch – тянуть, растягивать
- flex, point – сократить, вытянуть
- flat back – плоская спина
- skate – скольжение и т.д.

Тема 2. Общеразвивающие упражнения.

Кросс: шаг с носка, шаг на полу пальцах и на пятках, галопы (лицом в круг и спиной), подскоки, лёгкий бег на полу пальцах, бег против ветра, падебуре, броски ног вперед, назад, в сторону, разноплановые прыжки, колесо, кольцо, шпагат в воздухе,

Тема 3. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Разминка на середине: наклоны головы вперед, назад и в стороны, повороты головы вправо-влево, круговые движения головой по полукругу, подъём плеч вверх-вниз, круговые движения плечами вперед-назад, работа грудной клетки вперед-назад (контракция), квадрат грудной клетки, круговые движения бёдер вправо-влево, «восьмёрка», полукруг, releve по I. II. VI позициям, подъём согнутой в колене ноги, прыжки по 1, 2, 4, 6 позициям, поджатые, «разножки», из demi- plie в «звезду», stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flat back (флэт бэк – плоская стена), наклоны: flat back и наклон к ноге: вперед и назад, отжимание, roll (ролл – скручивание): вперед с flat back и в сторону с demi- plie (деми плие – маленькое приседание).

Тема 4. Экзерсис на полу.

Экзерсис на полу направлен на расширение технических способностей обучающихся.

Экзерсис на полу состоит из нескольких разделов:

- упражнения, сидя на полу
- лёжа на спине
- лёжа на боку
- лёжа на животе
- упражнения, стоя на коленях
- упражнения парами

Каждый из разделов имеет свои задачи, но практически через все упражнения проходит нацеленность на укрепление мышц спины, в стремлении добиться прямой осанки, вытянутости ног в коленях и стопе.

1. Задачи раздела «Упражнения, сидя на полу»:

укрепление мышц спины, постановка осанки, вытянутость ног в колене и в стопе. Книжечка, бабочка, разножка, поднятие одной-двух ног наверх.

2. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на спине»:

укрепление мышц брюшного пресса, выворотности бёдер. Закачка пресса, поднятие ног на 90,180 градусов вперед, в сторону, бабочка, поднятие согнутых ног наверх, закидывание вытянутых ног за голову, березка, раскрытие ног через березку в шпагат.

3. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на боку»:
развитие шпагата в сторону, выворотности бёдер. Броски ногами в сторону, вперед, назад, складочка, фризы.

4. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на животе»:
развитие гибкости корпуса, укрепление мышц спины, укрепление голеностопа. Поднятие корпуса наверх, поднятие ног наверх, корзиночка, рыбка, лодочка, закачка пресса.

5. Задачи раздела «Упражнения, стоя на коленях»:
развитие гибкости, развитие подъёма, растяжение ахиллового сухожилия. Стрейчинг, наклоны корпуса к вытянутой вперед ноге, наклоны в сторону, касаясь руками пола, поднятие вытянутой ноги вперед, в сторону и назад, мостик на коленях.

6. Задачи раздела «Упражнения парами»:
развитие гибкости спины, укрепление мышц спины, развитие выворотности, укрепление брюшного пресса, растяжка. Партнеринг, поднятие друг друга на спину, кувырок в паре, стойка на коленях, растяжка.

Упражнения непременно исполняются в сопровождении музыки и здесь важно следить за музыкальностью исполнения движений. Следование чёткой ритмической основе каждого упражнения способствует развитию музыкальности и внутренней организованности. Каждое упражнение имеет свои методические требования, они простые, но важно добиваться абсолютной точности их выполнения.

Все упражнения за редким исключением исполняются по 4 раза подряд. Не рекомендуется уменьшать эту нагрузку, её можно только увеличивать, но исходя из возможностей детей – их физической подготовленности, природных данных и степени концентрации внимания.

Желательно постепенно добиться непрерывности исполнения упражнений, что не должно привести к перегрузкам, т.к. упражнения следуют друг за другом с учётом смены нагрузки на различные группы мышц, при этом напряжение мышц сменяется расслаблением их.

Тема 5. Позиции рук и ног в современном танце.

Позиции рук в современном танце:

I – руки согнуты в локтях, близко к диафрагме, локти в сторону;

II – руки в сторону, ладони вниз;

III – руки вверх, ладони «смотрят» друг на друга

Позиции ног:

I – пятки вместе, носки врозь;

II- параллельная и выворотная;

IV – параллельная

VI – параллельная

Тема 6. Экзерсис на середине зала.

После изучения основных элементов современных танцев, педагог составляет различные композиции (вращения, прыжки), этюды, танцевальные постановки на основе изученной лексики:

- движения по диагонали (различные варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков)
- grand battement на 90 град. И выше (на месте с переступанием вперёд, в сторону, назад с руками; с продвижением вперёд; назад – шпагат в воздухе).
- различные шпагаты на полу (с продвижением вперёд через живот, поворот на месте, с «колесом»)
- волнообразные движения корпуса
- tour с поднятием колена en dehors и en dedans, с подменой ноги (на месте, вперёд с продвижением).

Тема 7. Экзерсис у станка

- demi- plie через releve, grand plie и roll назад (скручивание корпуса)
- battement jete с контракцией, через releve
- grand battement – через battement. tendu. Через releve (с согнутым коленом)

Тема 8. Кросс. Передвижение в пространстве

Шаг с носка держа спину прямо, поза коллапса, афро-шаги, шаги с координацией одного, двух центров, танцевальный шаг, прыжки, туры, падебуре с туром, с броском ноги.

Разучивание и отработка танцев

Разучивание танцев служит для того, чтобы дети правильно исполняли все движения под определенную музыку, чтобы они передали тот образ, который был задуман, и чтобы все ученики чувствовали танец духовно.

4. Обеспечение

4.1. Методическое обеспечение

Общие вопросы методики проведения занятий:

Творческая деятельность педагога состоит в том, чтобы рационально использовать в образовательном процессе формы и методы, обеспечивающие наилучшее достижение поставленной цели - усвоение знаний, формирование умений и навыков, развитие творческого мышления, познавательных интересов и способностей обучающихся. Также дифференцированный подход (учет индивидуальных способностей, особенностей детей, их психологические особенности). Проведение праздников, чаепитий.

Проведение занятий можно разделить на 3 этапа:

- начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению);
- этап углубленного разучивания упражнения;
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения движения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с

полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, этюдах и танцах.

Формы, используемые в образовательной деятельности:

- по составу обучающихся (фронтальная, групповая, работа в парах, индивидуальная).
- по способу организации образовательного процесса (открытые занятия для родителей, досуговые мероприятия, работа с родителями)

Для реализации программы в работе с обучающимися применяются следующие **методы**:

- наглядный метод (образный показ педагога, эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем, подражание образам окружающей действительности, иллюстрация и т.д.);
- словесный метод (рассказ, объяснение, словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца, прием закрепления целостного танцевального движения - комбинации и др.);
- практический метод (игровой прием, детское «сотворчество», соревновательность, комплексный прием обучения, фиксация отдельных этапов хореографических движений и др.);
- метод стимулирования и мотивации деятельности (поощрение, эмоциональное воздействие).

Методы формирования знаний, умений и навыков:

Для достижения поставленной цели и реализации задач данной программы используются следующие методы обучения:

- **словесный** (объяснение, разбор, анализ);
- **наглядный** (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- **практический** (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- **аналитический** (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- **эмоциональный** (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- **индивидуальный подход** к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Приемы обучения:

1. Предварительный показ танцевальной композиции, отдельных её элементов, упражнений и т.д. На этом уровне задача - предварительное знакомство с учебным материалом, чтобы позднее, в ходе обучения, дети могли мысленно соотносить свои действия с ранее увиденным.

2. *Показ танцевального материала.* Выделение из совокупности многих танцевальных элементов какого - либо определенного элемента и сосредоточение внимания на его восприятии.

3. *Анализ и синтез танцевального материала,* при котором анализируются отдельные части движения, композиции и потом соединяются.

Успешное изложение: с помощью этого приема педагог сообщает знания об истории, современном состоянии хореографии, рассказывает об отдельных танцах, ансамблях и т.д.

Комментирование: это словесное сопровождение педагогом сведений об особенностях танцевального движения и музыкального сопровождения.

Инструктирование: это словесные рекомендации, которые педагог дает обучающимся, как нужно исполнять элементы или композицию в целом.

Корректирование: в процессе исполнения танцевальных движений педагог корректирует действия детей.

Изложение: применяются различные формы изложения: информация, рассказ, беседа и т.д.

Танцевально - практическая деятельность:

При подготовке к занятию необходимо:

Наметить новые примеры (упражнения) в соответствии с задачами каждой части занятия для дальнейшего укрепления и совершенствования накопленных знаний и навыков обучающихся.

Определить новый материал (предусмотренный программой) для изучения.

Вводить новый материал в различные комбинированные задания.

Определит соответствующий характер музыкального сопровождения каждой части занятия.

Готовясь к очередному занятию, надо также предусматривать, логику и форму подачи материала, при этом, затрагивая не только вопросы исполнительской техники, но и темы творчества, искусства танца, музыки и т.д.

Основными принципами обучения являются:

- *последовательное и постепенное развитие* - весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному. Приступая к обучению, педагог должен исходить из накопленных хореографических представлений ребенка, расширяя его кругозор в области хореографического творчества.

- *постепенное увеличение физической нагрузки* происходит с учетом психологических, физических и возрастных особенностей детей;

- *целенаправленность* - строгое следование поставленным целям и задачам, непрерывное повышение уровня исполнения и целенаправленной умственной деятельности обучающегося, устремляющего свою волю, внимание, память на выполнение поставленной перед ним конкретной задачи;

- *гибкость* - возможность изменений (уменьшения или увеличения количества упражнений), предусмотренных программой комплексов упражнений на основе анализа возможностей данных обучающихся;

- *учет индивидуальных особенностей ученика*: интеллектуальных, физических, музыкальных и эмоциональных данных, уровня его подготовки;
- *укрепление здоровья обучающихся*, исправление физических недостатков, таких, как: сколиоз, плоскостопие, «завернутость» стоп, вальгус, слабый мышечный тонус и т.д., создание прекрасной физической формы тела обучающегося, поддержание и совершенствование ее.

С первых занятий детям полезно рассказывать об истории возникновения хореографического искусства, о балетмейстерах, композиторах, выдающихся педагогах и исполнителях, наглядно демонстрировать качественный показ того или иного движения, использовать ряд методических материалов (книги, картины, видео материал), цель которых – способствовать восприятию лучших образцов хореографического искусства, помочь в самостоятельной творческой работе обучающихся. В развитии творческого воображения и интереса к занятиям играют значительную роль посещение балетных спектаклей, концертов известных хореографических ансамблей, просмотр видео материалов.

Значительную роль в образовательном процессе играет музыкальное сопровождение во время занятий, которое помогает раскрывать характер, стиль, содержание. Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие танцевально-исполнительских данных обучающихся зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа в целом, глубоко продуман план занятия.

Досуговые мероприятия:

Досуговые мероприятия в объединении проходят в форме викторин, чаепитий, праздничных огоньков совместных с родителями, посещений концертов хореографических коллективов.

4.2. Материально-техническое обеспечение

- Кабинет (светлый, теплый, проветриваемый), имеющий пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки), зеркала.
- Раздевалка для переодевания детей.
- Ковровые дорожки или коврики.
- Магнитофон или музыкальный центр.
- Телевизор с DVD приставкой (либо ноутбук).
- Набор аудиозаписей и видеозаписей.
- Набор иллюстрированного материала, книги по хореографии.
- Костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для сценических выступлений.

5. Формы аттестации и оценочные материалы

За период обучения в ЦДТ учащиеся получают определенный объем знаний и умений, качество которых проверяется ежегодно.

В течение учебного года педагогом проводится аттестация обучающихся: начало года – середина года – конец учебного года. Показатели фиксируются в таблице (Приложение 1, Приложение 2).

В течении года проводится и промежуточный контроль - участие в концертах, конкурсах, фестивалях.

В конце учебного года в ЦДТ проводится творческий отчет о работе педагога и детей, проделанный за весь учебный год, в форме концерта для родителей.

6. Список информационных источников

1. Базарова, Н. Азбука классического танца: учебно-методическое пособие / Н. Базарова, В. Мей. – 2 - е изд. - Л.: Искусство, 1983. – 207 с.
2. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т. К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 1999.-262с.
3. Ваганова, А.Я. Основы классического танца / А.Я. Ваганова. – Л.: Искусство, 1980. – 188 с.
4. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка. - Орел, Труд, 1999
5. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец. - М., 1976
6. Королева Э. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970
7. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. - Кишинев, 1967
8. Казанина, Н.Н. программа «Ритмика и танец».
9. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981
10. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца». Л.: Искусство, 1981
11. Костровицкая В.С., А. Писарев «Школа классического танца». Л.: Искусство, 1986
12. Красовская В.М. История русского балета. Л., 1978
13. Лопухов А., Ширяев А, Бочаров А. Основы характерного танца, Л.-М., 1939
14. Мессерер А. «Уроки классического танца». М.: «Искусство», 1967
15. Никитин Б.П. Ступеньки творчества или развивающие игры / Б.П. Никитин. – 3-е изд., доп. – М.: Просвещение, 1990. – 160 с.: ил.
16. Нестеров В.Н. Танец: учебное пособие / В.Н. Нестеров, М.П. Касаткина. - Саратов: Наука, 2008. – 26 с.
17. Озджевиз, Е.Л. Классический танец и методика его преподавания - С.: Наука, 2007.
18. Озджевиз, Е.Л. Модерн танец: учебно-методическое пособие / Е.Л. Озджевиз. – Саратов: Наука, 2010. – 92 с.: ил.
19. Перепёлкин, И.А. Развитие гибкости в хореографии: учебно-методическое пособие / И.А. Перепёлкин. – Саратов: Наука, 2007. – 56 с.
20. Покровская Е.Г. «Принципы сочинения учебной комбинации у палки по классическому танцу» / Методическое пособие для преподавателей. Харьков, 2010
21. Ред.-сост. И.В. Калиш; Науч.ред. А. К. Бруднов. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей: Сб.нормат.и метод. материалов для доп. образования детей - М.:ВЛАДОС, 1999.-541, [1]с.
22. Сердюков, В.П. Классический танец программа / В.П. Сердюков. – М., 1987г.
23. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969
24. Тарасов Н. «Классический танец». М.: Искусство, 1981г.
25. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа». СПб: «Лань», 2009
26. Ткаченко Т. С. Народные танцы. М. 1954г.1967г.1975г.

Дополнительный список литературы:

Электронные ресурсы:

1. Видеоматериалы по всем разделам программы.
2. Образовательные диски.

Интернет ресурсы:

1. <http://dance123.ru/> - сайт Танцевальный словарь содержит информацию по истории развития танцевальных стилей и массовых танцевальных образцов, определение и описание техники исполнения многочисленных танцевальных терминов, характеристику танцев разных народов, эпох.
2. <http://www.youtube.com/user/bolshoi/featured> - официальный канал Государственного академического Большого театра России, представляет оперы, балетные спектакли русской и западной классики (включая признанные шедевры 20-го века), и специальных работ по заказу.
3. <http://mariinsky.tv> - медиавещание Мариинского театра. На сайте ведутся онлайн трансляции концертов, спектаклей. Mariinsky.tv содержит раздел видеоархив, включающий в себя видеоматериалы концертов, спектаклей, репетиций, интервью со звёздами балета, выдающимися хореографами, театральными деятелями.
4. <http://www.horeograf.com/knigi> - на сайте представлено всё для хореографов (методическая литература, публикации, статьи, видео и аудио материалы).
5. <http://video-dance.ru/> - уроки танцев всех стилей и направлений онлайн.
6. <http://dannce.ru/swing/rock-and-roll/> - уроки танцев онлайн.
7. <http://need4dance.ru/> - энциклопедия по хореографии, сайт содержит информацию по истории появления и развития различных стилей и направлений хореографии, узнать основные движения разных танцев, ознакомиться с известными коллективами и людьми оказавшими большое влияние на развитие различных жанров хореографического искусства.
8. <http://sport-lessons.com/> - спортивные уроки онлайн.
9. http://www.youtube.com/channel/UCwdl_G0ghsXcRcVhRVCMzLQ - канал о гимнастике, состоящей из аэробных упражнений под ритмичную музыку, которая помогает следить за ритмом выполнения упражнений.
10. <http://www.youtube.com/channel/UCu0op9WasZt-XUvtTY2GdPw/featured> - канал представляет видеоматериалы по различным сочетаниям и системам физических упражнений, составляющих основу и содержание видов спорта, входящих в программы физического воспитания в учебных заведениях.

Примерная таблица фиксации результатов аттестации обучающихся
3 года обучения

№	ФИ ребенка	Терминология классического танца	Выполнение танцевальных элементов			Массовые композиции танца
			Классический танец	Народный танец	Основы современного танца	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Критерии оценки:

- Н (низкий уровень)
- С (средний уровень)
- В (высокий уровень)

Примерная таблица фиксации результатов аттестации обучающихся
4 года обучения

№	ФИ ребенка	Классический танец	Народный танец	Современный танец	Массовые композиции танца
1					
2					
3					
4					

Критерии оценки:

- Н (низкий уровень)
- С (средний уровень)
- В (высокий уровень)

Календарно – учебный график
3 года обучения

№	Тема	часы	Дата
1	Вводное занятие.	1	Сентябрь
2	Терминология классического танца.	1	Сентябрь
3-4	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Сентябрь
5-6	Классический танец. Allegro.	2	Сентябрь
7-8	Русский танец.	2	Сентябрь
9-10	Основы современного танца.	2	Сентябрь
11-12	Основы современного танца.	2	Сентябрь
13-14	Основы современного танца.	2	Сентябрь
15-16	Повторение изученного материала.	2	Сентябрь
17-18	Терминология классического танца. Классический танец. Allegro.	2	Октябрь
19-20	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Октябрь
21-22	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Октябрь
23-24	Русский танец.	2	Октябрь
25-26	Основы современного танца.	2	Октябрь
27-28	Разучивание танцев.	2	Октябрь
29-30	Разучивание танцев.	2	Октябрь
31-32	Повторение изученного материала.	2	Октябрь
33-34	Терминология классического танца. Классический танец. Allegro.	2	Ноябрь
35-36	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Ноябрь
37-38	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Ноябрь
39-40	Русский танец.	2	Ноябрь
41-42	Основы современного танца.	2	Ноябрь
43-44	Отработка танцев.	2	Ноябрь
45-46	Отработка танцев.	2	Ноябрь
47-48	Повторение изученного материала.	2	Ноябрь
49-50	Терминология классического танца. Классический танец. Allegro.	2	Декабрь
51-52	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Декабрь
53-54	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Декабрь
55-56	Русский танец.	2	Декабрь
57-58	Русский танец.	2	Декабрь
59-60	Разучивание танцев.	2	Декабрь
61-62	Разучивание танцев.	2	Декабрь
63-64	Повторение изученного материала.	2	Декабрь
65-66	Терминология классического танца. Классический танец. Allegro.	2	Январь
67-68	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Январь
69-70	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Январь
71-72	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Январь
73-74	Основы народного танца. Упражнения на середине зала.	2	Январь
75-76	Танцы народов мира.	2	Январь

77-78	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Февраль
79-80	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Февраль
81-82	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Февраль
83-84	Танцы народов мира.	2	Февраль
85-86	Этюдная работа.	2	Февраль
87-88	Основы народного танца. Упражнения на середине зала. Отработка этюдов.	2	Февраль
89-90	Разучивание танцев.	2	Февраль
91-92	Разучивание танцев.	2	Февраль
93-94	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Март
95-96	Классический танец. Allegro.	2	Март
97-98	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Март
99-100	Основы народного танца. Упражнения на середине зала.	2	Март
101-102	Танцы народов мира.	2	Март
103-104	Этюдная работа.	2	Март
105-106	Этюдная работа.	2	Март
107-108	Разучивание танцев.	2	Март
109-110	Разучивание танцев.	2	Март
111-112	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Апрель
113-114	Классический танец. Allegro.	2	Апрель
115-116	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Апрель
117-118	Основы народного танца. Упражнения на середине зала. Повторение изученного материала.	2	Апрель
119-120	Танцы народов мира.	2	Апрель
121-122	Этюдная работа.	2	Апрель
123-124	Этюдная работа.	2	Апрель
125-126	Повторение изученного материала.	2	Апрель
127-128	Повторение изученного материала.	2	Апрель
129-130	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Май
131-132	Основы народного танца. Упражнения на середине зала.	2	Май
133-134	Танцы народов мира.	2	Май
135-136	Отработка танцев.	2	Май
137-138	Отработка танцев.	2	Май
139-140	Повторение изученного материала.	2	Май
141-142	Отчетный концерт.	2	Май
143-144	Открытое занятие.	2	Май
	Итого 144 часа		

Календарно – учебный график
4 года обучения

№	Тема	часы	Дата
1-2	Вводное занятие. Позиции рук и ног в современном танце.	2	Сентябрь
3-4	Терминология классического танца.	2	Сентябрь
5-6	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Сентябрь
7-8	Классический танец. Allegro.	2	Сентябрь
9-10	Терминология современного танца.	2	Сентябрь
11-12	Позиции рук и ног в современном танце.	2	Сентябрь
13-14	Современный танец. Общеразвивающие упражнения.	2	Сентябрь
15-16	Современный танец. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	2	Сентябрь
17-18	Терминология классического танца. Классический танец. Allegro.	2	Октябрь
19-20	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Октябрь
21-22	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Октябрь
23-24	Терминология современного танца. Современный танец. Общеразвивающие упражнения.	2	Октябрь
25-26	Современный танец. Экзерсис на полу.	2	Октябрь
27-28	Современный танец. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Разучивание танцев.	2	Октябрь
29-30	Разучивание танцев.	2	Октябрь
31-32	Повторение изученного материала.	2	Октябрь
33-34	Терминология классического танца. Классический танец. Allegro.	2	Ноябрь
35-36	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Ноябрь
37-38	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Ноябрь
39-40	Терминология современного танца. Современный танец. Общеразвивающие упражнения.	2	Ноябрь
41-42	Современный танец. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Экзерсис на полу.	2	Ноябрь
43-44	Современный танец. Экзерсис на полу.	2	Ноябрь
45-46	Современный танец. Экзерсис у станка.	2	Ноябрь
47-48	Отработка танцев.	2	Ноябрь
49-50	Терминология классического танца. Классический танец. Allegro.	2	Декабрь
51-52	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Декабрь
53-54	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Декабрь
55-56	Терминология современного танца. Современный танец. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	2	Декабрь
57-58	Современный танец. Экзерсис на середине зала.	2	Декабрь
59-60	Современный танец. Экзерсис на середине зала.	2	Декабрь
61-62	Повторение изученного материала.	2	Декабрь
63-64	Повторение изученного материала.	2	Декабрь

65-66	Терминология классического танца. Классический танец. Allegro.	2	Январь
67-68	Классический танец. Экзерсис у станка.	2	Январь
69-70	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Январь
71-72	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Январь
73-74	Основы народного танца. Упражнения на середине зала.	2	Январь
75-76	Современный танец. Экзерсис у станка. Отработка танцев.	2	Январь
77-78	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	Февраль
79-80	Классический танец. Allegro.	2	Февраль
81-82	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Февраль
83-84	Основы народного танца. Упражнения на середине зала.	2	Февраль
85-86	Этюдная работа.	2	Февраль
87-88	Этюдная работа.	2	Февраль
89-90	Отработка танцев.	2	Февраль
91-92	Отработка танцев.	2	Февраль
93-94	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Март
95-96	Основы народного танца. Упражнения на середине зала.	2	Март
97-98	Этюдная работа.	2	Март
99-100	Этюдная работа.	2	Март
101-102	Современный танец. Экзерсис у станка. Отработка танцев.	2	Март
103-104	Современный танец. Экзерсис на середине зала.	2	Март
105-106	Современный танец .Кросс. Передвижения в пространстве.	2	Март
107-108	Повторение изученного материала.	2	Март
109-110	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Апрель
111-112	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Апрель
113-114	Основы народного танца. Упражнения на середине зала.	2	Апрель
115-116	Этюдная работа.	2	Апрель
117-118	Современный танец. Экзерсис на середине зала.	2	Апрель
119-120	Современный танец .Кросс. Передвижения в пространстве. Разучивание танцев.	2	Апрель
121-122	Разучивание танцев.	2	Апрель
123-124	Разучивание танцев.	2	Апрель
125-126	Основы народного танца. Упражнения у станка.	2	Май
127-128	Основы народного танца. Упражнения на середине зала.	2	Май
129-130	Основы народного танца. Упражнения на середине зала.	2	Май
131-132	Разучивание танцев.	2	Май
133-134	Разучивание танцев. Повторение изученного материала.	2	Май
135-136	Повторение изученного материала.	2	Май
137-138	Отработка танцев.	2	Май
139-140	Отработка танцев.	2	Май
141-142	Отчетный концерт.	2	Май
143-144	Открытое занятие.	2	Май
Итого 144 часа			