


Управление образования Исполнительного комитета муниципального
образования г. Казани
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Заречье»
Кировского района г. Казани

Принята на заседании
педагогического совета
МБУДО «ЦДОД «Заречье»
Протокол № 1
от «25»августа 2022г.

«Утверждаю»
Директор МБУДО «ЦДОД «Заречье»
Т.В. Сорокина
Приказ № 159
от «29»августа 2022 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
объединения хореографии
«Танцевальная мозаика»
художественной направленности
Возраст учащихся: 10 – 16 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Филатов Денис Александрович
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Казань, 2021

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей «Заречье» Кировского района г. Казани
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ганцевальная мозаика»
3.	Направленность программы	художественная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Филатов Денис Александрович педагог дополнительного образования
4.2.	ФИО, должность	
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	2 года
5.2.	Возраст обучающихся	9-16 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
5.4.	Цель программы	создать условия для развития - творческого потенциала учащегося посредством хореографии
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	-
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Форма обучения: очная, дистанционная. Методы

		обучения: теоретический, практический. Форма организации учебного процесса: фронтальная, групповая, индивидуальная, соревновательная.
7.	Формы мониторинга результативности	Концертная деятельность

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительное образование – это одна из возможностей человека вхождения в социальную деятельность через собственный выбор сфер творчества. Оно направлено на развитие творческого потенциала детей, обеспечение условий для творческого роста и создание возможностей творческого развития, этому служит художественно-эстетическое воспитание, в частности, занятия хореографией.

Хореография является наиболее любимым видом художественного творчества. Этот вид искусства с каждым годом привлекает к себе все больше внимания детей. Притягательная сила хореографии очень велика. Ребенок, занимаясь танцем, развивает грацию движения, силу, выносливость, гибкость. Продуманные и целеустремленные занятия танцем несут в себе художественное воспитание. Танец воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Основой любых занятий является программа, которая предусматривает систематическое и комплексное обучение, а так же эстетическое развитие ребенка. В процессе обучения хореографии педагог должен развивать у детей чувство любви к танцу.

Программа составлена на основе следующих документов и рекомендаций:

Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ; Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р; Приказ Министерства просвещения Российской Федерации №196 от 9.11.2018 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»; Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 (Зарегистрировано в Минюсте России 20 августа 2014 г. N 33660); Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10; Приказ Минпроса России от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных

систем дополнительного образования детей»; Приказ МОиН РТ № 1465/14 от 20 марта 2014 г. «Об утверждении Модельного стандарта качества муниципальной услуги по организации предоставления дополнительного образования детей в многопрофильных организациях дополнительного образования в новой реакции»; Приказ МОиН РТ № 2529/14 от 6 мая 2014 г. «Об утверждении Модельного стандарта качества муниципальной услуги по организации предоставления дополнительного образования детей в общеобразовательных организациях»; Уставом Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей «Заречье» Кировского района г. Казани; Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе педагога дополнительного образования МБУДО «Центр дополнительного образования детей «Заречье» Кировского района г. Казани.

Данная программа является общеразвивающей художественной направленности и рассчитана на детей, разных по уровню умения и вне зависимости от их природных способностей, не имеющих перед собой явной цели сделать в дальнейшем хореографию своей основной профессией (в отличие от специальных учебных заведений), не имеющих ограничений на двигательную деятельность в связи с проблемами в состоянии здоровья. Программа намечает определенный объём материала, который может быть использован или изменён с учётом состава класса, физических данных и возможностей каждого учащегося, а также с учетом особенностей организации учебного процесса: разновозрастных, разноуровневых групп детей, нестандартностью индивидуальных результатов обучения.

Актуальность данной программы заключается в следующем. В большом городе, педагоги, работающие с танцевальными коллективами, имеют возможность выбирать жанры и направления танцевального искусства. Это даёт возможность добиваться более высоких результатов. В условиях образовательного учреждения и при наличии одного хореографического коллектива, задачи хореографа усложняются: в соответствии с социальными заказами на разные проводимые мероприятия приходится обращаться к разным направлениям танца:

- к народному танцу (в основном, на основе проживающих в данном регионе народов);
- к классическому танцу, как к основной учебной дисциплине (в форме тренажа для развития техники и выразительности);
- к современной хореографии, как к виду танца, который позволяет на более свободно лексически и философски выражать художественный замысел.

Именно эти направления танца являются основными разделами данной программы.

Классический танец – это главная система выразительных средств балетного искусства, выработанная великим педагогом классического танца А. Вагановой. Предмет «классический танец» является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин, источником высокой исполнительской

культуры. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Занятия классическим танцем оказывают также воспитательное воздействие: у учеников вырабатываются такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность.

Народный танец – родоначальник всех видов хореографического искусства и профессиональной хореографии. Народно-сценический танец знакомит с сокровищницей народного танцевального искусства, учит пользоваться ею и прививает любовь к этому виду танца, а также предполагает большую работу над характером танца. Система тренажа народно-сценического танца построена на методике преподавания И.Моисеева.

Современная хореография – динамичная развивающаяся система, включающая в себя технику джаз-модерн и такие новые направления как contemporary и street dance. Она создаёт достаточную свободу в выборе лексического материала, именно эта особенность позволяет создать свой выразительный язык движений. Занятия джаз-модерн танцем способствуют не только физическому развитию детей, но и создают возможность для творческой самореализации личности, так как танец позволяет создавать свою собственную философию, даёт возможность представить свой взгляд на мир. В связи с тем, что в современной хореографии нет достаточно выработанной обучающей программы, то за основу взята методика преподавания известного педагога модерн-джаз танца В.Никитина и информация, полученная на мастер-классах.

Кроме этих основных разделов программа включает в себя такие разделы как: «Ритмика», «Постановочная и индивидуальная работа», «История танца» (выбор тем по усмотрению педагога), «Искусство балетмейстера» (по усмотрению педагога), раздел - система творческих заданий на развитие творческой свободы детей - курс актерского мастерства (выбор упражнений по усмотрению педагога). Последние разделы являются дополнительными в случае, если класс очень продвинутый и хорошо подготовленный.

Характерными особенностями данной программы являются достижение максимальной усвояемости материала за счет темпоритма занятий и наличие собственной системы хореографической работы с детьми с использованием инновационных приемов и методов обучения:

- мастер-классов с приглашением педагогов других танцевальных коллективов,
 - применение психофизических тренингов для создания комфортной обстановки и развития креативности;
 - презентации самостоятельных работ учащихся – творческие танцевальные конкурсы внутри коллектива и показ этих работ на концертах.
- Эти особенности определяют новизну программы.

Цель данной программы – раскрытие творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

Основными задачами педагогической деятельности данной программы являются:

1. Образовательные:

- сформировать практические умения и навыки;
- дать определенные теоретические знания;
- научить лучше прочувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях;
- научить самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

2. Воспитательные:

- воспитать человека, способного существовать в современном мире с максимальной пользой;
- создать дружный коллектив;
- сформировать нравственную культуру;
- выработать у учащихся чувство энергетической наполненности, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации;

3. Развивающие:

- приобщить детей к танцевальному искусству;
- сформировать определенную эстетическую танцевальную культуру;
- развить выраженное желание и сформировать умения самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;
- сформировать умение терпимо относиться к любым видам искусства, в том числе и к национальному, правильно их оценивать в собственном сознании;
- развить нравственно – эстетическую отзывчивость на прекрасное и безобразное жизни и в искусстве;
- укрепить здоровье и развить физическую выносливость.

Программа «Танцевальная мозаика» предназначена для детей в возрасте от 9 до 16 лет.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на два года обучения. Принимаются все желающие дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. 9-16 лет. Во время приема и формирования групп происходит первичная диагностика творческих способностей ребенка, его знаний, умений, навыков и хореографических данных.

Формы и режим занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. 144 час в год. Во время занятий предусмотрены 10 – 15 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Программа «Танцевальная мозаика» - базовая, рассчитана на два года обучения. На данном уровне обучения возможен дополнительный набор в

группу в связи с тем, что начинается изучение основного раздела «Классический танец» и, в последующем, раздела «Народно-сценический танец». В процессе занятий дети получают определенные навыки на уровне их применения, а также в их сознании формируется представление о хореографическом искусстве.

Отличительной особенностью данной образовательной программы, в связи с изучением разных направлений танца, является ее комплексность и мобильность. По, возможности, учитывается фактор как опережающего, так и отстающего развития. Если отдельные учащиеся легко овладевают учебной программой, то у них есть возможность освоить последующие этапы обучения, и, наоборот, если не справляются, не смотря на все усилия и дополнительные занятия (возможно, из-за отсутствия природных данных или по состоянию здоровья), меняется круг интересов ребенка или увеличивается нагрузка в школе, то всегда, есть возможность закончить обучение на определенном этапе.

Образовательная программа предполагает групповую, индивидуальную, коллективную и фронтальную формы занятий.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ

Общественно-значимые результаты: В процессе обучения будет создано творческое содружество детей с преемственностью его участников; будут достигнуты презентабельные результаты деятельности обучающихся в ансамбле детей: призовые места в республиканских, российских, международных фестивалях и конкурсах минимум по одному в учебный год на каждом уровне.

Личностные результаты: В результате обучения по программе учащиеся будут иметь представление о хореографическом искусстве; владеть практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в объёме данной программы; научиться чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях; приобретут общую эстетическую и танцевальную культуру; научиться самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями (эти результаты будут отслеживаться в процессе концертных выступлений и зачетных формах подведения итогов обучения).

У учащихся сформируется определенная нравственная культура; выработается социальная адаптация, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации; сформируется выраженное желание и умение самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития; сформируется готовность к обучению в вузах и техникумах (не только

творческой направленности) за счёт повышенной работоспособности, конкурентоспособности; сформируется умение терпимо относиться к любым видам искусства, в том числе и к национальному, правильно их оценивать в собственном сознании; укрепиться здоровье и физическая выносливость.

Метапредметные результаты:

продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешкольной деятельности;
освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
позитивная самооценка своих танцевально-творческих возможностей;
приобретение умения осознанного построения речевого высказывания о содержании, характере, особенностях языка танца,
умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации (включая пособия на электронных носителях, обучающие танцевально-хореографические программы, цифровые образовательные ресурсы, мультимедийные презентации и т. п.).

Предметные результаты:

формирование представления о роли танца в жизни человека, в его духовно-нравственном развитии;
формирование общего представления о хореографическом искусстве;
формирование устойчивого интереса к хореографии и различным её видам (или какому-либо виду);
умение эмоционально и осознанно относиться к музыке и танцу различных направлений: фольклору, классической и современной; понимать содержание, интонационно-образный смысл произведений разных жанров и стилей;
умение воплощать танцевальные образы при создании хореографических композиций.

Большое внимание уделяется ритмическим упражнениям, построенным на простых движениях, которые принимают игровую форму и развивают у детей навык согласовать свои движения с музыкой, помогают им освоиться в новой для них обстановке, научиться правильно вести себя в коллективе. В младшем школьном возрасте закладываются основы, от которых в дальнейшем будет зависеть успех занятий ритмикой и танцем. Дети должны усвоить правильную постановку корпуса (при этом нужно обратить внимание на природные особенности сложения учеников): укрепить и развить мышечный аппарат; научиться дифференцировать работу различных групп мышц, владеть центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс, развить прыгучесть, чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы «Танцевальная мозаика» предполагаются: открытые занятия,

зачёты, выступления в различных концертных программах, конкурсах, фестивалях. В конце каждого учебного года будет проводиться отчётный концерт, т.е. оцениваются в основном презентабельные результаты.

Реализация этой программы возможна на основе следующих принципов: целенаправленность учебного процесса; систематичность и регулярность занятий; постепенность развития природных данных учащихся; строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами танца; доступность учебного материала; учёт возрастных физических и технологических возможностей детей; результативность обучения; индивидуальный подход в обучении; учёт специфических особенностей региональной культуры; комфортная эмоциональная среда на занятиях в коллективе.

Учебно-тематический план 1 год обучения

Тема занятия	Количество часов				
	Всего	Теория	Практика	Форма организации	Форма аттестации
Вводное занятие	2	2		групповая	Просмотр, наблюдение
Ритмика 1. постановка корпуса 2. развитие чувства ритма 3. ориентация в пространстве 4. танцевальные элементы 5. партер	24	2	22	групповая	Просмотр, наблюдение
Классический танец	28	4	24	групповая	Просмотр, наблюдение
Народно-сценический танец	28	2	26	групповая	Просмотр, наблюдение
Современная хореография	26	2	24	групповая	Просмотр, наблюдение
История танца	2	2		групповая	Просмотр, наблюдение

Система творческих заданий	8	2	6	групповая	Просмотр, наблюдение
Постановочная и индивидуальная работа	14	2	12	групповая	Просмотр, наблюдение
Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера	12	2	10	групповая	Просмотр, наблюдение
Всего	144	20	124		

РАЗДЕЛ: РИТМИКА.

1 год обучения

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

Задачами первого года обучения являются:

- работа над осанкой, координацией, чувством ритма и развитием двигательной памяти;
- уделение большего внимания развитию музыкальности, пластичности движения, эмоциональности выражения движения;
- начало работы над выворотностью и танцевальностью.;
- изучение сценического пространства и сценической культуры.

1.Работа над постановкой корпуса:

Изучение III позиции ног.

Изучение положение рук: «за юбочки» (девочки).

Постановка спины: продолжение работы с предметами.

2.Работа над развитием чувства ритма:

Упражнения на развитие чувства ритма:

- а) сочетание хлопков и притопов;
- б) сочетание прыжков и шагов.

3.Работа над умением ориентировать в пространстве:

Сочетание упражнений на натянутость ног и перемещений в пространстве:

- а) варианты ходьбы по диагонали, по кругу;
- б)танцевальные движения на месте и в продвижении по залу в различных направлениях.

Движения в пространстве:

- а) прочёсы;
- б) змейка;
- в) до за до

Положение в паре:

- а) в продвижении по кругу;
- б) по диагонали;
- в) лицом друг к другу.

4.Танцевальные элементы:

- а) шаг с plie;
- б) double шаг с plie;
- в) pas полонеза;
- г) pas польки.

5.Par terre: в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу:

- а) работа над спиной;
- б) работа стоп по позициям ног;
- в) упражнения на натянутость ног;

- г) упражнения на развитие выворотности;
- д) растяжка;
- е) упражнения на развитие гибкости;
- ж) упражнения на растягивание позвоночника.

РАЗДЕЛ: КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ! 1 год обучения

Методические рекомендации. Программой по предмету «Классический танец» предусмотрены как практические, так и теоретические занятия. Эта дисциплина вводится в обучение после того как освоены простые танцевальные элементы и выработана элементарная координация движений, натянутость ног и постановка спины. Но этот этап обучения может существовать самостоятельно, так как предполагает начало совершенно нового курса «Классический танец». Программа содержит максимум материалов для занятий в коллективе со спецификой, описанной выше. Педагог имеет право по своему усмотрению перенести изучение движений, освоение которых окажется недоступно данному составу учащихся, на следующий год или вовсе исключить их. Последовательность построения урока и чередование упражнений в нем, не должны представлять из себя застывшую схему. Очень важен темп, правильность выстраивания урока и его техническое развитие для достижения максимальной нагрузки в упражнениях. Это способствует дальнейшему укреплению мышц и помогает избегать травм.

Основными задачами первого года обучения являются: постановка корпуса, рук, головы в процессе освоения основных движений классического тренажа у станка и на середине, развитие элементарных навыков координации движений. Правильная постановка корпуса необходима для исполнения всех движений классического танца. Хорошо поставленный корпус вырабатывает красивую осанку, приучает к подтянутости и собранности мышц живота, спины, ягодиц.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

1. Постановка корпуса лицом к палке: позиции ног I, II, III, V и IV выв. позиции.
2. Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног).
3. Demi – plies: I, II, III, V, IV позиции.
4. Battements tendus в сторону, вперёд, назад(сначала на 4 т 4/4, позже на 1 т. 4/4):
 - а) по I позиции;
 - б) demi – plies по I позиции.;
 - в) по V позиции.;

- г) demi – plies по V позиции;
- д) passe par terre по I позиции.
- 5. Понятие направлений en dehors en dedans .
- 6. Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.
- 7. Rond de jambe par terre en dehors en dedans с остановкой по ¼ круга.
- 8. Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперед, назад как подготовка к battements tendus jetes.
- 9. Положение ноги sur le cou – de – pied основное и условное спереди и сзади.
- 10. Releves на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plie.
- 11. Battements releves lents на 90 градусов с I и V позиций в сторону, вперед и назад.
- 12.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

- 1. Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.
- 2. Поклон по I позиции.
- 3. Demi – plies по I, II, III, V, IV позиция en face.
- 4. Battements tendus в сторону, вперед, назад:
 - а) по I позиции;
 - б) demi – plies по I позиции.
- 5. Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.
- 6. Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперед, назад по I позиции.
- 7. I port de bras.

АПЕГРО.

- 1. Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.
- 2. Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке.
- 3. Changement de pied по V позиции лицом к палке.

Теоретические занятия.

- 1. Терминология.

РАЗДЕЛ: НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ.

1 год обучения

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

Программой по этому предмету предусмотрены теоретические и, в основном, практические учебно-тренировочные занятия. Обучение предмету начинается, когда полностью освоены основы классического танца. Это позволит легче и грамотнее освоить основы народно-сценического танца. Народно – сценический экзерсис развивает те мышцы, суставы и связки, которые были не полностью развиты упражнениями классического

экзерсиса. Особенность народно – сценического экзерсиса является активность движений коленного и голеностопного суставов опорной ноги. При выполнении упражнений экзерсиса внимание педагога должно быть направлено на профессиональную грамотную постановку корпуса, рук, ног и головы.

Упражнения у станка, по возможности, должны соответствовать с проходимым материалом народного танца на середине зала. Это поможет усвоению технических особенностей танца, его выразительной национально-точной манере исполнения.

Программой предусмотрено ознакомление с элементами следующих танцев: русский, танцы народов Прибалтики (по выбору педагога), украинский, белорусский, чувашский, татарский, итальянский, польский. Выбор танцевального материала зависит от подготовленности класса. Количество танцев различных народностей может быть уменьшено или увеличено. Изучение танцевального материала других народностей может быть продолжено в постановочном варианте на следующих годах обучения.

Упражнения у станка на первом году обучения ставят своей целью познакомить детей с особенностями народно-сценического экзерсиса и научить их правильно исполнять движения в начальной простейшей форме. Экзерсис также учит исполнителей умению в четкой пластической форме передавать особенности танцев различных народностей.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

1. Demi и grand plie по I, II, III, V позициям:
 - а) с акцентом вниз;
 - б) с акцентом наверх.
2. Battements tendus:
 - а) с переходом Р.Н. (рабочая нога) с носка на каблук;
 - б) с подъемом пятки О.Н. (опорная нога);
 - в) с plie момент перевода ноги на каблук.
3. Battements tendus jetes:
 - а) основной вид;
 - б) с demi-plie в момент броска;
 - в) с demi-plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию;
 - г) с подъемом пятки О.Н.
4. Каблучные упражнения:
 - а) основной вид;
 - б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.;
 - в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.
5. Подготовка к flic – flas:
 - а) основной вид;
 - б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию;
 - в) с переступанием.
6. Характерный ronde de jambe и ronde de pied:
 - а) до стороны;

б) полный *ronde*;

в) с *plie*.

7. Выстукивания:

а) поочередные удары всей стопой;

б) двойные удары;

в) двойные с подскоком;

г) с переносом Р.Н. из положения III поз. спереди в положение III поз. сзади и с разворотом в невыворотное положение;

д) «русский ключ» – простой.

8. *Battements fondus* – основной вид.

9. *Pas tortille*:

а) основной вид;

б) с двойным поворотом стопы.

10. Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»:

а) основной вид;

б) с подъёмом на п/п О.Н. в момент подъёма Р.Н. вверх;

в) с разворотом бедра.

11. *Battements developpe*:

а) основной вид;

б) с *plie*.

12 *Grand battements jetes*:

а) основной вид;

б) с опусканием Р.Н. в положение *pointe* или на каблук;

в) с *demi-plie* на О.Н. и задержкой ноги в воздухе.

Упражнения лицом к станку:

13. Подготовка к «голубцу».

14. Подготовка к «штопору» и «штопор».

6. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».

7. *Releve* на п/п.

8. Перегибы корпуса.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ.

ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО ТАНЦА.

1. Положение ног, рук, позы.

2. Поклоны.

3. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг.

4. Припадание.

5. Ковырялочки.

6. Металочки.

7. Дробные ходы.

8. Вращения.

9. Присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок».

10. Хлопушки.

Начало прохождения комбинаций, составленных из пройденных элементов русского танца.

ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦЕВ НАРОДОВ ПРИБАЛТИКИ.

1. Лёгкий бег.
2. Шаги с подскоками.
3. Варианты польки.
4. Галоп. Боковой ход.

Танцевальная комбинация на основе одного из танцев Прибалтики.

ЭЛЕМЕНТЫ ЧУВАШСКОГО ТАНЦА.

1. Положения и движения рук.
2. Ходы: бытовой, сценический плавный, переменный, с припаданием.
3. Шаги с выносом ноги на каблук.
4. Гармошка.
5. Па де баск на каблук.
6. Присядка по VI позиции.

Танцевальная комбинация.

ЭЛЕМЕНТЫ БЕЛОРУССКОГО ТАНЦА.

1. Положения рук, ног, позы.
2. Ход “лявониха”.
3. Боковой ход с подбивкой (галоп).
4. Тройной притоп.
5. Подскоки, шаги с переступаниями.
6. Полька.

Танцевальная комбинация.

ЭЛЕМЕНТЫ УКРАИНСКОГО ТАНЦА.

1. Положения ног, рук, корпуса. Позы.
2. “Бегунец”.
3. “Голубцы”.
4. “Выхиястник”.
5. “Верёвочка”.
6. “Тынок”.

Танцевальная комбинация.

ЭЛЕМЕНТЫ ТАТАРСКОГО ТАНЦА.

1. Положение рук головы.
2. Ходы: основной женский, мужской, на тройном переступании, мужской на подскоках.
3. «Чалуш-тру».
4. «Строчка».
5. «Ук чабаш».

6. «Брма».
7. «Нанизывание» (женское).
8. Па де баск (женское и мужское).
9. Присядка по VI позиции
Танцевальная комбинация.

Теоретический материал.

1. Система народно-сценического и характерного тренажа.
2. Народный танец – источник всех видов хореографии.

РАЗДЕЛ: СОВРЕМЕННАЯ ХОРЕОГРАФИЯ

(Джаз – модерн танец).

1 год обучения

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

В данной программе присутствует обобщённое понятие современной хореографии, так как здесь предпринята попытка ознакомить детей со многими направлениями современного танца. Основой курса является соприкосновение с таким направлением современной хореографии, как джаз-модерн танец.

Программой по данному предмету предусмотрены практические и теоретические занятия. Основу занятий составляет тренаж джаз-модерн танца. Эта дисциплина вводится в программу после того как освоены основы классического и народного танца. Так как джаз-модерн танец не имеет единой методики преподавания, то его экзерсис может строиться на принципах классического экзерсиса, и это даёт возможность педагогу проявлять полную творческую свободу. В процессе двух лет обучения и овладения основами технических принципов джаз-модерн танца в программу включаются такие направления как *dans street* и *contemporary*.

Задача подготовительного уровня – добиться достаточной свободы позвоночника при напряженном верхе. Релаксация позвоночника. Распределение напряжения и расслабления. Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца.

Раздел “Изоляция”:

1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, *sundari*. Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.

3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.
4. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, Jelly roll.
5. Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.
6. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

Раздел «Упражнения для позвоночника»:

1. Flat back вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль.
2. Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll (“волна” передняя, задняя, боковая).

Раздел “Координация”:

1. Свинговое раскачивание двух центров.
2. Параллель и оппозиция двух центров.
3. Принцип управления “импульсивные цепочки”.
4. Координация движений рук и ног, без передвижения.

Раздел “Уровни”:

1. Основные уровни: “стоя, “сидя, “лёжа”.
2. Упражнения стрэч-характера в различных положениях.
3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта.
4. Упражнения на contraction и release в положении «сидя».
5. Движения изолированных центров.

Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»

1. Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.
2. Шаги по квадрату.
3. Шаги с мультипликацией.
4. Основные шаги афро-танца.
5. Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
6. Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу.
7. Прыжки: hop, jump, leap.

Раздел «Комбинация или импровизация»:

Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.

Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца.

1. Терминология.
2. История возникновения танца «Модерн».

Учебно-тематический план
2год обучения

Тема занятия	Количество часов				
	Всего	Теория	Практика	Форма организации	Форма аттестации
Вводное занятие	2	2		групповая	Просмотр, наблюдение
Ритмика 1. постановка корпуса 2. развитие чувства ритма 3. ориентация в пространстве 4. танцевальные элементы 5. партер	14	2	12	групповая	Просмотр, наблюдение
Классический танец	22	2	20	групповая	Просмотр, наблюдение
Народно-сценический танец	34	2	32	групповая	Просмотр, наблюдение
Современная хореография	34	4	28	групповая	Просмотр, наблюдение
История танца	2	2		групповая	Просмотр, наблюдение
Система творческих заданий	8	2	6	групповая	Просмотр, наблюдение
Постановочная и индивидуальная работа	18	2	16	групповая	Просмотр, наблюдение
Организационно-массовые мероприятия воспитательного характера	10		10	групповая	Просмотр, наблюдение
Всего	144	18	126		

РАЗДЕЛ: РИТМИКА.=
2 год обучения
СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

Данный этап обучения базируется на системе классического тренажа. Поэтому ритмика здесь представлена только упражнениями на полу (par terre). Основными задачами занятий являются: развитие натянутости ног, выворотности, возможность прочувствовать эти моменты при работе у станка.

PAR TERRE.

1. Постановка спины:
 - а) работа головы при подтянутой спине в положении сидя;
 - б) работа стоп в этом же положении.
2. Выворотная позиция ног:
 - а) при натянутой и сокращённой стопе;
 - б) варианты battment tendus jetes.
3. Работа над выворотностью.
 - А) passes;
 - б) releves;
 - в) developpes.
4. Работа над силой ног: grand battments во всех направлениях.
5. Растяжки.12
6. Упражнения на гибкость.
В упражнения на полу могут включаться проученные позиции рук для разогрева.

РАЗДЕЛ: КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ.=
2 год обучения
СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

Основными задачами обучения являются: выработка навыков правильности и чистоты исполнения. Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счёт использования поз и введения элементарного abajio. Начинается изучение pirouettes.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

1. Demi rond en rond jambe на 45 градусов en dehors et an dedans на п/п и demi-plie.
2. Battements fondus:
 - а) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов en face;
 - б) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов из позы в позу.
3. Battements frappes et battements double frappes.
 - А) на п/п ;

- б) с окончанием в demi-plie.
4. Pas tombe с полуповоротом en dehors et en dedans, работающая нога в положении sur le cou- de-pied.
 5. Battements releves lents et battements developpes во всех позах на п/п.
 6. Demi rond de jambe et rond de jambe developpe en dehors et en dedans на всей стопе.
 7. III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой).
8. Поворот на двух ногах в V позиции на п/п с переменной ног (с вытянутых ног и с demi-plie).
 9. Полуповороты на одной ноге en dehors et en dedans:
 - а) работающая нога в положении sur le cou – de – pied;
 - б) с подменной ноги.
 10. Preparation к pirouette sur le cou – de – pied en dehors et en dedans с V позиции.
 11. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ.

1. Demi rond de jambe et rond de jambe en dehors en dedans на 45 градусов на всей стопе.
1. Battements fondus:
 - а) на п/п;
 - б) с plie-releve et demi rond de jambe на 45 градусов на всей стопе.
2. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi-plie.
3. Petits battements sur le cou – de – pied en face et epaulement с акцентом вперед и назад.
5. Pas coupe на п/п.
6. III port de bras с ногой, вытянутой на носок вперед или назад на demi-plie.
7. Pas de bourree simple (с переменной ног) en tournant en dehors en dedans.
8. Preparation к pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций.
9. Pirouette с V, IV, II позиций en dehors et en dedans с окончанием в V и IV позиции .
10. Pas de bourree ballote an face, затем на crouse et efface носком в пол и на 45 градусов.

ALLEGRO.

1. Temps leves с одной ногой в положении sur le cou – de – pied.
2. Grand changement de pieds en tournant на 1/8, 1/4.
3. Grand pas echappe на II и IV позиции на crouse et efface.
4. Double assemble.
5. Sissonne fermee во всех направлениях.
6. Pas de chat.

Теоретические занятия.

1. Терминология.
2. Правила исполнения трудноусвояемых упражнений у станка и на середине зала (по выбору педагога).

РАЗДЕЛ: НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ.=
2 год обучения

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

Экзерсис у станка на втором году обучения требует усвоение более сложного материала: движения, проученные на первом году, усложняются по технике и темпу исполнения, изучаются новые виды упражнения. Упражнения у станка включаются также трудноусвояемые движения серединного материала.

Вводятся больше разнообразных ритмических рисунков. Рекомендуются более танцевальные комбинации, направленные на развитие выразительности исполнения.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

1. Plie:
 - а) demi и grand plie исполняются по невыворотным позициям;
 - б) в сочетании с работой корпуса.
2. Battements tendus:
 - а) с plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию;
 - б) с подъёмом пятки О.Н. и с переходом на Р.Н.;
 - в) то же с ударом О.Н. в III позицию;
 - г) то же с двойным ударом О.Н.
3. Battements tendus jetes:
 - а) с demi-plie на протяжении исполнения всего упражнения;
 - б) balancoire;
 - в) с одинарным ударом ребром каблука (аналогично pique);
 - г) с двойным ударом.
4. Каблучное упражнение:
 - а) с demi-ronde по воздуху на 45 градусов;
 - б) по VI позиции;
 - в) с мазком «от себя» и «к себе».
5. Flic – flac :
 - а) с ударом Р.Н. в III позицию всей стопой;
 - б) на croise;
 - в) с tombe на Р.Н. с одним ударом;
 - г) с подъёмом О.Н. на п/п;
 - д) со скачком на О.Н.
6. Характерный ronde de iambe и ronde de pied:

- а) с поворотом пятки О.Н. (на вытянутой ноге);
 - б) по воздуху на вытянутой О.Н;
 - в) по воздуху с поворотом пятки О.Н.;
 - г) с поворотом пятки О.Н. с plie, Р.Н. по воздуху.
7. Подготовка к “верёвочке” прыжком.
8. Упражнения для бедра:
- а) с п/п на п/п на протяжении всего движения;
 - б) упражнения исполняются на затакт.
9. Pas tortille:
- а) одинарное с ударом;
 - б) одинарное с ударом и подъёмом на п/п.
10. Battements fondus:
- а) на 45 градусов с подъёмом на п/п;
 - б) на 90 градусов с подъёмом на п/п.
11. Выстукивания:
- а) чередование ударов п/п и каблуками;
 - б) удары каблуками в пол;
 - в) пятко-носовая дробь;
 - г) дробь «в три ножки»;
 - д) «русский ключ» – сложный.
11. Battements developpe:
- а) с двойным ударом О.Н.;
 - б) с перегибом корпуса.
12. Grand battements jetes:
- а) с подъёмом на п/п в момент броска;
 - б) сподъёмом на п/п и demi-plie в момент броска;
 - в) с tombe-coupe;
 - г) с tombe-coupe с двойным ударом;
 - д) balancoire.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

Наиболее важным является точность передачи манеры исполнения и соответствия музыкального материала.

ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО ТАНЦА.

На основе материала русского танца идёт работа над развитием техники исполнения. Это исполнение в чистом виде и сочетания в комбинации следующих движений:

1. Дроби.
2. Ковырялочки.
3. Моталочки.
4. Верёвочки.
5. Хлопушки в сочетании с присядкой, с прыжком, с дробью.

6.Присядки: «бегунок», «волчок».

7.Вращения в сочетании с ковырялочками и дробью.

ЭЛЕМЕНТЫ ТАТАРСКОГО ТАНЦА.

10.Положение рук головы.

11.Ходы: основной женский, мужской, на тройном переступании, мужской на подскоках.

12.«Чалуш-тру».

13.«Строчка».

14.«Ук чабаш».

15.«Брма».

16.«Нанизывание» (женское).

17.Па де баск (женское и мужское).

18.Присядка по VI позиции
Танцевальная комбинация.

ЭЛЕМЕНТЫ ИТАЛЬЯНСКОГО ТАНЦА.

1. Положение рук, владение тамбурином.

2. Бег тарантеллы:

а) скрещивание ноги сзади;

б) вынося ногу вперёд.

3. Прыжки в позах (atititude, arabesque).

4. Соскок (pas echarpe).

5. Pas de bask.

Танцевальная комбинация.

ЭЛЕМЕНТЫ ПОЛЬСКОГО ТАНЦА.

1. Ход мазурки.

а) pas courru;

б) pas galla;

2. Открытие руки в мазурке («восьмёрка»)

3. Balance.

4. Голубцы.

5. Ключи.

6. Pas de bourgee.

7. Различные варианты парных движений.

Танцевальная комбинация.

Теоретический материал.

1. Формы народного танца.

2. Сценический танец.

РАЗДЕЛ: СОВРЕМЕННАЯ ХОРЕОГРАФИЯ

(Джаз – модерн танец).

2 год обучения

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

Основными задачами базового уровня обучения являются дальнейшее развитие координации, более точное исполнение движений, дальнейшее освоение технических принципов джаз-модерн танца. Многие упражнения усложняются, например, упражнения на изоляцию могут совершаться в полиритмии, вращения менять уровни, сочетаться с контактным взаимодействием.

На базовом уровне вводятся новые технические понятия:

1. Разогрев с использованием уровней.
2. Комплексы изоляций.
3. Сочетания различных ритмов во время движения.
4. Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении “стоя” и “сидя”.
5. Упражнения стрэч-характера во всех положениях: “сидя”, “лёжа”, “стоя у станка”.
6. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров.
7. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов.
8. Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера.

Раздел “Разогрев”:

1. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)
2. Разогрев в положении “сидя” и “лёжа”, используя упражнения стрэч-характера, наклоны и твисты торса.
3. Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.

Раздел “Изоляция”.

1. Комплексы изоляций.
2. Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, разученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров.
3. Плечи: комбинации из движений, разученных ранее, разноритмические комбинации, соединения с движениями других центров.
4. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение и комбинации движений, изученных ранее, разноритмические комбинации.
5. Пелвис: соединение в комбинации изученных движений, hip lift, полукруги и круги одним бедром.

6. Руки: комбинации из движений, разученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.

7. Ноги: соединение в комбинации движений, изученных ранее, соединение движений рук с движениями рук, с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спираль, твист, contraction и release).

Раздел “Координация”:

1. Бицентриа: движение двух центров в параллель и оппозицию.

2. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.

3. Трицентриа в параллельном направлении.

4. Соединение движений в нескольких центрах в различных ритмических рисунках.

5. Использование различных ритмов в использовании движений, например, один центр исполняет движение медленно и плавно, другой – акцентированно и резко.

Раздел “Упражнения для позвоночника”:

1. Соединение в комбинации движений, изученных ранее.

2. Использование падений и подъёмов во время комбинаций.

3. Соединение contraction и release с одновременным подъёмом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.

Раздел “Уровни”:

1. Комбинации с использованием contraction, release, спирали и твисты торса.

2. Перемещение из одного уровня в другой.

3. Упражнения стрэч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

Раздел “Кросс. Передвижение в пространстве”:

1. Комбинации шагов, соединёнными с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногах и на одной ноге).

2. Использование contraction и release во время передвижения.

3. Вращение как способ передвижения в пространстве.

4. Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.

5. Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.

Раздел “Комбинация или импровизация”:

Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

Танцевальные комбинации в стиле различных направлений эстрадного танца.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К МУЗЫКАЛЬНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ ЗАНЯТИЯ.

Музыкальный материал зависит от построения урока. Для разогрева используется ритмическая музыка свингового характера. Для «Изоляции» подходит быстрая ритмичная музыка с чётким акцентом на первую долю. В разделе «Упражнения для позвоночника» возможны разные музыкальные размеры, но не стоит особо усложнять ритм. В разделе «Кросс» выбор музыки зависит от характера комбинации, ритм зависит от типа шага. В дальнейшем может использоваться более сложная музыка различных стилей. Музыкальный материал должен соответствовать разделу урока, а комбинации должны выстраиваться в зависимости от целей и задач.

РАЗДЕЛ: ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА.

Постановочная работа определяется педагогом в зависимости от пройденного объёма программы и подготовленности участников ансамбля, а также наличие у педагога интересного танцевального и музыкального материала. В зависимости от этих факторов репертуар коллектива может быть разнообразным и строиться не только на материале данной программы. На данном этапе обучения происходит усложнение танцевальной лексики за счёт более сложных комбинаций и сочетаний движений. Музыкальный материал соответствует эмоциональной возрастной реакции детей на музыку, характер музыки – жизнерадостный, возможны различные обработки детских песен и народной музыки в эстрадном варианте. В течение двухлетнего обучения предмету «Народно-сценический танец» на основе проученного материала ставятся номера в копилку репертуара коллектива характере народного или стилизованного танца с сюжетной направленностью. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка, эстрадная обработка народной музыки, возможно обращение к различным музыкальным размерам. Основным направлением в творческой постановочной работе данной образовательной программы «Танцевальная мозаика» является стилизация татарского народного танца. В современных условиях это направление позволяет более полно показать возможности танцевальной лексики татарского танца, лиричность и красоту движений, привить детям понимание национального искусства через эстетику стилизованного татарского танца и костюмов.

Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Танцевальные номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста, квадратное построение музыкальных фраз. При продвинутом классе возможна постановка полонеза с простым рисунком.

В конце года обучения дети будут:

- владеть навыками постановки корпуса (держат осанку);
- иметь простые навыки комбинированных движений;
- знать простые музыкальные размеры 2\4,3\4,4\4 и владеть ритмическим рисунком исполнения движений;
- уметь ориентироваться на сценической площадке;
- иметь представление о сценической культуре;
- уметь самостоятельно создавать эмоционально-двигательный образ.

Данный этап программы предполагает постановку танцевальных номеров на основе всего пройденного материала и всех разделов танцев данной программы. В зависимости от подготовленности участников ансамбля возможны обращения к дополнительному материалу. Обязательно присутствие в номерах хореографического замысла – идеи или воплощения определенного сюжета. Любой музыкальный материал, соответствующий хореографическому замыслу. Количество танцевальных номеров зависит от этапа обучения, подготовленности учащихся и материальных возможностей коллектива (пошив костюмов), а также наличия качественного музыкального материала. Возможно от 4 до 6 танцевальных номеров в год, в том числе сольных.

РАЗДЕЛ: ИСТОРИЯ ТАНЦА.

ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛА.

1. Происхождение танца и хореографии.
2. Периоды развития танца.
3. Разделы и виды современного танцевального искусства.
4. Балетный театр Франции, пьесы шедевры хореографии.
5. Истоки русского хореографического творчества.
6. Зарождение и становление действенного танца.
7. Новаторство Жан Жака Новера.
8. Развитие балетного театра Франции, Дании на рубеже XVIII-XIX веков.
9. Русский балетный театр на рубеже XVIII-XIX веков.
10. Русский балетный театр XX века.
11. Зарубежное искусство XX века.

РАЗДЕЛ: СИСТЕМА ТВОРЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ

Большую роль в коллективе имеет доброжелательная обстановка. Чувство доброты, эмоциональная комфортность в данной среде воспитывается делами. Важно, чтобы каждый воспитанник мог расслабиться и почувствовать внутреннюю психологическую свободу и

умел доверять своим товарищам. Детское творчество тесно связано с игрой, с поиском нового интересного и необычного, и, способствует больше саморазвитию ребенка, чем самореализации. В процессе творчества, как и в игре, ребенок стремится опробовать разные роли. Система творческих заданий помогает детям войти в образное содержание выбранной роли, а перевод образа из одного художественного ряда в другой уйти от общих шаблонов и развить ассоциативное мышление. Построение заданий от частного к общему предполагает общение детей по поводу созданного, то есть его исполнения и восприятия.

Упражнения на доверие и релаксацию.

В процессе выполнения приведенных ниже упражнений дети обретают доверие друг к другу, становятся спокойнее и внимательнее.

- Дети выстраиваются таким образом, чтобы один стоял спиной к тем, кто будет его ловить.

За его спиной 4-5 человек договариваются, кто будет держать голову, кто ловит лопатки, кто "мягкое место" падающего. Задача падающего назад, довериться себя другим детям, и упасть "столбиком", не прогибаясь.

Методический комментарий: это упражнение можно использовать не только для развития доверия, но и как тест на доверие. По моим наблюдениям, дети, малообщительные в коллективе, не очень доверяют своим товарищам, а ребята, имеющие задатки лидера, падают, не раздумывая.

В старшем возрасте, когда дети физически сильнее, можно использовать падение со стула. Те, кто ловит должны четко исполнять свои роли ловящих. неся чувство ответственности за товарища.

- Дети лежат на полу на спине, ноги и руки раскрыты в сторону.

Задание 1.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда желток смешался с белком, и получилась расплывающаяся и растекающаяся масса непонятно чего.

Задание 2.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда желток остался круглым, а белок растекся.

Задание 3.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда яйцо внезапно разбили на раскаленную сковороду.

Методический комментарий: умение расслабляться поможет в последствии снять физические зажимы на сцене. А последнее задание, как правило, вызывает бурю эмоций. Можно дать возможность детям поочередно понаблюдать за фантазией друзей.

- Дети делятся на пары.

Задание 1. Один лежит на полу и представляет себя расплывшимся яйцом. Другой входит в роль скульптора и лепит лежащего, представляя его в роли пластилина или песка, как дети часто это делают на пляже. Начинает с ног, аккуратно проходя коленные чашечки, переходит на руки, вылепливая каждый пальчик, заканчивает головой. Потом дети меняются местами.

Методический комментарий: помимо релаксации, это упражнение развивает доверие того, кого лепят, к тому, кто лепит. Дети учатся доверять друг другу через физические ощущения. Это упражнение является начальным тренингом в технике контактной импровизации. Упражнение не такое скучное, как кажется с первого раза. У всех, практически, деток присутствует чувство щекотки, они начинают хихикать, в такие моменты снимается психологическое напряжение между мало общающимися детьми.

Задание 2.

И.П. то же. Теперь, стоящий отрывает медленно от пола поочередно ноги, руки, а потом и голову лежащего от пола, пытаюсь почувствовать, насколько лежащий расслабил эту часть тела. А тот, который лежит, пытается максимально расслабиться и довериться стоящему.

Методический комментарий: если лежащему удастся хорошо расслабиться, дети удивляются особенно тому, что голова бывает такой тяжелой.

- Дети сидят на полу в свободной удобной позе.

Делается глубокий вдох, взгляд в потолок, на выдохе голова опускается подбородком на грудь, при этом максимально расслабляются мышцы шеи и есть ощущение, что за головой тянется верхний отдел позвоночника. Это упражнение делается раз 7-8.

Методический комментарий: при правильном исполнении должно быть ощущение, что голова с каждым разом делается все тяжелее. В данном случае снимается шейный мышечный зажим. Умение расслаблять мышцы шеи избавит, в последствии, ребенка от последствий нагрузок на верхний и шейный отдел позвоночника.

- Дети стоят во II поз. ног. свободно, руки опущены вниз.

Поочередно в свинге расслабляем мышцы шеи, плечи, грудную клетку, поясницу, постепенно опускаясь вниз. В таком положении, полностью расслабляясь, медленно поднимаемся обратно. Здесь надо добиться достаточной свободы позвоночника. Релаксация позвоночника, распределение расслабления путем освоения технического принципа джаз-модерн танца: roll down, roll up.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Для успешной реализации данной программы необходимо:

- большое, светлое и хорошо проветриваемое помещение;
- раздевалка;
- соответствующее оборудование (звуковоспроизводящая и звукозаписывающая техника);
- костюмы и обувь для занятий и танцевальных номеров для концертных выступлений;
- актовый зал.

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

В идеальном варианте – наличие одного педагога и концертмейстера.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел: Ритмика.

Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.

Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – Москва, 2006.

Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе. – М.: «Пресс-соло», 1997.

Раздел: Классический танец.

Серебренников Н.Н. Поддержка в дуэтом танце: Учеб. - методическое пособие. 2-е изд., доп. – Л.: Искусство, 1979.

Лекции по предмету «Образцы классического танца» зав. кафедрой хореографии КГИИК, профессора Юлтыевой Н.Д. Казань, 1990.

Васильева – Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. Учеб. пособие. – 2-е изд., пересмотр. – М.: Искусство, 1987.

Лекции по предмету «Классический танец – методика преподавания» преподавателя хореографии КГИИК Цветковой Н.В. Казань, 1988-93.

Раздел: Народно - сценический танец.

Тагиров Г.Х. 100 татарских фольклорных танцев. – Казань: Татарское кн. изд – во, 1988.

Нагаева Л.И. Три башкирских танца. Уфа: Издательство «Башкортостан», 1992.

Стариков В.Е. Удмуртские народные танцы. – Ижевск: Издательство «Удмуртия», 1981.

Протопопова В.М. Народно – сценический экзерсис. (Выпускной класс). Учебно – методическое пособие для учащихся и преподавателей хореографической специализации училищ культуры, школы искусств. Лекции по предмету «Народно-сценический танец – методика преподавания» преподавателя хореографии КГИИК Сентяброва С.Д. Казань, 1988-93.
Лекции по предмету «Искусство балетмейстера» «Традиционное танцевальное искусство народов Поволжья» преподавателя хореографии КГИИК, Мусиной Н.Д. Казань, 1990.
Лекции по предмету «Этногинеиз и культура народов Поволжья» преподавателя КГИИК, Сабирзянова Г.С., Казань, 1991.
Раздел: Эстрадный танец.
Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
Гиглаури В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства. В.Т.Гиглаури - преподаватель кафедры современной хореографии Московской академии искусств и культуры. Материал с курсовой подготовки «Арт-сфера» г. Нижний Новгород, 2008.
Раздел: Искусство балетмейстера.
Холфина. С.С. Вспоминая мастеров московского балета... - М.: Искусство, 1990.
Железкова. А.С. Надежда Павлова. Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 1985.
Тарасов Л.М. Музыка в семье муз. – Л.: Дет. лит., 1985.
Константинова М.Е. «Спящая красавица». (Шедевры балета). – М.: Искусство, 1990.
Мессерер А.М. Тане. Мысль. Время. – М.: Искусство, 1990.
Морис Бержар. Мгновение в жизни другого. – М.: В\О Союзтеатр СТД СССР, 1989.
Захаров Р.В. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. – М.: Искусство, 1983.
Красовская В.М. Ваганова. – Л.: Искусство, 1989.
Гиглаури В.Т. Сценическое искусство. Компоненты постановочной работы. Материал с курсовой подготовки «Арт-сфера» г. Нижний Новгород, 2008.
Журнал «Студия антре» (версия журнала «Балет» для детей»), №1-6, 2008.
Лекции по предмету «Искусство балетмейстера» преподавателя хореографии КГИИК, Горшкова В.Н., Казань, 1988-93.

Раздел: История танца.

Лекции по предмету «История хореографического искусства» преподавателя хореографии КГИИК, Горшкова В.Н.. Казань, 1989.

Дополнительная литература.

Богоявленская Т. Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта Лючия». – М.: web – издательство «Век информации», 2009.

Джеймс Ч. Добсон. Не бойтесь быть строгими. – М.: Центр общечеловеческих ценностей, 1997.

Сухомлинский В.А. О воспитании. Издание второе. – М.: Издательство политической литературы, 1975.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Классический танец. Программа (проект) для хореографических отделений музыкальных школ искусств. М. 1987 г.
2. Методическая разработка к программе “Народно-сценический танец” для хореографических отделений ДМШ и школ искусств (3 класс, 2 год обучения), М., 1985г.
3. Народно-сценический танец. Методическая разработка для хореографических отделений ДМШ и ДШИ (4 класс 3 год обучения). М. 1987 г.
4. Приложение к журналу “Внешкольник”. № 5 2001 г. Проектирование образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей.
5. Танец. Программа для культурно-просветительных училищ (Специальность “Хореографическая”). Вариант второй. М. 1977 г.
6. Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития. Инновационный курс. Книга 1. Казань, 1996.
7. Гиглаури В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства.
8. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
9. Р. Захаров. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. М. “Искусство”, 1989 г.
10. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – Москва, 2006.
11. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.
12. Лекции по спецдисциплинам преподавателей хореографии КГИИК, Горшкова В.Н., Цветковой Н.В., Сентябова С.Д., Синцова Е.Н. 88-93гг.

Приложение.

Оценочный лист

Промежуточная диагностика

1 год обучения

Ф.И.О. _____

Дата _____

	Уровень			примечание
	Оптимальный 3 балла	Хороший 2 балла	Допустимый 1 балл	
Физическое развитие				
Выворотность ног				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				
Уровень освоения программы				
Ориентация в пространстве				
Дыхание при движении				
Танцевальные этюды				

Всего баллов _____

Критерии оценки

Оптимальный уровень (3 балла):

- ярко выражено **развитие** специальных физических данных (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам вводного контроля);
- ярко выраженный рост некоторых физических данных (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) - для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития;
- импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно и оригинально;

- легко перевоплощается, эмоционален;
- ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;
- легко ориентируется в пространстве;
- дыхание во время движения правильное.

Хороший уровень (2 балла):

- развитие физических данных не значительно (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам вводного контроля);
- нет роста некоторых физических данных (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) - для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития;
- эмоционален, вживается в образ;
- импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности;
- перевоплощается, повторяя движения за кем-либо;
- в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;
- ориентируется в пространстве, допуская паузы;
- дыхание во время движения правильное, но иногда требуется напоминание педагога.

Допустимый уровень (1 балл):

- развитие физических данных отсутствует;
- мало эмоционален;
- не импровизирует, имитационные движения носят репродуктивный характер;
- в коллективном исполнении допускает более 2 ошибок;
- плохо ориентируется в зале;
- дыхание «через рот», правильное дыхание только при напоминаниях педагога.

Оценка уровня знаний, умений обучающихся.

Оптимальный уровень: более 30 баллов

Хороший уровень: 20 --30 баллов

Допустимый уровень: до 19баллов

Оценочный лист

Итоговая диагностика

1 год обучения

Ф.И.О. _____

Дата _____

	Уровень			примечание
	Оптимальный 3 балла	Хороший 2 балла	Допустимый 1 балл	
Физическое развитие				

Выворотность ног				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				
Уровень освоения программы				
Ориентация в пространстве				
Дыхание при движении				
Танцевальные комбинации				
Постановка корпуса (позиции рук, ног)				

Всего баллов _____

Критерии оценки

Оптимальный уровень (3 балла):

- ярко выражено развитие специальных физических данных (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам промежуточной диагностики);
- максимально использует свои физические возможности (выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, прыжок), выполняя круговую разминку;
- ярко выраженное развитие гибкости тела;
- безошибочно выполняет упражнения на координацию движений;
- соблюдает позиции рук, ног; постановка корпуса правильная;
- движения выполняет музыкально верно, начинает движение после прослушивания вступления;
- эмоционален и артистичен при выполнении танцевальных комбинаций;
- легко перевоплощается в образ; импровизационные и имитационные движения выполняет оригинально;
- ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;
- легко ориентируется в пространстве;
- дыхание во время движения правильное.

Хороший уровень (2 балла):

- развитие физических данных не значительно (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам промежуточной диагностики);

- использует свои физические данные (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) не в полной мере (для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития по результатам промежуточной диагностики);
- наблюдается развитие гибкости тела;
- допускает, но тут же исправляет 1-2 ошибки в упражнениях на координацию;
- верное положение корпуса, но не всегда соблюдает позиции рук, ног;
- движения выполняет музыкально верно, но иногда торопится, не слушая вступление;
- малоэмоционален, напряжен, сосредоточен на правильности выполнения движений;
- перевоплощается в образ; импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности;
- в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;
- ориентируется в пространстве, допуская паузы;
- дыхание во время движения правильное, но иногда требуется напоминание педагога.

Допустимый уровень (1 балл):

- развитие физических данных отсутствует;
- мало эмоционален; стеснителен;
- с трудом перевоплощается в образ, не импровизирует, имитационные движения повторяет за другими детьми;
- начинает движение с вступления;
- часто допускает ошибки в постановке корпуса, не соблюдает позиции рук, ног;
- в коллективном исполнении путается, допускает ошибки;
- плохо ориентируется в зале;
- дыхание «через рот», правильное дыхание только при напоминаниях педагога.

Оценка уровня знаний, умений обучающихся.

Оптимальный уровень: более 30 баллов

Хороший уровень: 19 -30 баллов

Допустимый уровень: до 18 баллов

Оценочный лист

Промежуточная диагностика

2 год обучения

Ф.И.О. _____

Дата _____

	Уровень			примечание
	Оптимальный 3 балла	Хороший 2 балла	Допустимый 1 балл	
Физическое развитие				

Выворотность ног				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				
Уровень освоения программы				
Комплексы разогрева				
Постановка корпуса				
Танцевальные комбинации				

Всего баллов _____

Критерии оценки

Оптимальный уровень:

- соблюдает выворотность ног при выполнении поклона, марша и балетного шага;
- максимально тянет стопу;
- балетный шаг не ниже 130 градусов;
- упражнение на гибкость тела «Кошечка» выполняет легко, красиво, непринужденно.
- прыжок легкий, высокий.
- координация движений уверенная, безошибочная;
- не допускает ошибок в игре «Передай ритм». Передает ритм четко, громко, уверенно;
- фатазирует, импровизирует, движения разнообразны;
- передает музыку и ее тему в движениях, эмоционален.
- четко знает комплексы разогрева мышц.
- безошибочно выполняет комбинацию танцевальных движений.
- соблюдает правила постановки корпуса.

Хороший уровень:

- соблюдает выворотность ног после напоминания педагога достаточно долгое время;
- тянет стопу, но не использует максимально свои возможности;
- балетный шаг не ниже 90 градусов;

- упражнение на гибкость тела «Кошечка» выполняет правильно, но напряженно;
- прыжок легкий, но недостаточно высокий.
- координация движений уверенная, но с допущением 1-2 ошибок и самостоятельным исправлением их;
- недостаточно уверенно, но правильно выполняет ритмический рисунок в игре «Передай ритм»;
- фатазирует, импровизирует, но движения однообразны;
- выполняет движения под музыку, «включает» эмоции после подсказки педагога.
- знает комплексы разогрева мышц, но допускает паузы, вспоминая последовательность упражнений;
- в танцевальных комбинациях допускает 1-2 ошибки или выполняет верно, не в полную силу;
- редко требуются напоминания педагога по постановке корпуса.

Допустимый уровень:

- соблюдает выворотность ног и натянутость стопы при постоянном напоминании педагога;
- балетный шаг ниже 90 градусов;
- при выполнении «Кошечки» допускает ошибки, отсутствует пластичность, гибкость;
- допускает ошибки при выполнении прыжка, упражнений на координацию.
- нарушает ритмический рисунок, не выдерживает паузы в игре «Передай ритм»;
- малоэмоционален, в импровизации повторяет движения за другими детьми или выполняет элементарные движения, которые не всегда музыкальны.
- допускает ошибки при выполнении комплекса разогрева и в танцевальных комбинациях, работает не в полную силу;
- допускает ошибки в постановке корпуса.

Оценка уровня знаний, умений обучающихся

Оптимальный уровень: более 30 баллов

Хороший уровень: 20-30 баллов

Допустимый уровень: до 19 баллов

Оценочный лист

Итоговая диагностика

2год обучения

Ф.И.О. _____

Дата _____

	Уровень			примечание
	Оптимальный 3 балла	Хороший 2 балла	Допустимый 1 балл	
Физическое развитие				

Выворотность ног				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				
Уровень освоения программы				
Комплексы разогрева (разминка)				
Терминология				
Техника исполнения экзерсиса у станка				

Всего баллов _____

Критерии оценки

Оптимальный уровень:

- ярко выраженная динамика физического развития (для обучающихся с хорошим и допустимым уровнем знаний, умений по результатам вводной диагностики 2 года обучения) и максимальное использование своих физические данные - подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений (для обучающихся с оптимальным уровнем);
- легко исполняет импровизационные движения, музыкально верно, движения разнообразны, креативны;
- изображает все предложенные эмоциональные состояния
- безошибочно и в полную силу выполняет комплексы разогрева
- владеет терминологией, знает значимость упражнений;
- владеет техникой выполнения движений экзерсиса, знает комбинацию движения;
- комбинации выполнены чисто, верно, в полную силу.

Хороший уровень:

- наблюдается положительная динамика физического развития;
- импровизирует музыкально верно, но движения однообразны;
- изображает все предложенные эмоциональные состояния, но 1-2 вызывает затруднения;
- безошибочно, но не в полную силу выполняет некоторые комплексы разогрева;

- знает терминологию, но не уверенно объясняет значимость упражнения;
- соблюдает технику выполнения экзерсиса с напоминаниями;
- комбинации выполнены верно, но не в полную силу или в полную силу, но с допущением небольших ошибок.

Допустимый уровень:

- Динамика физического развития отсутствует;
- Задание по импровизации вызывает затруднение;
- вяло изображает предложенные эмоциональные состояния, более двух эмоций вызывают затруднения;
- комплексы разогрева повторяет за кем-либо;
- знает некоторую терминологию. Не может объяснить значимость упражнения;
- часто допускает ошибки в технике выполнения экзерсиса;
- Путается, выполняя комбинации.

Оценка уровня знаний, умений обучающихся

Оптимальный уровень: более 30 баллов

Хороший уровень: 20-30 баллов

Допустимый уровень: до 19 баллов

