

Министерство образования и науки Самарской области
Структурное подразделение «Дом детского творчества»
государственного бюджетного образовательного учреждения Самарской области
средней общеобразовательной школы №2 с. Приволжье
Приволжского района Самарской области

РАССМОТРЕНО

На педагогическом совете
СП «ДТ» ГБОУ СОШ № 2 с. Приволжье
Протокол № 1
от «01» 09 2019

ПРОВЕРЕННО

Старший методист Е.А Тарасова
СП «ДТ» ГБОУ СОШ № 2 с. Приволжье
Е.А. Тарасова
«01» 09 2019



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»**

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

Разработчик: Марченко Владимир
Александрович, педагог дополнительного
образования

Содержание

| | |
|---|-----------|
| 1 Пояснительная записка..... | 3 |
| 2.Учебный план..... | 10 |
| 2.1 Учебный план 1 года обучения..... | 10 |
| 2.2 учебный план 2 года обучения..... | 11 |
| 2.3 учебный план 3 года обучения..... | 12 |
| 3. Содержание программы..... | 13 |
| 3.1Содержание программы 1 года обучения..... | 15 |
| 3.2Содержание программы 2 года обучения..... | 19 |
| 3.3Содержание программы 3 года обучения..... | 23 |
| 4. Методическое обеспечение программы..... | 29 |
| 5. Список рекомендуемой литературы..... | 32 |
| 6. Приложение | 34 |

1. Пояснительная записка.

Танец является одним из древнейших видов народного творчества. Посредством танца народ передавал свои мысли, чувства, характер, настроение, отношение к жизни. Вся история танца того или иного народа была связана с его бытом, обычаями, культурой, традициями, образом жизни, географическим расположением.

В нем отражается современное понимание действительности средствами издавна сложившегося танцевального языка, доступного, понятного народу, любимого им. Содержание и выразительные средства все время развиваются в соответствии с изменениями, происходящими в жизни.

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные танцам, способствуют общему развитию: коррекции недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на занятиях танцами является музыкально-ритмическая деятельность детей.

Занятия танцами эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Характеристика программы:

Программа по целям обучения является – развивающая художественную одаренность в области хореографического искусства;

- по характеру деятельности – деятельностно-творческая;
- по уровню освоения – специализированная;
- по возрасту – разновозрастная;
- по уровню реализации – начального, основного, среднего;

Направленность программы: художественная**Актуальность программы:**

Актуальность данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Также, в наше время большое количество людей страдает от гиподинамии, заболеваний сердечно - сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, занятия хореографией особенно актуальны в детском возрасте. Занятия танцам учат учащихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечнососудистую системы.

Новизна программы:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета.
2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.

3.Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.

4.Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией.

5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

Педагогическая целесообразность:

Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

Цели и задачи

Цель программы: создание условий для формирования и развития индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучение детей танцевальным движениям;
- формирование умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формирование культуры движения, выразительности движений и поз;
- формирование умения ориентироваться в пространстве;

Воспитательные:

- развитие у детей активности и самостоятельности;

- формирование общей культуры личности ребенка;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве – учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

Развивающие:

- развитие творческих способностей детей, воображения;
- развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;
- развитие исполнительских навыков в танце;

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей;
- развитие ловкости, гибкости, координации движений, умения преодолевать трудности;
- формирование осанки.

Возраст детей: 6-18 лет.

Срок реализации – 3 года.

1 год обучения - 6 часов в неделю (216 часов в год);

2 год обучения - 6 часов в неделю (216 часов в год);

3 год обучения - 6 часов в неделю (216 часов в год);

Форма обучения: очная с использованием дистанционных технологий.

Форма организации деятельности: групповая, индивидуальная, дистанционная.

Режим занятий:

Режим занятий разработан в соответствии с требованиями СанПин 2.4.4.3172-14

1 академический час равен 45 минутам с перерывом на отдых.

На занятия в группе отводится 6 часов в неделю (216 часов в год),

- по 3 часа в неделю соответственно на подгруппы;

Ожидаемые результаты:

В конце 1 года обучения, учащиеся должны чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью, должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене,

Должны знать:

- названия классических движений нового экзерсиса;
- особенности исполнения спортивно-акробатических элементы;
- значение слов «легато», «стокато», ритм, акцент, темп;
- новые направления и виды хореографии и музыки;
- классические термины;
- жанры музыкальных произведений.

уметь:

- грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать
- движения с музыкой, считать под музыку свои движения;
- выполнять простые и сложные элементы;
- исполнять основные движения и танцевальные этюды;
- самостоятельно исполнять спортивно-акробатический элементы;
- самостоятельно придумывать движения, фигуры, танцевальные перестроения;
- создавать собственные танцевальные этюды, используя движения и элементы, выученные на уроках;
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку.

В конце 2 года обучения, учащиеся должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, должны сформироваться,

Должны знать:

- новые направления и названия движений;
- знать историю возникновения танцев;
- новые направления хореографии ;
- историю создания танцев народов мира;
- классические термины;
- лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

уметь:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку;
- создавать собственные оригинальные композиции;
- при работе в группе находить общий язык со всеми для выполнения творческих заданий;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения;
- сопереживать, осуществлять взаимовыручку.

В конце 3 года обучения, учащиеся должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, должны сформироваться, как всесторонне развитая личность с художественно-эстетическим вкусом, раскрыть свои потенциальные способности и укрепить своё здоровье,

Должны знать:

- новые направления и названия движений;
- знать историю возникновения танцев;
- новые направления хореографии;

- составлять танцевальные этюды;
- виды и жанры хореографии;
- историю создания танцев народов мира;
- классические термины;
- лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

уметь:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку;
- грамотно исполнять бальный танец;
- создавать собственные оригинальные композиции, используя не только элементы, выученные на уроках, но и применение собственных источников;
- реализовать свои идеи в движении;
- при работе в группе находить общий язык со всеми;
- уметь мобилизоваться для выполнения задания в определенном режиме, стиле;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- сопереживать, осуществлять взаимовыручку и взаимоподдержку.

Модель выпускника хореографического коллектива

1. Имеет глубокие знания, умения, навыки по хореографии, высокий уровень физической подготовки, познавательной деятельности.
2. Характеризуется развитыми общими и специальными способностями.
3. Ориентирован на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.

4. Стремится к творческой самореализации.
5. Имеет потребность в постоянном самосовершенствовании.
6. Имеет сформированный образ «Я».
7. Развиты коммуникативные способности.
8. Развит танцевальный, художественный вкус.

Критерии и способы определения результативности.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются: систематичность, учёт индивидуальных особенностей обучаемого и уровня его подготовки. С этой целью используются входной, текущий (промежуточный) и итоговый формы контроля.

Входной контроль осуществляется на начальном этапе обучения по разделам и помогает выявить уровень подготовки обучающихся к овладению программным материалом, его мотивацию, индивидуальные и личностные характеристики.

Текущий контроль направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения к предмету, обеспечивает оперативное управление учебной деятельностью обучающегося, ее корректировку и проводится с целью определения качества реализации образовательного процесса, качества теоретической и практической подготовки каждого обучающегося по учебному предмету.

Итоговый контроль проводится по завершению обучения по разделу и программе в целом и направлен на выявление уровня освоения знаний, умений и навыков, а также сформированности личностных качеств обучающихся в соответствии с целевыми ориентирами программы.

Для контроля усвоения программного материала в течение года используются следующие основные *формы и методы*: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных творческих заданий, тестирование, участие в конкурсах, фестивалях, концертных мероприятиях, праздниках.

По завершению учебного плана каждого раздела программы оценивание знаний, умений и навыков проводится посредством итогового участия в отчетном концерте «ДДТ»,

Для определения результативности освоения программы или отдельного раздела применяется 5-балльная система оценки знаний, умений и навыков

обучающихся по каждому из уровней освоения (высокий уровень, средний уровень, низкий уровень). Итоговая оценка результативности освоения программы в целом проводится путём вычисления среднего показателя.

Низкий уровень освоения программы – ребёнок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с учебным материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания под руководством педагога, отсутствует мотивация к познавательной деятельности.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; на занятиях выполняет упражнения с незначительной помощью педагога; на основе образца. Участвует в конкурсных мероприятиях муниципального и регионального уровней.

Высокий уровень освоения программы – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; на занятиях упражнения выполняет самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества; успешно участвует в конкурсных мероприятиях муниципального, регионального, федерального и международного уровней.

Формой подведения итогов реализации программы являются выступления на различных концертах и мероприятиях, участие в конкурсной деятельности.

2. Учебно-тематический план.

1 год обучения

| № | Содержание и виды занятий | Кол-во часов | | | Форма аттестации, контроля |
|---|-------------------------------------|--------------|--------|----------|----------------------------|
| | | всего | теория | практика | |
| 1 | Организационная работа | 4 | 4 | | Наблюдение, беседа, показ |
| 2 | Учебно-тренировочная работа: | 130 | | | |
| 3 | Азбука музыкального движения | 16 | 4 | 12 | Наблюдение, беседа, показ |
| 4 | Тренаж | 34 | 8 | 26 | Наблюдение, |

| | | | | | |
|-----------|----------------------------------|-----------|----|----------|---------------------------|
| | классического танца | | | | беседа, показ |
| 5 | Тренаж народного танца | 22 | 4 | 18 | Наблюдение, беседа, показ |
| 6 | Тренаж историко-бытового танца | 6 | 2 | 4 | Наблюдение, беседа, показ |
| 7 | Тренаж современного танца | 52 | 14 | 38 | Наблюдение, беседа, показ |
| 8 | Учебно-творческая работа: | 82 | | | |
| 9 | Постановочная работа | 16 | 4 | 12 | Наблюдение, беседа, показ |
| 10 | Репетиционная работа | 62 | 2 | 60 | Наблюдение, беседа, показ |
| 11 | Диагностика | 4 | | 4 | Наблюдение, беседа, показ |
| | Итого: | 216 | 42 | 174 | |

2 год обучения

| № | Содержание и виды занятий | Кол-во часов | | | Форма аттестации, контроля |
|----------|-------------------------------------|--------------|--------|----------|----------------------------|
| | | всего | теория | практика | |
| 1 | Организационная работа | 4 | 4 | | Наблюдение, беседа, показ |
| 2 | Учебно-тренировочная работа: | 130 | | | |
| 3 | Азбука музыкального движения | 16 | 4 | 12 | Наблюдение, беседа, показ |
| 4 | Тренаж классического танца | 34 | 8 | 26 | Наблюдение, беседа, показ |
| 5 | Тренаж народного танца | 22 | 4 | 18 | Наблюдение, беседа, показ |
| 6 | Тренаж историко-бытового танца | 6 | 2 | 4 | Наблюдение, беседа, показ |
| 7 | Тренаж современного танца | 52 | 14 | 38 | Наблюдение, беседа, показ |

| | | | | | |
|-----------|----------------------------------|-----------|----|----------|---------------------------|
| 8 | Учебно-творческая работа: | 82 | | | |
| 9 | Постановочная работа | 16 | 4 | 12 | Наблюдение, беседа, показ |
| 10 | Репетиционная работа | 62 | 2 | 60 | Наблюдение, беседа, показ |
| 11 | Диагностика | 4 | | 4 | Наблюдение, беседа, показ |
| | Итого: | 216 | 42 | 174 | |

3 год обучения

| № | Содержание и виды занятий | Кол-во часов | | | Форма аттестации, контроля |
|-----------|-------------------------------------|--------------|--------|----------|----------------------------|
| | | всего | теория | практика | |
| 1 | Организационная работа | 4 | 4 | | Наблюдение, беседа, показ |
| 2 | Учебно-тренировочная работа: | 130 | | | |
| 3 | Азбука музыкального движения | 16 | 4 | 12 | Наблюдение, беседа, показ |
| 4 | Тренаж классического танца | 34 | 8 | 26 | Наблюдение, беседа, показ |
| 5 | Тренаж народного танца | 22 | 4 | 18 | Наблюдение, беседа, показ |
| 6 | Тренаж историко-бытового танца | 6 | 2 | 4 | Наблюдение, беседа, показ |
| 7 | Тренаж современного танца | 52 | 14 | 38 | Наблюдение, беседа, показ |
| 8 | Учебно-творческая работа: | 82 | | | |
| 9 | Постановочная работа | 16 | 4 | 12 | Наблюдение, беседа, показ |
| 10 | Репетиционная работа | 62 | 2 | 60 | Наблюдение, беседа, показ |
| 11 | Диагностика | 4 | | 4 | Наблюдение, |

| | | | | | |
|--|---------------|-----|----|-----|---------------|
| | | | | | беседа, показ |
| | Итого: | 216 | 42 | 174 | |

3.Содержание программы.

Формы оценки качества реализации программы.

За период обучения в хореографическом коллективе воспитанники получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год.

Для этой цели промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсов и итоговый контроль.

Ежегодно в танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей.

Программа включает в себя:

- разнообразие видов хореографической деятельности;
- ориентацию индивидуальных особенностей воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самостоятельность;
- сплочение обучаемых в большой дружный коллектив единомышленников, способных активно и четко воспринимать учебный процесс, его приемы, способы и темпы обучения, умение выдавать продукт труда (танец) для зрителя;
- развитие и сохранение деятельности в коллективе, превалирование групповых интересов над личными, уважение к личности каждого;
- воспитание патриотизма, здорового образа жизни;

Программа содержит разделы: теоретического и практического характера. Теоретическая часть посвящена азбуке музыкального движения, истории развития хореографии. Практическая часть программы охватывает необходимый комплекс движений классического танца, народного танца и эстрадного с тем, чтобы в дальнейшем применять эти комбинации в поставленных танцах. Программа представлена по годам обучения, в течение которых ученики усваивают определенный минимум умений, знаний, навыков по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам:

1. *Организационная работа.*
2. *Учебно-тренировочная работа.*
3. *Учебно-творческая работа(постановочная, репетиционная работа).*
4. *Диагностика*
5. *Концертная деятельность.*

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий границы их несколько сглаживаются:

На одном занятии выполняются тренировочные упражнения, и осуществляется постановочная работа.

Организационная работа строится с учетом цели и задач, содержание и формы работы. Она заключается в составлении расписания занятий, выбора танцевального репертуара, обсуждение эскизов костюмов, прослушивание музыкального материала, беседы с родителями о целях и задачах, о перспективном плане коллектива, предстоящих выступлениях и поездках, часы общения.

Учебно-тренировочная работа:

1. азбука музыкального движения;

2. тренаж из элементов классического танца;
3. тренаж из элементов народного танца;
4. тренаж из элементов историко-бытового танца;
5. тренаж из элементов современного танца;

Учебно-творческая работа

(постановочная, репетиционная работа).

Диагностика - выявление творческого потенциала воспитанников посредством входной диагностики (анкетирование, тестирование, беседы, наблюдения);

Концертная деятельность.

Познания основ классического танца является базой фундамента для более успешного освоения народного и эстрадного танца. В процессии постановочной работы, репетиций дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, творческие способности.

Программа в основе своей опирается на школу профессионально-хореографического обучения, но с учетом цели обучения, специфики хореографического коллектива в сельской местности, где состав учащихся разнороден по способностям.

3.1 Содержание программы 1 года обучения.

1. Организационная работа

1. Формирование коллектива.
2. Формирования целей, задач в новом учебном году
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Работа с родителями.

6. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.

2. Учебно-тренировочная работа.

1) Азбука музыкального движения:

Мелодия и движение.

Темп (быстро, медленно, умеренно)

Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4,

Контрастная музыка:

быстрая- медленная, веселая- грустная.

Такт и затакт.

2) Танцевально-ритмическая гимнастика.

Экзерсис на середине:

- танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги);
- упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти);
- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);
- упражнения на координацию движений;
- упражнения на ориентацию в пространстве;
- прыжки;

Партнерная гимнастика:

- «тучки и солнышко» (упражнения для голеностопа)
- «Карандаши» (упражнения для силы ног)
- «Угольки» (упражнения для стоп)
- «Идем в гости» (упражнения на растяжение мышц ног)

- «корзиночка» (упражнения для позвоночника)
- «колечко» (упражнения для позвоночника)
- «самолетики» (упражнения для мышц спины)
- «березка» (стойка на лопатках)

3)Тренаж из элементов классического танца. Алфавит хореографии.

Экзерсис на середине:

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2;3,6
- изучение позиций рук: постановка рук (надуваем шары), 1,2,3;
- plie (по 1 и 2 позиции ног)
- battmenttandu в сторону по 1 п.н.
- releve по 6 п.н.(подъем на полупальцы)

^Kross(упражнения по диагонали)

- танцевальный шаг
- танцевальный бег
- боковой галоп
- махи вперед, в стороны
- «ножницы»
- «колесо»
- подскоки
- Grandjete

4)Тренаж из элементов народного танца.

Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки,
- двух рук,
- поочередные раскрывания рук,
- переводы рук в различные положения.

Поклоны:

- на месте без рук и с руками,

- поклон с продвижением вперед и отходом назад.

Притопы:

- одинарные,
- тройные.

Перетопы тройные.

Простой (бытовой) шаг:

- вперед с каблука,
- с носка.

Простой русский шаг:

- назад через пальцы на всю стопу,
- с притопом и продвижением вперед,
- с притопом и продвижением назад.

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

«Переменный шаг»:

- с притопом и продвижением вперед и назад
- с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.

«Девичий ход» с переступаниями

« Припадание»:

- простое

«Гармошка».

«Ёлочка».

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.

Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

5) Тренаж историко-бытовых бальных танцев.

Полька : шассе, галоп в паре , па польки, баланссе вперед , назад ,в сторону.

3. Учебно-творческая работа. (постановочная, репетиционная работа).

4. Диагностика

5. Концертная деятельность

3.2. Содержание программы 2 года обучения.

1. Организационная работа:

1. Формирование целей и задач в новом учебном году.
2. Составление, обсуждение и плана работы коллектива.
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.
6. Работа с родителями.

2. Учебно-тренировочная работа:

1.Тренаж из элементов классического танца

экзерсис на середине:

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2,3,4, и 5 в конце года;
- изучение позиций рук: подготовительное положение, 1,2,3 позиции;
- изучение понятия «поза»; Приступать к их изучению следует после усвоения постановки корпуса, ног, рук и элементарных движений экзерсиса.

Экзерсис у палки:

В начале года лицом к палке, в конце – боком.

1. battement tendu в сторону, 1 п.н.
2. battement tendu вперед, назад, 1 п.н.
3. Preparation.

4. Demi-plie 1,2,3,5, вконцегодапо 4 п.н.
5. demi – rond de jambe par terre.
6. Passeparterre.
7. battementtendu из 5 п.н. в сторону, вперед, назад.
8. положение ноги на sou-de-pied.
9. battementtendujete из 1 и 5 позиции
 - в сторону
 - вперед
 - назад.
10. battementfrappe вперед на 45 на один такт 2/4
battementfrappe назад на 1/4 такта.
11. Releveподъемнаполупальцы.
12. Petitbattementнаsou-de-pied.
13. Grandplie .
14. battementfondu – в сторону, вперед, назадна 45.
15. battementrelevelend на 45 – в сторону, вперед, назад.
16. Grandbattementjete в сторону, вперед, назад.
17. Portdebras – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

2.Тренаж из народного танца:

Упражнение у станка:

1. Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца.
2. Подготовка к началу движения (preparation):
 - движение руки,
 - движение руки и координации с движением ноги.
3. **Demi-plie** (приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям) музыкальный размер 3/4, 4/4. **Grandplie** (глубокое приседание).

Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4).

4. **Battementstendus**. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4):

- с Demi-plié в исходной позиции.

5. **Battementstendusjetes** (маленькие броски) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8):

- с полуприседанием на опорной ноге,
- с двойными бросками.

6. **Подготовка к «веревочке»** (музыкальный размер 2/4, 4/4):

- в открытом положении на всей стопе,
- в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и полупальцах.

7. **Battementsdeveloppes** (развертывание работающей ноги на 45⁰) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (музыкальный размер 4/4).

8. **Flic-flac** (мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе) музыкальный размер 2/4, 4/4:

- в прямом положении вперед одной ногой,
- двумя ногами поочередно.

9. Опускание на колено на расстояние стопы от опорной ноги (музыкальный размер 4/4):

- из 1-й прямой позиции,
- с шага, лицом к станку.

10. Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер 3/4, 4/4).

11. **Grandbattementjete** (большие броски) по всем позициям.

Элементы русского народного танца

1. Поочередное раскрытие рук (приглашение) (музыкальный размер 2/4, 4/4).
2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и 4-ю и 5-ю позиции.
3. Бытовой шаг с притопом.
4. «Шаркающий шаг»:
 - каблуком по полу,
 - полупальцами по полу.
5. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону.
6. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест-накрест на ребро или носок каблука. На месте и с отходом назад.
7. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
8. «Веревочка»:- простая
 - с двойным ударом полупальцами,
 - простая с поочередными переступаниями,
 - двойная с поочередными переступаниями.
9. «Ковырялочка» с подскоками.
10. «Ключ» простой на подскоках.
11. Дробные движения:
 - простая дробь на месте,
 - тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед,
 - простая дробь полупальцами на месте,
 - дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.
12. Вращения:
 - на середине зала (с припаданием, тур по 6 поз)

- по диагонали (шене, бегунец)

4. Тренаж историко-бытовых бальных танцев.

Полька : шассе, галоп в паре , па польки,

Баланссе вперед , назад ,в сторону.

Рок – эн – ролл – основное движение,

Разрыв,

Связка,

перемена мест,

сплил – поворот,

“хлыст”

„кики”

3. Учебно-творческая работа.

(постановочная, репетиционная работа).

Знакомить воспитанников с законами драматургии. По классическим нормам сюжет произведения, как сложное целое, подразделяется на экспозицию и развязку.

4. Диагностика

5.Концертная деятельность

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

3.3. Содержание программы 3 года обучения.

1.Организационная работа:

2. Формирование целей и задач в новом учебном году.

1. Составление, обсуждение и плана работы коллектива.

2. Составление расписания работы.

3. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.

4. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.

5. Работа с родителями.

2. Учебно-тренировочная работа:

1.Тренаж из элементов классического танца

- Demiplié с включением поворотов и полуповоротов от палки к палке.
Движение подготавливает корпус, ноги, руки к различным поворотам на обеих ногах, к турам на одной ноге, развивает координацию.
- battementtandu, battmenttendujete с добавлением porlepied (doublebattmenttendu).
- Petitbattement на cou-de-pied.
- Ronddejambparterre в соединение с grandrondom на 90.
- Ronddejambanleir – на всей стопе.
- Battementtendu на 45.
- Battementfrappe.
- Battementdevelloperasse на 90, то есть переход из одного направления в другое направление, из одной позы, является связующим движением в упражнениях с положением работающей ноги на 90.
- GrandBattementjete с добавлением основных поз классического танца ecorchee , croise, effosce.

2. Тренаж из народного танца:

Экзерсис у станка

1. **Demiendgrandplies** (приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой).
2. **Battementstendus** (скольжение стопой по полу, с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги).
3. **Battements tendusjetes** (маленькиеброски):
 - с двумя ударами стопой работающей ноги 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад,
 - с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,

- сквозные по 1-й открытой позиции (balanouirs) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.

4. **Rond de jambe end rond de pied** (круговые скольжения по полу):

- одинарные,

- двойные.

5. **Pastortille** (повороты стопы из открытого в закрытое):

- одинарные,

- двойные.

6. **Battementsfondues** (полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45^0 (Battementsfondues):

- на всей стопе,

- с подъемом ноги на полупальцы.

7. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.

8. **Battementsdeveloppe на 90^0** (развертывание ноги) с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад.

9. **Flic-flac** (подготовка к «четке»), в открытом положении вперед, в сторону и назад.

10. «Веер» - маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной с вытянутой стопой.

11. Повороты:

- плавный на обеих ногах по 5-й открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах (Soutenuentournant),

- поворот на одной ноге внутрь и наружу (Pirouetteendedanendehors) с другой, согнутой в колене.

12. Подготовка к «качалке» и «качалка».

13. Выстукивания поочередные каблуками и полупальцами по 1-й позиции прямой в испанском характере (zapateado).

14. Растяжка из 1-й прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.

15. **Grandsbattements** (большие броски) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:

- с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги,
- с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.

16. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й и 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.

17. Маленькие «голубцы» лицом к станку.

18. Присядки:

- на полном приседании по 1-й прямой позиции с поочередным открыванием ног на каблук вперед и по 1-й свободной позиции, открывая ноги в стороны,

- «Мяч» лицом к станку.

19. Поднимание на полупальцы в сочетании с движением рук.

Русский Народный танец

(музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
2. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
3. «Ключ» с двойной дробью.
4. Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
5. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
6. Дробь на «три ножки».
7. Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.
8. «Моталочка»:
 - с задеванием пола каблуком,
 - с акцентом на всю стопу,
 - с задеванием пола полупальцами,

- с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.

9. «Маятник» в прямом положении.

10. Основной русский ход (академический).

11. Подбивка «Голубец»:

- на месте,
- с двумя переступаниями.

12. Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.

13. Вращения:

- на подскоках с продвижением вперед по диагонали,
- с движением «моталочки» с откидыванием ног назад.
- на середине зала (с припаданием, обертас, тур по 6 поз)

3. Элементы современного танца:

Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды. Знакомство с импровизацией.

- Модерн-джаз танец:

Особенность-достаточная свобода педагога в выборе лексического материала, основывающаяся на строгих рамках урока.

- Изучение основных понятий: *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction, release, уровни;*

Позиции рук:

- Нейтральное, или подготовительное положение – аналогично подготовительному положению классического танца.

- Press-position

- 1, 2, 3; Jerkposition

- Положения: jazzhand,

Позиции ног:

- 1,2,3,4,5

- Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит

из быстрой смены положений;

- Kick (пинок)
- Flatback
- Deepbodybend
- sidestretch
- Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twisttopca, rolldown, rollup.*
- Boduroll

Кросс:

- Шаги примитива; flatstep, camelwalk, latinwalk
- Шаги в мадерн-джаз манере
- Шаги в рок-манере
- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки:

Прыжки в уроке мадерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump)
- с одной ноги на другую с продвижением (leap)
- с одной ноги на ту же ногу (hop)
- с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут.

3. Учебно-творческая работа.

(постановочная, репетиционная работа).

Продолжаем знакомить воспитанников с законами драматургии. По классическим нормам сюжет произведения, как сложное целое, подразделяется на экспозицию и развязку. Самостоятельная работа над образом в танце. Составление композиций и постановка танца.

4. Диагностика

5. Концертная деятельность

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

4. Методическое обеспечение программы

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;

- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;

- принцип обучения владению культурой движения:

гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;

- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;

- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;

- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;

- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;

- принцип доступности и посильности;

- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

Техническое и дидактическое обеспечение занятий.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

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

- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров.

5.Список рекомендуемой литературы

- Барышникова А. Азбука хореографии. – М.,1999.
- Балет: пер. с англ. – М: ООО «Изд. Астрель», 2003. – 64 с.: ил.
- Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л., 1980.
- Вечеслова Т. Я – балерина. – Л. – М. «Искусство», 1966. – 272с.
- Детская энциклопедия. Балет. – М., 2001.
- Дешкова П. Загадки Терпсихоры. - М., 1989.
- Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М., 1985.
- Прокопов К. Клубные танцы: ОНА. – М.: АСТ. Астрель: Хранитель, 2007.
- Смит Люси. Танцы. Начальный курс. – М., 2001.
- Тимофеева Н. Мир балета. – М., 1993.
- Уральская В.С. Природа танца. – М.,1981.
- Уральская В.С. Рождение танца. – М.,1982.
- Хочу танцевать. Под ред. Г.Филатовой. – М., 1998.
- Чижова А.Э. Танцует «Березка». – М., 1967

Электронные ресурсы.

1. Домашняя тренировка с Марией Хоревой - <https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963> 50
2. Веселая утренняя зарядка для детей - <https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963> 49
3. Танец «Шаффл» – движение «Там-там» - <https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963> 48
4. House для детей - https://vk.com/video-9068269_456243400

5. Стилъ Contemporary – движение “Штопор” - https://vk.com/public135487963?z=video-29806778_456239941%2F6c643a1282fd3744b2%2Fpl_wall_-135487963
6. Коллекция художественных и документальных фильмов о танце для просмотра на карантине - https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963_43
7. Contemporary и modern-jazz - https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963_37
8. Modern-jazz - https://vk.com/video83678244_162441074