

Комитет по делам образования города Челябинска
**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 99 г. Челябинска»**

ул. Пограничная, 21, г. Челябинск, 454108, тел/факс: (8-351) 251-57-94, e-mail: mou99@mail.ru

РЕКОМЕНДОВАНО
ПО педагогов ДО
МБОУ «СОШ № 99 г. Челябинска»
Протокол № 1
от «д7» августа 20дд года

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ № 99
г. Челябинска»
Е.Н. Чеканина
«дд» августа 20дд года



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
коллектива современной хореографии «Ассорти»**

Направленность: ХУДОЖЕСТВЕННАЯ

Срок реализации: ПЯТЬ ЛЕТ

Тип: АДАПТИРОВАННАЯ.

Возраст обучающихся: 7-17 ЛЕТ.

Составитель/ исполнитель:
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории
Лиханова Елена Геннадьевна

Челябинск, 2022 год

Информационная карта программы

1. **Тип программы** – адаптированная
2. **Образовательная область** – искусство
3. **Направленность деятельности** – художественная
4. **Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности** - комплексная
5. **Способ освоения содержания образования** – репродуктивный, проблемный, проектный, творческий
6. **Уровень освоения содержания** – базовый
7. **Уровень реализации программы** – начальное общее, основное общее и среднее общее образование
8. **Форма реализации программы** – групповая
9. **Продолжительность реализации программы** – 5 лет

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Современный этап развития российского общества связан с важностью духовного и нравственно-эстетического возрождения России через повышение роли эстетического образования подрастающего поколения, что повышает интерес обучающихся к программам, ориентированным на изучение культуры, истории, искусства, творчества, и на охрану здоровья детей.

С учетом требований и особенностей современного дополнительного образования была создана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа коллектива современной хореографии «Ассорти».

Данная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.

Программа составлена в соответствии с государственными требованиями к образовательным программам системы дополнительного образования детей на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 17.02.2023) (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).

2. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации».

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02 февраля 2021 года № 38 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467».

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

7. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

8. Письмо Минпросвещения России от 30 декабря 2022 года № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»).

9. Приказ Минобрнауки России № 882, Минпросвещения России № 391 от 05 августа 2020 года «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»).

10. Закон Челябинской области от 29.08.2013 № 515-30 «Об образовании в Челябинской области».

11. Приказ Министерства образования и науки Челябинской области от 30.12.2020 № 01/2795 «Об утверждении Концепции развития региональной системы воспитания и социализации обучающихся Челябинской области на 2021–2025 годы».

12. Приказ Министерства образования и науки Челябинской области от 01.02.2021 № 01/253 «Об утверждении Концепции выявления, поддержки и развития у детей и молодёжи Челябинской области».

13. Устав МБОУ «СОШ № 99 г. Челябинска».

14. Положение о программах дополнительного образования детей, реализуемых педагогическими работниками МБОУ «СОШ № 99 г. Челябинска».

15. Положение о режиме занятий обучающихся МБОУ «СОШ № 99 г. Челябинска».

16. Положение о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся МБОУ «СОШ № 99 г. Челябинска».

17. Положение о реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных технологий в МБОУ «СОШ № 99 г. Челябинска».

18. Положение о внутренней системе оценки качества образования МБОУ «СОШ № 99 г. Челябинска».

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся): формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству.

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

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

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

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают учащихся к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит учащихся слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. В танце находит выражение

жизнерадостность и активность учащегося, развивается его творческая фантазия, творческие способности: учащийся учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Новизна программы заключается в актуализации педагогом не столько задачи сформировать двигательные умения обучающихся, сколько обеспечить развитие тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку (сенсорных, мыслительных, эмоциональных).

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что программный материал даёт возможность осваивать сюжетно-тематические произведения и привлекать высокохудожественную музыку - классическую, современную, джазовую.

В процессе постановочной работы, репетиций дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности.

Руководитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить как к проведению занятий, так и в постановочной работе, руководствуясь соответствующими воспитательными целями и конкретными условиями.

Программа педагогически целесообразно распределена по годам обучения. Каждый год обучения предполагает формирование определённого минимума умений, навыков, сведений по хореографии.

На каждом этапе обучения изучаемый материал связан между собой основными разделами, это:

- 1) азбука музыкального движения
- 2) элементы классического танца
- 3) элементы модерн-джаз танца
- 4) танцевальная импровизация.

Разделение программы на отдельные тематические части не мешает изучению в рамках одного занятия элементов классического, современного и джазового танца, выполнение заданий на импровизацию, что определяется спецификой занятий в объединении хореографической направленности.

Педагогическая целесообразность программы заключается в необходимости получения детьми гаммы разнообразных впечатлений, чувственного опыта и активного физического развития средствами хореографии для общего гармоничного развития ребёнка, становления его личности.

Индивидуальные и возрастные особенности обучающихся

Обучение рассчитано на детей 7-17 лет.

Воспитанники в возрасте 7-12 лет располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование – одна из главных задач. В этом возрасте закрепляются и развиваются основные характеристики познавательных процессов: восприятие, внимание, память, воображение, мышление, речь. Комплексный подход к особенностям психофизического развития данной возрастной категории: высокому уровню активности, повышенной работоспособности, быстрой утомляемости, предусматривает частую смену деятельности с использованием элементов импровизации, созданием ситуации игры.

В возрасте 13-17 лет активно идет процесс познавательного развития. Подростки и юноши (девушки) уже могут мыслить логически, заниматься теоретическими рассуждениями и самоанализом.

Особенно заметным в эти годы становится рост сознания и самосознания детей, представляющий собой существенное расширение сферы осознаваемого и углубление знаний о себе, о людях, об окружающем мире.

Подростки могут длительное время удерживать внимание, быть в состоянии

переключать или распределять его между несколькими действиями и поддерживать довольно высокий темп работы.

Доверие взрослого весьма импонирует подростку, так как в этом случае удовлетворяется его потребность быть и казаться взрослым, выполнить какую-либо работу вполне самостоятельно.

На занятиях хореографией этих ребят привлекает работа над техникой движений, над определенной сложностью танцевального номера, примитив же действует расхолаживающе.

Уровень освоения программы – базовый. Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Объем программы: на освоение программы первому году обучения (подготовительная группа) требуются 144 часа, второму, третьему, четвертому и пятому годам обучения 210 часов.

Срок освоения программы: 5 лет.

Режим занятий:

1 год обучения 2 раза в неделю по два урока (40 мин, 10 мин. перемена, 40 мин),

2,3,4,5 года обучения три раза в неделю по два урока (40 мин, 10 мин. перемена, 40 мин).

В связи со спецификой преподавания хореографии, занятия сдвоенные, т.к. структура занятия предполагает разогрев и далее разучивание нового материала, пока тело обучающихся остается разогретым.

Условия реализации программы:

Программой предусмотрено проведение занятий по группам:

1 год обучения – 15 человек;

2 год обучения – 12 человек;

3 год обучения – 12 человек;

4 год обучения – 8-12 человек;

5 год обучения – 8-12 человек.

Количество детей в группе обеспечивает требования СанПиН к площади помещения.

1.2. Цель и задачи

Целью программы является приобщение обучающихся к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно-значимый характер, создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Стратегической целью программы является формирование целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности.

Выполнение целевых установок предполагает создание условий для выполнения следующих **задач**:

В области обучения:

– расширение знаний в области современного хореографического искусства;

– выражение собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;

– умение понимать «язык» движений, их красоту.

В области воспитания (см. раздел 1.6. Воспитательный потенциал программы).

В области развития:

– развитие гибкости, координации движений;

– развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;

– укрепление физического и психологического здоровья.

1.3. Учебный план
Первый год обучения (подготовительная группа)

Содержание и виды работы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
Вводное занятие.	1	-	1	Опрос
Азбука музыкального движения	6	-	6	Наблюдение
Элементы классического танца	26	6	20	Мониторинг
Элементы джаз-модерн танца	26	6	20	развития
Танцевальная импровизация	12	-	12	Наблюдение
Постановочная работа	31	-	31	Контрольные
Репетиционная работа	32	-	32	упражнения
Беседы и прослушивание музыки	2	-	2	Беседа, опрос
Экскурсии в театры.	-	-	-	Беседа
Итого:	136	12	124	

Второй год обучения

Содержание и виды работы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
Вводное занятие.	1	-	1	Опрос
Азбука музыкального движения	14	6	8	Наблюдение
Элементы классического танца	44	14	30	Мониторинг
Элементы джаз-модерн танца	52	11	41	развития
Танцевальная импровизация	12	-	12	Наблюдение
Постановочная работа	36	-	36	Контрольные
Репетиционная работа	42	-	42	упражнения
Беседы и прослушивание музыки	2	-	2	Беседа, опрос
Экскурсии в театры	1	-	1	Беседа
Итого:	204	31	173	

Третий год обучения

Содержание и виды работы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
Вводное занятие.	1	-	1	Опрос
Азбука музыкального движения	5	-	5	Наблюдение
Элементы классического танца	46	10	36	Мониторинг
Элементы джаз-модерн танца	54	10	44	развития
Танцевальная импровизация	12	-	12	Наблюдение
Постановочная работа	36	-	36	Контрольные
Репетиционная работа	46	-	46	упражнения
Беседы и прослушивание музыки	2	-	2	Беседа, опрос
Экскурсии в театры	2	-	2	Беседа
Итого:	204	20	184	

Четвёртый год обучения

Содержание и виды работы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
Вводное занятие.	1	-	1	Опрос
Азбука музыкального движения	5	-	5	Наблюдение
Элементы классического танца	48	6	42	Мониторинг
Элементы джаз-модерн танца	54	10	44	развития
Танцевальная импровизация	10	-	10	Наблюдение
Постановочная работа	40	-	40	Контрольные
Репетиционная работа	42	-	42	упражнения
Беседы и прослушивание музыки	2	-	2	Беседа, опрос
Экскурсии в театры	2	-	2	Беседа
Итого:	204	16	188	

Пятый год обучения

Содержание и виды работы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
Вводное занятие.	1	-	1	Опрос
Азбука музыкального движения	2	-	2	Наблюдение
Элементы классического танца	48	14	34	Мониторинг
Элементы джаз-модерн танца	61	7	54	развития
Танцевальная импровизация	14	-	14	Наблюдение
Постановочная работа	40	-	40	Контрольные
Репетиционная работа	34	-	34	упражнения
Беседы и прослушивание музыки	2	-	2	Беседа, опрос
Экскурсии в театры	2	-	2	Беседа
Итого:	204	21	183	

1.4. Содержание программы

Первый год обучения (подготовительная группа)

Вводное занятие

Теория: знакомство с танцевальным искусством, как одним из видов детского творчества, режимом работы, темами, основными видами деятельности, определение по группам, установление расписания. Понятие «хореографический язык» - приветствие и прощание - «поклон».

Практика: правила техники безопасности на занятиях. Игры на знакомство, коллективообразование: «Назови имя» и др. Изучение техники выполнения поклона на середине.

Азбука музыкального движения

Теория. Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая - медленная, весёлая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.

Практические занятия. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки - шаг на месте вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звёздочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой Танцевальные шаги в образах, например, оленя, журавля, лисы, кошки. Мышки, медведя, птички и т.д. Дирижёрский жест, тактирование на 2/4, 4/4, 3/4. Выделение сильной доли.

Элементы классического танца

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

Сведения о балетах П. И. Чайковского «Лебединое озеро», «Щелкунчик».

Практические занятия. Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия - держась за станок одной рукой). Позиции ног-1,2,3,5. Постановка рук - подготовительная, 1,2,3-я позиции (на середине); держась за одну руку, стоя боком к станку.

Батман тандю- движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъёме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног; изучаются лицом к станку по 1, 2, 5-й позициям, вначале в сторону, вперёд, в конце года- назад.

Деми плие - складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2,3,5-й позициям.

Деми рон де жамб пар тэр - круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с первой позиции по точкам- вперёд в сторону, в сторону вперёд, позднее назад в сторону в сторону назад. Положение ноги сюр лек у де пье- «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги), развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Батман фραπε - сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность колена, изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперёд и позднее назад.

Батман релеве лян на 45⁰ - медленное поднимание ноги, развивает силу и лёгкость ног в танцевальном шаге; изучается стоя боком к станку, держась одной рукой, в сторону, позднее вперёд.

Упражнения на середине, повороты на двух ногах по 6-ой позиции, по 1/4 круга.

Элементы модерн-джаз танца

Теория. История возникновения модерн-джаз танца. Особенности модерн-джаз танца. Характерные положения рук, ног танцев данного жанра. Знакомство с музыкальными особенностями джаза (свинг - раскачивающий ритмо-метр в музыке).

Движение танцора. Контракция и релакция. Поза коллапса. Уровни (расположение танцора относительно земли). Акробатические уровни: шпагаты (поперечный и продольный), «мост», стойка на лопатках («берёзка»), колесо).

Практика.

1) Разогрев (проводится как у станка, на середине, так и в партере). По функциональным задачам выделяется четыре группы упражнений:

– упражнения стрэтч-характера, т.е. растяжение, связанные со статическим напряжением мышц различных частей тела;

– наклоны и повороты торса. Они помогают разогреть и привести в рабочее состояние позвоночник и его отделы (именно на позвоночник падает основная нагрузка в дальнейших частях урока). Эти упражнения эффективнее всего стоя или в партере;

–упражнения над разогревом ног. Здесь много заимствований из классического экзерсиса: плие, релеве, баттман фондю, баттман жете и т.д.;

–упражнения, связанные с расслаблением позвоночника, упражнения свингового характера или падения торса различных направлений.

Пример:

1. Упражнения у станка: перегибы и наклоны торса, растяжки, деми-плие и гранд плие по параллельным и выворотным позициям, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

2. Разогрев на середине зала: спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжение и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника, упражнения, заимствованные из урока классического танца.

3. В партере: упражнения для позвоночника, упражнения стрэтч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

Педагог имеет возможность выбрать тот разогрев, который наиболее полно готовит тело исполнителя для дальнейших нагрузок, необходимых для выполнения задач урока. Темп разогрева также может быть различен: упражнения в медленном темпе, построенные на статическом напряжении, или упражнения, выполняемые в быстром темпе.

На первом году обучения разогрев занимает по времени не менее 20 минут.

2) Изоляция (глубокая работа с мышцами различных частей тела от головы до ног)

Голова

Виды движений:

- наклон вперед и назад
- наклоны вправо и влево
- повороты вправо и влево
- sundari вперед-назад и из стороны в сторону.

На основании четырех основных движений можно составить большое количество комбинаций, которые могут исполняться различными акцентами в тех или иных точках и в различных ритмических рисунках. Например, крест-наклон вперед, в сторону, назад, в другую сторону, каждый раз возвращаясь в центр; круг- слитное соединение всех направлений. Изоляция головы может исполняться во всех уровнях (стоя, «не четвереньках», стоя на коленях, сидя), в том числе лёжа на спине, на животе).

Плечи

Виды движений:

- подъём одного или двух плеч вверх
- движение плеч вперед и назад
- twist плеч (например, одно плечо вперед, другое -назад, одно- вверх, другое-вниз)
- шейк плеч (перемещения плеч в очень мелком и быстром движении вперед-назад).

Комбинации: крест, квадрат, полукруги, круг, «восьмёрка».

Изоляция плеч исполняется стоя, сидя. Не может исполняться в нижних уровнях и в положении «стоя на четвереньках».

Грудная клетка

Виды движений:

- движение из стороны в сторону
- движение вперед-назад
- подъём и опускание (в ритме дыхания).

Движения разучиваются при позиции рук:

–Руки вытянуты в сторону, необходимо добиться того, чтобы грудная клетка двигалась вправо за рукой. Аналогично влево. Затем движение повторить без рук.

–Руки во второй позиции. При резком сгибании локтей, направленных за поясницу грудная клетка автоматически выводится вперед. Необходимо почувствовать это движение и постараться повторить его без помощи рук. Аналогично изучается движение грудной клетки

назад, но руки предплечьями закрываются вперёд, ладони продавливают грудную клетку назад

Комбинации: крест, квадрат, полукруги, круги.

Пелвис (тазобедренная часть)

Движение пелвиса - наиболее эффектное, часто встречающееся в африканских и латиноамериканских танцах - даёт большое количество разнообразных комбинаций.

Виды движений:

– движение вперёд-назад

– движение из стороны в сторону.

Комбинации: крест, квадрат, полукруги, круги.

Изоляция пелвиса может выполняться стоя, в положении «на четвереньках» и в положении «стоя на коленях».

Руки

Руки имеют максимальную возможность движения, множество различных положений.

Принципы движения:

– Руки могут двигаться вытянутые, без сгибов, в различных плоскостях (впереди, вверху, сзади).

– Каждая часть руки - кисть, предплечье, пальцы - может двигаться изолированно или в сочетании одна с другой.

– Устоявшиеся положения рук, которые используются различными системами танца, считаются позициями, в модерн-джаз танце более свободны. Основные позиции могут иметь большое количество вариантов, связанных с положением кисти локтя.

Позиции рук: нейтральное (подготовительное), gress-position, 1,2, 3-я позиции рук, jerk position

Изоляция рук может выполняться во всех уровнях, за исключением положения «стоя на четвереньках».

Ноги

Позиции ног. На первом этапе обучения изучаются только классические позиции ног.

Отдельные части ноги - стопа, голеностоп - могут двигаться изолированно.

Стопа может натягиваться (положение point) и сокращаться (положение flex), двигаться из стороны в сторону, а также вращаться. Аналогично и голеностоп.

Движения prance, kick (пинок), demi, grand plie, battement tendu.

Изоляция ореолов ног выполняется в первой и второй позициях, а также в положении «лёжа». Эти упражнения заключаются в сокращении и напряжении стопы, круговых движениях стоп и голеностопа, а также подъёма ног типа grand battement.

Движения на координацию.

Координация изолированных центров:

1. Свинговое раскачивание головой и пелвисом вперёд-назад

2. То же оппозиционно: голова начинает движение назад, пелвис вперёд.

3. На первом этапе обучения в музыкальном сопровождении используются чётные рифмы: 2/4, 4/4, 6/8 и т.д.

Упражнения для позвоночника.

Если техника изоляции заимствована из джазового танца, то движение тела целиком, без изоляции отдельных центров- своеобразие танца- модерн. Основой этой техники служит прежде всего позвоночник, поэтому главная задача педагога - развить у учащихся подвижность во всех его отделах.

Движения:

– Наклоны торса (flat back, deep body bend) Изучаются сначала у станка, затем на середине.

– Изгибы торса (arch, roll down и roll up)

– Спирали (body roll- волна, contraction, release).

3) Партер (упражнения на полу) - движения стретч-характера.

Эти упражнения позволяют выработать выворотность, шаг и силу мышц.

Исполняются они несколькими способами:

- фиксированные наклоны торса к ногам в течение некоторого времени
- пульсирующие наклоны торса (bounce)
- открытие ноги с помощью руки или двух рук. Эти упражнения могут выполняться

во всех позициях «сидя» и в положении «лёжа на боку». В большинстве случаев рука держит «рабочую» ногу за пятку или щиколотку.

4) Кросс. Передвижение в пространстве.

Виды движений:

- Шаги (flat step, camel walk, шаг из танца «Ча-ча-ча»)

- Прыжки (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.

- Вращения (на двух ногах- corkscrew, tour chaine).

Кроссовые комбинации. В уроке используются сочетания из нескольких шагов, прыжки и вращения, которые выполняются по диагонали класса с активным продвижением вперёд.

5) Музыкальное сопровождение урока.

Подбор музыкального материала зависит целиком от задач урока и его построения.

Обычно для разогрева используется ритмическая музыка свингового характера размера 2:4, однако возможна и медленная музыка на 4 4, особенно при выполнении наклонов, спиралей торса.

Для «Изоляции» подходит быстрая, ритмичная музыка с чётким акцентом на первую долю.

Главное в музыкальном материале - простая мелодия и постоянный ритм, не усложнённый модуляциями или ритмическими фигурами. Возможно использование только ударных инструментов.

Второй год обучения

Вводное занятие.

Теория: знакомство с танцевальным искусством, как одним из видов детского творчества, режимом работы, темами, основными видами деятельности, определение по группам, установление расписания. Понятие «хореографический язык» - приветствие и прощание - «поклон».

Практика: правила техники безопасности на занятиях. Игры на знакомство, коллективообразование: «Назови имя» и др. Изучение техники выполнения поклона на середине.

Азбука музыкального движения

Теория. Включает весь материал, указанный в программе для подготовительной группы. Практика. Изучается и исполняется весь материал, указанный для подготовительной группы, затем новый. Акцентировка на сильную долю такта в шагах и дирижёрском жесте. Вступительные аккорды заключительные аккорды. Прослушивание джазовых мелодий в исполнении оркестров.

Оформление урока классической, современной и джазовой музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком.

Знакомство с хореографией народов Америки (стиль кантри).

В разделе «Упражнения для позвоночника» используются музыкальные размеры 4/4 или 3/4.

В разделе «Кросс. Передвижение в пространстве» выбор музыки зависит от задач и предложенных комбинаций.

При изучении комбинации на начальном этапе музыкальное сопровождение должно быть с простым мелодическим рисунком и устойчивым ритмом.

Танцевальная импровизация

Задача руководителя побуждать детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности. Создать обстановку на занятиях для вовлечения всех ребят в импровизационную деятельность.

Задание № 1. Передать весёлое настроение. Музыка И. Дунаевского по выбору руководителя. Массовая импровизация. Этюд «Цирк». Ученикам предлагается изобразить цирковую лошадку, клоуна, жонглёра, дрессированных собачек, канатоходцев.

Использовать следующие движения: шаги, бег с высоко поднятыми коленями следующие движения: шаги, бег с высоко поднятыми коленями, разножка, прыжки с двух ног на две, на одной ноге, изобразительные движения.

Задание № 2. Передать грустное настроение. «Сурук», муз. В. Бетховена. Свободная импровизация с предварительной беседой.

Образы природы в музыке.

Времена года.

Выразить в импровизации своё отношение к родной природе через образы, связанные с разными временами года. Можно использовать музыку С. Прокофьева «Фея Зимы» из балета «Золушка» П. Чайковского из цикла «Времена года». Музыка может быть подобрана по желанию руководителя.

Задание № 3. Этюд «Зима». Массовая импровизация. Ученикам предлагается выразить настроение, связанное с зимой через образы снежинки и снеговика, ёлочки, Снегурочки и Деда Мороза.

Движения: танцевальные шаги, бег, прыжки, изобразительные движения, кружения на месте, опускание на колено.

Задание № 4. Музыка И. Дунаевского. Этюд «Новый год». Массовая импровизация. Ученики импровизируют карнавал масок, выбирая для себя любимых героев из книг, мультфильмов и кинофильмов. Используются движения, разученные на занятиях.

Задание № 5. Этюд «Весна». Массовая импровизация. Музыка Э. Грига «Весной». Ученикам предлагается выразить настроение, связанное с весной, через разные образы: подснежника, ручейка, птицы, кораблика - по желанию ребят.

Движения: мелкий бег - па куррю, подскоки, использование выразительного жеста, мимики, например, рук, напоминающих переливы струй воды, тянущихся к солнцу.

Задание № 6. Массовая импровизация. Музыка П. И. Чайковского из цикла «Времена года». Ученики импровизируют движения, связанные с представлением о лете, - колышущихся колосьев ржи, полёта пчёл, птиц, бабочек, стрекоз (Этюд «Лето»).

Движения мелкий бег - па куррю, подскоки, движения корпуса), рук, головы, опускание, вставание (на колено), повороты и вращение вокруг себя, изобразительная пластика: руки - крылья бабочки, птицы, стрекозы и т.д.

Задание № 7. Музыка по заданию руководителя Свободная импровизация.

Элементы классического танца

Теория. Повторяются в более ускоренном темпе упражнения, указанные в программе, подготовительной группы. Дополнительно изучается уровень подъёма ног, например, положен не работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги с ку де пье), икры и колена. Подготовительное движение руки (препарасьон). Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении - тан релеве пар тэр. Прыжки с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлёту, толчок, взлёт, фиксация положения ног после прыжка.

Представление о содержании и сюжете балетов П. и. Чайковского «Лебединое озеро» и «Щелкунчик».

Практические занятия. Повторяются упражнения у станка. Постановка корпуса.

Позиции ног - 1,2,3,4,5. Позиции рук – 1,2,3; вначале изучаются на середине, при неполной выворотности ног.

Деми плие в 1,2,3,5-й позициях (вначале лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой). Музыкальный размер 3/4, темп - анданте.

Батман тандю с 1-й позиции, позднее с 5-й позиции в сторону, вперёд, позднее назад. Размер 2/4, темп - модерато.

Батман тандю авек деми плие - с 1-й позиции, позднее с пятой позиции (раздельно, слитно). Размер 2/4, темп - анданте.

Батман тандю - с 5-й позиции в сторону, затем вперёд, позднее назад (вначале стоя лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой).

Деми рон де жамб пар тэр - вначале лицом к станку, позднее - держась за станок одной рукой. Правила постановки руки (держась за станок одной рукой) Размер 3/4 - один такт на движение, один тап на фиксацию положения, темп-модерато.

Батман тандю жете - натянутые движения с броском из первой позиции, развивают упругость ног в воздухе, лёгкость и подвижность тазобедренного сустава - изучаются стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции). Размер 2/4, характер чёткий, темп - модерато.

Батман тандю пике - натянутые движения ноги, колющий бросок.

Батман релеве лян на 45⁰, 90⁰ (стоя боком к станку). Размер 3/4, 4/4, по такту на движение и фиксацию положения, темп - модерато.

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в первой позиции. Размер 3/4, характер медленный, спокойный, по два тапа на движение.

Прыжки разучиваются лицом к станку.

Тан леве соте - по 1, 2, 5-й позициям. Размер 2/4, характер быстрой польки. В музыке сочетаются два темпа: плавный и отрывистый.

Па эшаппе - на 2-ю позицию, прыжок с просветом; изучается вначале лицом к станку. Размер 4/4, 3/4, сочетание плавного и чёткого темпов.

Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе, поза эффасе (с ногой на полу). Размер 3/4, характер плавный, исполняется на четыре такта.

Па куррю - мелкий бег на полу - пальцах исполняется по прямой в невыворотной позиции, вперёд, назад. Размер 4/4, 2/4, 3/4, движения исполняются, шестнадцатыми. Характер лёгкий, живой. Опускание на одно колено. Вращения, повороты по 6-й позиции на 1/4, 1/2 круга.

Элементы модерн – джаз танца

Теория. Исполняются те же упражнения, что и в первом годе обучения, но в более быстром темпе. Усложняются танцевальные комбинации упражнений. Позиции рук: Jerk position, V - положения. Позиции ног: 1,2,4-я параллельные позиции ног, 5-я параллельная позиция ног, ргапсе. Координация трех центров (например, голова, плечи и пелвис).

Шаги в модерн - джаз манере. Повороты на одной ноге.

Практика. Исполняется те же упражнения, что и в первом годе обучения, но в более быстром темпе.

Дополнительно:

Голова. Усложнение комбинаций.

Например:

- | | |
|-------------------|--------------------------------------|
| 1) | 2) |
| 1- наклон вперёд | 1 и 2- наклон вперед- назад - центр |
| 2- наклон назад | 3 и 4- наклон вправо- влево - вправо |
| 3- наклон вправо | 5- полукруг влево |
| 4- наклон влево | 6- полукруг вправо |
| 5- поворот вправо | 7- круг влево |
| 6- поворот влево | 8-центр |
| 7- sundari вперед | |

8- центр

То же повторить, начиная назад и влево.

Руки.

Jerk position, V - положения. Изучаются на середине.

Ноги.

Параллельные позиции изучаются на середине. Demi- и grand plie по параллельными выворотным позициям.

Координация.

На основе plie (пример): И.П.- 2 парал. поз ног, руки в третьей позиции:

1-2 - Flat back вперед

3-4 - Demi plie.

5 - Drop торса вперед.

6 - вытянуть колени

7-8 - Roll up

Demi- и grand plie исполняются по всем параллельным и выворотным позициям, во время упражнения могут меняться из выворотных в параллельные и обратные

Координация трёх центров (примеры):

1) Голова исполняет наклоны вперед- назад, одновременно плечи двигаются вверх-вниз, а пелвис - вправо - влево

2) Руки во второй позиции, кисти двигаются вверх - вниз, - вперед - назад, голова - наклоны вправо - влево

Шаги в модерн - джаз манере. Первоначальное упражнение

И.П. - 1 парал. поз ног

И - правую ногу вывести вперед на носок;

I - как бы проскальзывая вперед правой ногой, перенести на нее тяжесть корпуса; левая нога остается сзади вытянутой;

И - через параллельное passe pas terre вывести левую ногу вперед на носок;

2 - все повторить с левой ноги;

Повороты на одной ноге. Изучаются вначале у станка, затем на середине.

Танцевальная импровизация

Руководитель настраивает учеников на импровизацию простейших упражнений классического экзерсиса у станка, сочетая поначалу количество движений в одном направлении по 8, 4, 2 с переменной направления (вперёд, в сторону, назад).

Задание № 1 Массовая импровизация. Музыкальный размер 2/4. Темп медленный. Упражнение: ученикам следует выразить темп и характер музыки через батман тандю (у станка), предлагается сочетать в импровизации количество движений 8,4,2 и перемену направления - вперёд, в сторону, назад.

Задание № 2. Музыка джазовая. Упражнения: ритмическая игра «Эхо».

Задающий движения ученик должен выразить характер музыки движением ног. Исполняющие задание ученики должны быстро и правильно его скопировать, как бы откликаясь на него, как на эхо. Движения могут повторяться несколько раз.

Задания № 3. Упражнения: «Вопрос - ответ, типа перепляса. Музыка современная. Ученикам предлагается встать друг против друга. затем исполнять импровизацию. Один ученик задаёт ритмический рисунок - вопрос, другой отвечает движением. Движения - переступания.

Задание № 4. Упражнения: «Ритм - загадка». Без музыкального сопровождения Руководитель лёгкими хлопками задаёт ритмический рисунок в муз. размере 2/4, 3/4,4/4. Ученики «отвечают» Движения: шаги, переступания, прыжки в характере джазовых танцев.

Задание № 5. Упражнение на большее разнообразие движений. Руководитель задаёт ритм с использованием трёх движений. Ученики «отвечают» так же, используя три движения. Движения могут быть различными.

Образы природы в музыке и танце.

Времена года. (Этюды «Зима», «Заснеженный лес»), «Весна», «Лето», «Осень» - по аналогии с заданиями для первого года обучения и желанию руководителя.

Сказка в музыке и танце.

Этюды по мотивам любимых сказок.

Задание № 6. Этюды «Буратино и Мальвина», «Заяц и Волк», «Стрекоза и Муравей». «Алиса в стране чудес» и т.д.

Третий год обучения

Вводное занятие

Теория: знакомство с режимом работы, темами, основными видами деятельности, определение по группам, установление расписания. Понятие «хореографический язык» - приветствие и прощание - «поклон».

Практика: правила техники безопасности на занятиях. Игры на знакомство, коллективообразование: «Назови имя» и др. Изучение техники выполнения поклона на середине.

Азбука музыкального движения

Теория. Динамические оттенки в музыке. Форте - меццо, форте - фортиссимо; пиано-меццо, пиано-пианиссимо. Крещендо - усиление: диминуэндо - ослабление.

Прослушивание грамзаписи.

Сочетание синкопированных и несинкопированных ритмов. Ритмические рисунки в движении (сочетание четвертей и восьмых).

Практические упражнения на развитие музыкальности (осуществляются непосредственно на уроке классики, современного и джазового танца), прослушивание в грамзаписи музыки композиторов-классиков (Скарлатти, Бах, Гайдн, Бетховен, Чайковский, Глазунов).

Элементы классического танца

Теория. Основные правила движения у станка. Понятие о поворотах ан деор и ан дедан. Эпольман. Эстетика, логика и техника смены эпольман (круазе, эффасе). Законы и эстетика равновесия в позах классического танца. Движения-связки (па де бурре). Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.

Как создаётся балетный спектакль. Краткая история создания балета П.И. Чайковского «Лебединое озеро».

Образы добра и зла в балете «Лебединое озеро» и «Спящая красавица». Практические занятия. Батман тандю с 5-й позиции, во всех направлениях. С затактовым построением. Музыкальный размер 2/4, темп-модерато (средний).

Рон де жамб пар тэр - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади). Размер 3/4, темп - модерато.

Батман фраппе - по всем направлениям. Размер 2/4, 4/4 (затакт 12, темп-модерато).

Релеве лян с 5-й позиции - во всех направлениях (держась за станок одной рукой). Размер 3/4, 4/4 темп-анданте.

Па де бурре-с переменной ног (стоя лицом к станку). Размер 2/4, темп-модерато.

Гранд плие по 1, 2, 5-й позициям. Ра.3\лер 2/4, темп-анданте. По два тапа на движение (с переходом в другую позицию через батман тандю).

Батман тандю по 1-й позиции (вперёд и в сторону)

Позы классического танца вперёд эффасе и 1-й арабеск (носком в пол).

Размер 3/4 темп - адажио.

Элементы модерн-джаз танца

Теория. Основные особенности исполнения движений в стиле модерн-джаз танец. Адажио. Координация 2-3-х центров, hip lift - подъём бедра вверх, shimmi (спиральное закручивание пелвиса), jelly roll (максимально расслабленные глубокие мышцы ягодиц

сокращаются и расслабляются, что вызывает дрожание пелвиса), bodi roll. Характер джазовых танцев, манера их исполнения. Шаги в рок-манере. Повороты по кругу вокруг воображаемой оси. Прослушивание записей джазовой музыки (по выбору педагога). Практика. Используются те же упражнения, что и на предыдущем этапе обучения, но в более усложнённом ритме. Происходит усложнение комбинации различного рода движений модерн-джаз танца. Музыкальный ритм 2/4, 4/4, 5/4.

Разучивание всех новых движений различных частей тела изучается на середине в положении стоя.

Постановка танцевальной композиции в стиле модерн-джаз танец.

Шаги в рок-манере изучаются на середине, затем исполняются в диагонали.

На акробатическом уровне: исполнение движения «колесо» на одной руке.

Импровизация

Задание № 1. Музыкальный размер 2/4, темп - медленный.

Упражнение: батман тандю. Ученик может использовать разное количество движений, перемену направления. Сочетать с батман тандю деми плие.

Упражнение: батман тандю жете. Музыкальный размер 2/4; темп – средний. Можно сочетать выученные движения и перемену направления (вперёд, в сторону, назад), использовать батман тандю жете пике (пуанте).

Задание № 2. Музыкальный размер 2/4; темп - средний.

Упражнение: батман тандю. Руководитель задаёт первую половину движения на 4 такта. Ученики продолжают и заканчивают музыкальные предложения.

Времена года. «Зима».

Задание № 3. Музыка П.И. Чайковского. «Щелкунчик», фрагмент из первого акта. Этюд «Ёлка» (В старые времена). После аннотации к балету «Щелкунчик» и прослушивания музыки дети исполняют импровизацию. Наиболее творчески одарённые дети исполняют роли Маши. Щелкунчика. Фрица. Дети импровизируют движения в характере образа.

Задание № 4. Музыка И. Дунаевского. «Полька».

Этюд «Новогодний праздник». Дети самостоятельно выбирают себе роли Снегурочки, снеговика, любимых персонажей из фильмов. Импровизируют движения в характере образа.

Времена года. «Весна»

Задание № 5. Музыка Н. Римского-Корсакова. Фрагмент из «Пролога» к опере «Снегурочка». Этюд «Прилёт птиц». Импровизация исполняется после прослушивания музыки и аннотации к указанной сцене «Пролога». Импровизация по заданию руководителя.

Времена года. «Лето»

Задание № 6. Музыка П.И. Чайковского из цикла «Времена года».

Импровизация по заданию руководителя

Времена года. «Осень».

Задание № 7. Музыка - на выбор руководителя. Этюд «Осенние листья».

Задание № 8. Импровизация в стиле модерн-джаз танца. Музыка.

Задание № 9. Импровизация в современном стиле с элементами спорта.

Четвёртый год обучения

Вводное занятие.

Теория: знакомство с режимом работы, темами, основными видами деятельности, определение по группам, установление расписания. Понятие «хореографический язык» - приветствие и прощание - «поклон». Практика: правила техники безопасности на занятиях. Игры на знакомство, коллективообразование: «Назови имя» и др. Изучение техники выполнения поклона на середине.

Азбука музыкального движения

Теория. Темповые обозначения: адажио - медленно; виво – живо; ленто - протяжно; лярго - широко: анданте - не спеша: аллегро – скоро, бодро, применительно к практическому материалу по классическому, современному и джазовому танцу.

Элементы классического танца

Теория обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы координации движения по степени трудности - однонаправленные, разно направленные, одновременные (ног, рук), разновременные. Рисунок положений уровней рук и ног, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца. Последовательность и расклад движений на элементы. Типы прыжков (с двух ног на две, с одной на другую, с двух на одну и с одной на две). Критерий исполнительской деятельности (наличие логичности движения, грамотности, музыкальности, актёрской выразительности).

Выдающиеся современные русские балеты. Музыка балета, композитор, балетмейстер, главные исполнители.

Практические занятия. Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях в более быстром темпе.

Дополнительно.

Деми плие по 4-й позиции. Гранд плие по 1,2,3,5-й позициям изучаются лицом к станку, затем исполняются, держась за станок одной рукой. Музыкальный размер 4/4, 3/4. Характер плавный, связанный, два тапа на движение.

Батман тандю с 1-й и 5-й позиций по всем направлениям.

Батман тандю пур ле пье - в сторону. Размер 2/4.

Батман тандю жете пике - натянутые движения ноги с колющим броском в пол

Рон де жамб пар тэр ан деор и ан дедан (слитно). Размер 3/4.

Батман фондю – носком в пол по всем направлениям. Размер 3/4, 2/4.

Батман фраппе - вперёд, в сторону и назад. Размер 2/4.

Батман дубль фраппе - движение с двойным ударом. Размер 2/4, чёткий, два такта на движение.

Релеве лян - во всех направлениях. Размер 3/4, 4/4

Батман девелоппе - разворачивающееся движение. Размер 3/4, 4/4. Темп адажио.

Характер плавный, связанный.

Перегибы корпуса - вперёд, назад по 5-й позиции (держась за станок одной рукой)

Релеве - по 1,2-й позициям, на полу-пальцах.

Па ассамбле - собранный прыжок, более сложный, чем предыдущие прыжки (изучаются лицом к станку). Размер 4,14, исполняется на один такт.

Упражнения на середине. Проходятся упражнения, изученные у станка, кроме батмана фондю, батмана фраппе.

Пор де бра 1-е, 2-е, 3-е, 4-е развивают танцевальную координацию и чувство позы. Размер 3/4, темп - анданте.

Па ассамбле - с открыванием ноги в сторону и вперёд (маленькое).

Шанжман де пье (большое). Размер 2/4.

Па балансе - раскачивающиеся движения, развивают свободу и непринуждённость координации всего тела. Размер 3/4, темп медленного вальса.

Перегибы корпуса в сторону (по свободной первой позиции) Размер 3/4. Темп-модерато.

Элементы модерн-джаз танца

Теория. Усовершенствование уже имеющихся знаний и умений путём усложнения комбинаций. Координация трёх-четырёх центров. Повороты на различных уровнях. Шаги в мюзикл - комеди- джаз манере «Восьмёрка» пелвисом.

Голова.

Комбинация (пример).

1- 8 -крест вперед - центр- вправо- центр- назад- центр- влево- центр

1- 8 - так же повторить влево

1- 8 - два раза исполнить квадрат вправо

1- 8 - так же влево

1- 8 - четыре круга вправо

1- 8 - так же влево

Пелвис. «Восьмёрка». Изучается на середине

Координация. Один центр приводит в движение другой центр (пример):

1. Круг головой вправо.

2. Голова активизирует плечи, которые исполняют круг от себя.

3. Плечи активизируют правую руку, которая исполняет круг от себя в вертикальной плоскости.

4. Рука активизирует грудную клетку, которая исполняет круг вправо

5. Грудная клетка активизирует пелвис, который исполняет круг вправо.

6. Пелвис активизирует правую ногу, которая исполняет мах по дуге справа налево.

Повороты на различных уровнях. Изучаются в диагонали.

Шаги в мюзикл - комеди - джаз манере (chasse, pas de boupee, glissade, шаги, заимствованные из стилей бытовой хореографии: брейк, диско, реп). Изучаются и исполняются в диагонали.

Импровизация

Задание № 1. Музыкальный размер 3/4, 2/4, темп - средний.

Упражнения рон де жамб пар тэр. Используются движения: тан релеве пар тэр, пор де бра, подъём ноги релеве лян

Задание № 2. Музыка, размер 3/4, 2/4, темп - средний.

Упражнения: рон де жамб пар тэр. Руководитель задаёт первую часть упражнения, 8 тактов. Вторую часть импровизируют ученики.

Задание № 3. Упражнения: пор де Бра у станка Подготовительное и первое.

Задание № 4. Музыка в разном стиле - спортивном, лирическом, драматическом. Упражнения: этюд. Движения-образы: распутившийся цветок, увядающий цветок, раненная птица, ручей и т. д.

Задание № 5.

1. Современный танец.

2. Джазовый танец.

3. Восточный танец.

4. Кантри. В импровизации используются движения, разученные на занятиях.

Задание № 6. Импровизация на темы современных ритмов.

Пятый год обучения

Вводное занятие

Теория: знакомство режимом работы, темами, основными видами деятельности, определение по группам, установление расписания. Понятие «хореографический язык» - приветствие и прощание - «поклон». Практика: правила техники безопасности на занятиях. Игры на знакомство, коллективообразование: «Назови имя» и др. Изучение техники выполнения поклона на середине.

Азбука музыкального движения

Теория. Выразительные средства музыки и танца. Легато, стакато, акчелерандо, диминуэндо.

Вальсы и мазурки композиторов-классиков: Шопена, Чайковского, Штрауса, Прокофьева, Листа.

Джазовые произведения Луи Армстронга.

Практические занятия. Прослушивание музыки в записи. Просмотры балетов и выступлений танцевальных ансамблей по телевидению.

Элементы классического танца

Теория. Культура движения рук - выразительность, техника-форс в прыжках и вращения, эстетика рисунка и закономерности переходов рук из одного положения в другое. Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различные ракурсы. Законы общей координации движений тела, ног, корпуса, головы и рук. Законы равновесия - эстетика и техника.

Особенности балетов балетмейстера Михаила Фокина «Шопениана», «Петрушка» (музыка И. Стравинского)

Практические занятия. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе, с более разнообразными комбинациями. В упражнения вводятся маленькие позы эффасе вперёд и назад, повороты на двух ногах на 180^0

В движения у станка вводятся маленькие и большие позы. Середина становится более танцевальной.

Дополнительно.

Батман фραπε на 45^0 в позах круазе, эффасе. Затакт $1/8$. Музыкальный размер $2/4$, темп - модерато.

Рон де жамб пар тэр на деми плие. Размер $3/4$, темп - модерато.

Батман фондю на 45^0 . Размер $3/4$, темп- медленный вальс.

Батман сутеню – носком в пол. Размер $3/4$, два такта на движение. темп медленный вальс.

Рон де жамб ап лер. Размер $3/4$, темп - модерато.

Упражнения на середине.

Большие позы. Круазе и эффасе с подъёмом ноги на 45^0 вперёд и назад.

Размер $3/4$, движение занимает 4 такта, темп - анданте.

Маленький пируэт сюр ле ку де пье - со 2-й позиции. Размер $2/4$, движение занимает 4 такта.

Маленькие адажио из пройденных элементов на 8, 16 тактов. Размер $3/4$, $4/4$, темп - медленный – адажио.

Прыжки.

Сиссон ферме (вперёд) - прыжок с двух ног на одну (факультативно).

Сиссон уверт - открытый прыжок; изучается в сторону, вперёд и назад (носком в пол) (факультативно).

Па де ша - прыжок с броских ног вперёд. Большое па де ша может носить танцевальный характер и исполняться из стороны в сторону в сочетании с па де бурре.

Тан леве - короткий, сильный прыжок трамплинного характера может комбинироваться со многими движениями, например, с сиссон сампль (разучивается у станка).

Сиссон сампль - прыжок с двух ног на одну и с одной на две.

Сиссон на 1-й арабеск - сценическая форма (факультативно).

Элементы модерн-джаз танца

Теория. Закрепление и повторение ранее изученного. Усовершенствование имеющихся знаний, умений и навыков при изучении наиболее сложных по технике и по манере исполнения комбинаций и танцевальных композиций. Дополнительно: лабильные вращения, координация 4-х и более центров. Прослушивание джазовой, поп- музыки, симфоджаза, рок-музыки и их сравнительный анализ. Просмотр видеозаписей танцевальных джазовых коллективов.

Практика. Повторение всех пройденных элементов в усложнённых комбинациях. Лабильные вращения изучаются вначале на середине, затем в диагонали.

Постановка танцевальных композиций модерн-джаз танца.

Импровизация

Задание № 1. Упражнение: Музыкальное оформление в соответствии с заданным движением: батман тандю, батман фраппе, адажио (по заданию руководителя).

Задание № 2. Упражнение: адажио (группа делится на две части). Одна часть исполняет заданное руководителем движение, другая часть импровизирует. Затем меняются местами: первая часть импровизирует, вторая исполняет заданный текст.

Задание № 3. Упражнение адажио. Все ученики разделяются по двойкам. Ученик, стоящий у станка впереди, начинает импровизацию, сзади стоящий продолжает и заканчивает адажио

Задание № 4. Исполнить свободную импровизацию на классическую, современную музыку.

Задание № 5. Пластический этюд. Сочетание мягких и острых движений параллельных - спокойных и беспокойных контрдвижений.

Беседы о хореографическом искусстве

Первый год. Ознакомление учащихся с искусством хореографии. Балеты П. И.

Чайковского «Щелкунчик» и «Спящая красавица». Либретто балета. Идеи добра и зла, персонажи - носители идей спектакля. Известные исполнители. Самостоятельная работа (по желанию ученика). Прослушивание в записи фрагментов из балетов. Оформление альбомов фотографиями из названных балетов.

Второй и третий годы. Создание балетного спектакля. Содружество либреттиста, композитора, балетмейстера, художника и исполнителей. Беседа о балете Чайковского «Лебединое озеро». Краткая история создания балета. Тема добра и зла в балетах Чайковского. Беседа о джазовом искусстве. Прослушивание в записи произведений Луи Армстронга и джазового ансамбля «Манхеттен».

Четвертый пятый годы. Танцевальные формы на основе симфонической музыки в классических балетах. Балеты начала 20 века. «Петрушка» И. Стравинского в постановке М. Фокина. Идея балета персонажи, музыкальные характеристики. Прослушивание в записи фрагментов балета.

Создание балетного спектакля. Содержание и композиционное построение балета. Знакомство с творчеством джазовых ансамблей мирового и местных значений.

1.5. Планируемые результаты

Предметные результаты:

1. Первый год обучения (подготовительная группа)

К концу учебного года школьник 7-8 лет может овладеть рядом знаний и навыков: правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку. Ученик должен уметь тактировать руками размеры 2/4, 4/4, 3/4, при двухтактовом вступлении вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения (марш 4/4). Иметь навыки актерской выразительности. Уметь изобразить в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца; выразить образ в разном эмоциональном состоянии - веселья, грусти (например, веселый котенок, грустная птица и т.д.), распознавать характер танца рок-н-ролл, уметь исполнить его элементы, а также некоторые элементы джазового танца. Знать позиции рук и ног классического танца. Уметь правильно исполнить два подготовительных пор де бра. Знать правила постановки ног у станка (при выворотной опоре). Знать положения ног сюр лек у де пье – «условное», «обхватное». Знать разницу между круговым и прямым (на примере батман тандю и рон де жамб де пар тэр). Знать основные позиции рук, ног, головы, корпуса в модерн – джаз танце. Освоить основные движения акробатического уровня шпагат (продольный и поперечный), колесо. Уметь правильно выполнять упражнения стретчинга.

2. Второй год обучения

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

- знать правила постановки рук, группировки пальцев классического танца;
- освоить положения «стоя боком к станку», держась одной рукой;
- уметь исполнить препарасьон;
- уметь закрыть руку, заканчивая движение в адажио;
- иметь навык выворотного положения ног «пятка против пятки» в батман тандю.
- с 1-й позиции (вперёд, назад, в сторону), а также в положении «носок против пятки» в движениях из 5-й позиции;
- знать характерные движения рук в восточных танцах, рук и ног в танце кантри, танго;
- иметь навык благородного, вежливого обращения к партнёру. В частности, мальчики, стоя в паре, должны научиться красиво подавать руку девочке;
- различать особенности танцев, изученных в данном году;
- слышать, понимать значение вступительных 11 заключительных аккордов в упражнениях классического танца;
- уметь импровизировать на свободную тему;
- знать правила и уметь исполнять повороты на одной ноге;
- знать параллельные и выворотные позиции ног;
- знать и уметь показать Jerk position и V- положения модерн - джаз танца.

3. Третий год обучения

Знать правила основных движений классического танца. Исполнять правильно батман тандю вперёд, в сторону и назад. Уметь правильно ответить на вопрос о положении стопы, пятки и носка работаю шей ноги по отношению к опорной. Уметь исполнить движение на мелодию с затактом. Иметь понятие о динамических оттенках музыки – крещендо, диминуэндо, пиано, форте. Знать правила исполнения основных элементов модерн- джаз танцев. Знать подготовительное движение рук, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию. Знать положение стопы, колена, бедра - открытое, закрытое. Уметь выполнять повороты по кругу вокруг своей оси. Знать правила исполнения нововведённых упражнений. Уметь исполнять «колесо» на одной руке. Уметь исполнить танцевальную композицию в характере и манере модерн-джаз танце.

4. Четвертый год обучения

Владеть основными навыками, требуемыми школой классического танца. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы. Уметь правильно исполнить экзерсис у станка. Исполнять движения в характере музыки - чётко, сильно, медленно, плавно. Уметь импровизировать современный танец, джазовый танец в быстром и медленном темпе. Знать темповые обозначения и слышать темпы: адажио - медленно; виво-живо; ленто - протяжно; лярго-широко; анданте-не спеша; аллегро - скоро, бодро, применительно к движениям. Знать рисунок положений и уровней рук и ног, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца. Уметь исполнять вращения в разных уровнях. Уметь исполнять шаги в мюзикл - комеди - джаз манере.

5. Пятый год обучения

Знать выразительные средства музыки и танца. Легато, стаккато, акцелерандо-ускорение, диминуэндо-замедление. Различать танцевальные ритмы и мелодии в произведениях композиторов-классиков, современных композиторов. Знать танцевальные формы: па-де-де, па-де-труа.

В классическом танце уметь исполнить грамотно и музыкально все основные движения у станка и на середине. Уметь быстро принять маленькие и большие позы, крузе, эффасе (вперед и назад). Знать правила исполнения прыжков малых и средних.

Импровизировать на темы классической, джазовой и современной музыки. Уметь выражать в пластике общее содержание музыки, ее образные ассоциации. Знать правила и уметь исполнять лабильные вращения. Уметь показать и объяснить правила исполнения любого заданного элемента модерн-джаз танца.

Метапредметные результаты:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

1.6. Воспитательный потенциал программы

1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

- усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций танцевальной культуры; информирование детей, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;
- формирование и развитие личностного отношения детей к танцевальным занятиям, хореографии, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;
- приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной хореографической группы, применение полученных знаний, организация активностей детей, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации, творчества.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- принятие и осознание ценностей языка, литературы, музыки, хореографии, традиций, праздников, памятников, святынь народов России;

- воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимания ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей), развитие физической активности;
- формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;
- воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим;
- воспитание уважения к танцевальной культуре народов России, мировому танцевальному искусству;
- развитие творческого самовыражения в танце, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

2. Формы и методы воспитания

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействий в упражнениях в танце, в подготовке и проведении мероприятий Плана воспитательной работы школы на текущий учебный год, активностей Российского движения детей и молодежи «Движение первых», иных календарных праздников с участием родителей (законных представителей), выступление на смотрах, фестивалях, конкурсах различных уровней.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются следующие методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей в зависимости от возрастной группы) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонафицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

Результаты, полученные в ходе оценочных процедур - опросов, интервью - используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

4. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результаты информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	«День знаний»	01.09	Праздник на уровне школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
2.	«День учителя»	Октябрь	Праздник на уровне школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
3.	«Мама – первое слово»	Ноябрь	Концерт на уровне школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
4.	«Новогодний переполох»	Декабрь	Новогодние утренники на уровне школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
5.	Новогодние посиделки	Декабрь	Мероприятие на уровне коллектива	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
6.	«День рождения школы»	Февраль	Праздник на уровне школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
7.	«День защитника Отечества»	Февраль	Гражданско- патриотическая акция на уровне школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
8.	«Весеннее настроение»	Март	Концерт на уровне школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
9.	Гражданско- патриотическая акции «Мир. Труд. Май»	Май	Флэш-моб на уровне коллектива	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
10.	Ежегодная школьная премия «Прорыв года»	Май	Праздник на уровне школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей

11.	Ежегодный отчетный концерт воспитанников коллектива	Май	Концертная программа в ДК «Станкомаш»	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
12.	Торжественная линейка «Последний звонок»	25 мая	Мероприятие на уровне школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
13.	Деятельность отряда «Творческий» в рамках ГОЛ (профильная смена «Профи-Я»)	Июнь	Мероприятие на уровне коллектива и школы	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
14.	«День России»	Июнь	Праздник на уровне школы и района	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
15.	Смотры, фестивали, конкурсы различных уровней	В течение года	Конкурсная деятельность	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарно-тематическое планирование по годам обучения

1 год обучения

Тема	Количество часов			Дата
	Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие. Инструктажи (1 час)				
Вводное занятие. Инструктажи	1	-	1	
Азбука музыкального движения (6 часов)				
Мелодия и движения	1	-	1	
Темп (Быстро, медленно, умеренно)	1	-	1	
Построения в пространстве.	1	-	1	
Маршировка в темпе и ритме музыки. Ритм.	1	-	1	
Фигурная маршировка с перестроением	1	-	1	
Танцевальные шаги	1	-	1	
Элементы классического танца (26 часов)				
Позиции и положения рук и ног	2	1	1	
Постановка корпуса	4	1	3	
Батман тендю	4	1	3	
Деми плие	4	1	3	
Деми ронд де жамб партер	5	1	4	
Батман релеве лян на 45 градусов	3	1	2	
Упражнения на середине	4	0	4	
Элементы джаз-модерн танца (26 часов)				
Характерные положения рук, ног	2	1	1	
Body roll	2	1	1	
Kontraktion- relaktion	4	1	3	
Стрейчинг (растяжка)	5	1	4	
Акробатический уровень(колесо)	4	1	3	
Упражнения в партере	5	1	4	
Кросс	4	0	4	
Постановочная работа (31 час)				
Композиция «Морская история»				
- Разучивание комбинаций для номера.	9	4	5	
- Разучивание перестроений в номере.	8	4	4	

- Работа на взаимодействие	8	4	4	
- Работа с реквизитом	6	2	4	
Постановка новогоднего номера				
- Разучивание комбинаций для номера.	4	2	2	
- Разучивание перестроений в номере.	4	2	2	
- Работа на взаимодействие	4	2	2	
- Работа с реквизитом	2	1	1	
Репетиционная работа (32 часа)				
- Отработка танцевальных комбинации	8	4	4	
- Работа над синхронным исполнением	8	4	4	
- Отработка перестроений	8	4	4	
- Отработка движений на взаимодействие	8	4	4	
Танцевальная импровизация (12 часов)				
«Контрастная музыка – контрастное настроение»	4	-	4	
«Гонка за лидером», «Дирижёры»	8	-	8	
«Зеркало»	4	-	4	
Беседы и прослушивание музыки (2 часа)				
История возникновения джаз-модерн танца.	2	-	2	
Итого: 136 часов				

2 год обучения

Тема	Количество часов			Дата
	Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие. Инструктажи (1 час)				
Вводное занятие. Инструктажи	1	-	1	
Азбука музыкального движения (14 часов)				
Такт и затакт	2	1	1	
Сильная доля такта	2	1	1	
Вступительные и заключительные аккорды	2	1	1	
Передвижение в пространстве	6	2	4	

Знакомство с хореографией народов Америки	2	1	1	
Элементы классического танца (44 часа)				
Подготовительное движение руки «препарасьон»	4	1	3	
Позиции рук, ног на середине	4	1	3	
Деми плие по 5 позиции	4	1	3	
Батман тендю по 5 позиции (в сторону, вперёд, назад)	6	2	4	
Батман тендю жете	6	2	4	
Батман тендю пике	4	1	3	
Батман релеве лян 45, 90 градусов	6	2	4	
Перегибы корпуса	6	2	4	
Прыжки (тан леве соте)	4	1	3	
Вращения (шене) техника исполнения	6	1	5	
Элементы джаз-модерн танца (52 часа)				
Параллельные позиции ног	2	1	1	
Позиции рук (V-положение, Jerk-положечные, арка)	4	2	2	
Координация трёх центров	6	1	5	
Шаги в джазовой манере	8	1	7	
Туры	6	1	5	
Стрейчинг	6	-	6	
Упражнения в партуре	8	2	6	
Положение flat back	2	1	1	
Кросс	10	2	8	
Постановочная работа (36 часов)				
Постановка композиции «Ода радости»				
- Разучивание комбинаций для номера.	8	4	4	
- Разучивание перестроений в номере.	6	2	4	
- Работа на взаимодействие	4	2	2	
- Работа с реквизитом	2	1	1	
Постановка новогоднего номера				

- Разучивание комбинаций для номера.	6	2	4	
- Разучивание перестроений в номере.	4	2	2	
- Работа на взаимодействие	4	2	2	
- Работа с реквизитом	2	1	1	
Репетиционная работа (41 час)				
- Отработка танцевальных комбинации	12	4	8	
- Работа над синхронным исполнением	10	4	6	
- Отработка перестроений	10	4	6	
- Отработка движений на взаимодействие	9	4	5	
Танцевальная импровизация (12 часов)				
Джаз-модерн танец. Ритмическая игра.	4	-	4	
Импровизация «Вопрос-ответ»	4	-	4	
Импровизация с предметом	4	-	4	
Беседы и прослушивание музыки (2 часа)				
Знакомство с произведением Чайковского «Времена года»	2	2	-	
Экскурсии (1 час)				
Посещение театра оперы и балета. Балет «Спящая красавица»	1	-	1	
Итого: 204 часа				

3 год обучения

Тема	Количество часов			Дата
	Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие. Инструктажи (1 час)				
Вводное занятие. Инструктажи	1	-	1	
Азбука музыкального движения (5 часов)				
Сочетание синкопированных и несинкопированных ритмов	2	-	2	

Ритмические рисунки в движении	3	-	3	
Элементы классического танца (46 часов)				
Ан деор и ан дедан	6	1	5	
-Логика и техника смены эпольман (эффасе и круазе)	6	1	5	
Па де бурре	5	1	4	
Пор де бра	7	2	5	
Ронд де жамб партер ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади)	5	1	4	
Батман фраше по всем направлениям	7	2	5	
Релеве лян с 5 позиции во всех направлениях	5	1	4	
Гранд плие по всем позициям	5	1	4	
Элементы джаз-модерн танца (54 часа)				
Body roll	2	1	1	
Скручивания, спирали	4	1	3	
Координация 3-х центров (комбинации)	4	1	3	
Упражнения в партере:				
- Перекаты	4	2	2	
- Свинговые движения	4	2	2	
- Спирали	4	2	2	
Акробатический уровень:				
- колесо	4	2	2	
- мост	2	1	1	
- берёзка	2	1	1	
Кросс:				
- прыжки	5	2	3	
- бег	4	2	2	
- шаги	5	2	3	
Стретчинг:				
- всё тело	4	2	2	
- шпагаты	6	2	4	
Постановочная работа (36 часов)				
«Первые ласточки»				
- Разучивание комбинаций для номера.	7	3	4	
- Разучивание перестроений в номере.	6	2	4	

- Работа на взаимодействие	4	2	2	
- Работа с реквизитом	3	1	2	
Номер к 8 марта «Маме»	6	2	4	
- Разучивание комбинаций для номера.	4	2	2	
- Разучивание перестроений в номере.	3	1	2	
- Работа на взаимодействие	3	1	2	
- Работа с реквизитом				
Репетиционная работа (46 часов)				
- Отработка танцевальных комбинаций	10	4	6	
- Работа над синхронным исполнением	10	4	6	
- Отработка перестроений	10	4	6	
- Отработка движений на взаимодействие	8	4	4	
- Прогон номеров для концерта.	8	4	4	
Танцевальная импровизация (12 часов)				
Классический танец «Батман тендю»	4	-	4	
«Закончи музыкальное предложение»	4	-	4	
Импровизация с предметом	4	-	4	
Беседы (2 часа)				
Образы добра и зла в балете «Спящая красавица»	2	-	2	
Экскурсии (2 часа)				
Посещение Челябинского Театра Современного танца	2	-	2	
Итого: 204 часа				

4 год обучения

Тема	Количество часов			Дата
	Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие. Инструктажи (1 час)				

Вводное занятие. Инструктажи	1	-	1	
Азбука музыкального движения (5 часов)				
Темповые обозначения (адажио, виво, аллегро, анданте) в классическом танце	1	-	1	
Темповые обозначения в джазовом танце	1	-	1	
Знакомство с современными стилями танца	3	-	3	
Элементы классического танца (48 часов)				
Большие и маленькие позиции рук	4	2	2	
Позы классического танца	4	2	2	
Батман тендю жете пике	6	2	4	
Батман фондю носком в пол	4	2	2	
Батман девелоппе	8	2	6	
Па ассамбле	8	2	6	
Па балансе	6	2	4	
Пор де бра 1,2,3,4.	8	4	4	
Элементы джаз-модерн танца (54 часа)				
Разучивание усложнённых комбинаций с использованием выученных движений и позиций джаз-модерн танца	8	2	6	
Координация 3-4-х центров	5	2	3	
Туры на различных уровнях	3	2	1	
Восьмёрка пелвис	3	2	1	
Упражнения в партере				
- перекаты	4	2	2	
- свинговые движения	4	2	2	
- спирали	3	1	2	
Стретчинг	9	-	9	
Кросс	15	2	13	
Постановочная работа (40 часов)				
Композиция «Хранители улыбок»				
-Разучивание комбинаций для номера.	6	2	4	
- Разучивание перестроений в номере.	6	2	4	

- Работа на взаимодействие	4	2	2	
- Работа с реквизитом	4	2	2	
Композиция в стиле «Хип-хоп»				
- Разучивание комбинаций для номера.	8	4	4	
- Разучивание перестроений в номере.	4	2	2	
- Работа на взаимодействие	4	2	2	
- Работа с реквизитом	4	2	2	
Репетиционная работа (42 часа)				
- Отработка танцевальных комбинации	9	4	5	
- Работа над синхронным исполнением	9	4	5	
- Отработка перестроений	8	4	4	
- Отработка движений на взаимодействие	8	4	4	
-Прогон номеров для концерта.	8	4	4	
Танцевальная импровизация (10 часов)				
«Вопрос-ответ» в стиле джаз.	4	-	4	
Контактная импровизация в парах	4	-	4	
Импровизация «Ведущий-ведомый»	2	-	2	
Беседы (2 часа)				
Беседа о джазовом искусстве	2	-	2	
Экскурсии (2 часа)				
Посещение концерта ансамбля народного танца «Урал»	2	-	2	
Итого: 204 часа				

5 год обучения

Тема	Количество часов			Дата
	Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие. Инструктажи (1 час)				
Вводное занятие. Инструктажи	1	-	1	
Азбука музыкального движения (2 часа)				

Техника «форс» в прыжках и вращениях.	2	-	2	
Элементы классического танца (48 часов)				
Батман ффраппе на 45град в позах круазе и эффасе	4	2	2	
Ронд де жамб партер на деми плие	6	2	4	
Ронд де жамб анлер	8	2	6	
Прыжок сиссон ферме	8	2	6	
Па де ша	8	2	6	
Сиссон сампль	8	2	6	
Прыжок тан леве	6	2	4	
Элементы джаз-модерн танца (61 час)				
Координация 4-х центров	5	2	3	
Комплекс у станка	7	2	5	
Лабильные вращения	5	1	4	
Разучивание усложнённых танц комбинаций	3	2	1	
Упражнения в партере	13	-	13	
Стретчинг:				
- всё тело	6	2	4	
- шпагаты	5	2	3	
Кросс:				
- прыжки	8	4	4	
- бег	4	2	2	
- шаги	5	2	3	
Постановочная работа (40 часов)				
«Как та трава на поле боя...»				
- Разучивание комбинаций для номера.	8	4	4	
- Разучивание перестроений в номере.	4	2	2	
- Работа на взаимодействие	4	2	2	
- Работа с реквизитом	4	2	2	
«Время»				
- Разучивание комбинаций для номера.	7	3	4	
- Разучивание перестроений в номере.	5	2	3	
- Работа на взаимодействие	4	2	2	
- Работа с реквизитом	4	2	2	
Репетиционная работа (34 часа)				
- Отработка танцевальных комбинации	9	3	6	
-Работа над синхронным исполнением	8	2	6	
- Отработка перестроений	6	2	4	
- Отработка движений на	6	2	4	

взаимодействие - Прогон номеров для концерта.	5	2	3	
Танцевальная импровизация (14 часов)				
Адажио. Классический танец.	4	-	4	
Контактная импровизация в парах	4	-	4	
Сочетание мягких и острых, спокойных и беспокойных движений	2	-	2	
Контрадвижение	4	-	4	
Беседы (2 часа)				
Содержание и композиционное построение балета	2	-	2	
Экскурсии (2 часа)				
Посещение концерта ансамбля народного танца «Урал»	2	-	2	
Итого: 204 часа				

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы необходимы следующие **материально-технические средства**:

- хореографический зал с зеркалами,
- хореографические станки,
- аудиоаппаратура для музыкального сопровождения номеров (музыкальный центр);
- коллекция аудиозаписей народных танцев, джазовой музыки, современных музыкальных композиций;
- костюмерная для хранения танцевальных костюмов и обуви.

Дидактическое обеспечение

Дидактический материал включает в себя:

- содержание инструктажа по правилам техники безопасности для обучающихся на учебном занятии, во время выездных занятий, проведения массовых мероприятий и т.п.;
- перечень основных понятий, изучаемых в ходе реализации программы по годам обучения;
- репертуар на учебный год;
- план концертной деятельности на учебный год;
- оценочные материалы.

2.3. Формы текущего контроля и промежуточной аттестации

В процессе освоения материала используются:

- **входная диагностика** - проводится с детьми, поступающими на первый год обучения в форме просмотра. Цель диагностики – проследить динамику развития и рост мастерства учащихся. Диагностический контроль даёт возможность определить уровень мотивации выбора и устойчивости интереса, воспитанности учащихся, творческих способностей, отношение к трудовой деятельности.

Входная диагностика на начальном этапе дает возможность педагогу подобрать оптимальный объем учебного материала, определить точки роста учащихся.

Критерии оценки: удовлетворительно, хорошо, отлично (согласно Диагностической карты приема детей).

- **текущий контроль** – проводится регулярно в рамках занятий и осуществляется педагогом-хореографом, ведущим предмет. Основным методом контроля является педагогическое наблюдение.

Критерии оценки: дихотомическая система оценки успеваемости: зачет/не зачет.

- **промежуточная аттестация** – проводится по окончании учебного года (согласно контрольным заданиям года обучения).

Критерии оценки:

Для воспитанников 1 и 2 годов обучения

Критерии контроля: правильность исполнения изученных упражнений, знание порядка исполнения танцевальных комбинаций.

Уровни оценки: «низкий», «средний», «высокий».

Уровень «низкий» - обучающийся плохо знает учебный материал, не может сказать название упражнений, путается в комбинациях.

Уровень «средний» - ребёнок хорошо знает учебный материал, знает название упражнений, но иногда путается в комбинациях.

Уровень «высокий» - ребёнок отлично знает учебный материал, знает название упражнений, не путается в комбинациях, выполняет упражнения уверенно и правильно.

Для воспитанников 3 и 4 годов обучения

Критерии контроля: правильность исполнения элементов классического и джаз-модерн танцев, знание теории, знание изученных комбинаций, знание порядка исполнения экзерсиса у станка и на середине зала.

Уровни оценки: зачет, незачет.

Незачет – обучающийся не знает названий упражнений, не может самостоятельно их исполнить, не знает порядок экзерсиса.

Зачет – обучающийся знает порядок экзерсиса, название упражнений, может самостоятельно их исполнить с небольшими ошибками и недочетами.

Для воспитанников 5 года обучения

Уровни оценки: от 2 до 5 баллов.

2 балла – обучающийся не знает порядок исполнения комбинаций, не знает терминологии, не может самостоятельно исполнить изученные комбинации;

3 балла – обучающийся плохо знает порядок исполнения комбинаций, не владеет терминологией или много ошибается, плохо знает изученные комбинации;

4 балла – обучающийся знает порядок исполнения комбинаций, владеет терминологией и знает изученные комбинации, но с недочетами и небольшими ошибками;

5 баллов – обучающийся хорошо знает порядок исполнения комбинаций, владеет терминологией и знает изученные комбинации. Допускает малейшие ошибки.

Результаты промежуточной аттестации фиксируются в протоколах.

Учащийся, пропустивший более трети занятий, считается не аттестованным и остается на повторный курс обучения. Проведенный контроль позволяет сделать необходимую корректировку образовательной программы на следующий учебный год.

Промежуточная аттестация проводится также по индивидуальному образовательному маршруту для одарённых обучающихся. Критерии оценки такие же, как и для остальных обучающихся. Отличие состоит в том, что наиболее одарённым обучающимся предлагается более сложный учебный материал, который необходим

Критерии оценивания:**Координация**

Ребёнку предлагается простое упражнение на координацию – 16 прыжков с рассоединением ног и синхронным опусканием рук вниз, затем соединить ноги, руки раскрыть в стороны.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не может скоординировать ноги и руки во время всего упражнения.

Оценка «хорошо» - ребёнок координирует руки и ноги на первых 8 прыжках.

Оценка «отлично» - ребёнок хорошо координирует ноги и руки во время всего упражнения.

Музыкальность

Ребёнок должен пройти по кругу под музыку марша, не сбиваясь с ноги, точно в такт музыки.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не может пройти в такт музыки. Оценка «хорошо» - ребёнок иногда сбивается с ноги во время упражнения.

Оценка «отлично» - ребёнок не сбивается с ноги во время всего уровня.

Гибкость

Ребёнок должен согнуться как можно сильнее вперёд, руками постаравшись достать до пола, и перегнуться назад не сгибая колен.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не может достать пальцами до пола, гнётся назад на 25 градусов.

Оценка «хорошо» - ребёнок достаёт пальцами до пола, гнётся назад на 45 градусов.

Оценка «отлично» - ребёнок достаёт ладонями до пола, гнётся назад на 90 градусов.

Растяжка

Ребёнок должен как можно сильнее растянуться на продольный и поперечный шпагаты.

У станка проверяется уровень поднятия ноги (шаг) вперёд, в сторону, назад.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не достаёт до пола около полуметра, у станка не может поднять и подержать ногу на 45 градусов.

Оценка «хорошо» - ребёнок не достаёт до пола 10 сантиметров, у станка поднимает и держит ногу на 90 градусов.

Оценка «отлично» - ребёнок свободно растягивается на шпагат, у станка поднимает и держит ногу на уровне более 90 градусов.

Прыжок

Ребёнок должен сделать 16 прыжков как можно выше.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок отрывается от пола на 5 сантиметров.

Оценка «хорошо» - ребёнок отрывается от пола 10 сантиметров.

Оценка «отлично» - ребёнок отрывается от пола на 20-30 сантиметров.

Память

Ребёнку предлагается простое упражнение, которое он должен запомнить и повторить: 4 шага на месте, 4 хлопка.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не может запомнить и повторить упражнение с третьего раза.

Оценка «хорошо» - ребёнок запоминает и повторяет упражнение со второго раза.

Оценка «отлично» - ребёнок запоминает и повторяет упражнение с первого раза.

***Примечание.** По результатам вводной диагностики ребёнок, показавший только отличные результаты по всем критериям, может быть зачислен сразу в более старшую группу.*

Упражнения подбираются педагогом с учётом возраста ребёнка. Старшим детям можно дать задания более сложные.

ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Текст контрольного занятия для воспитанников 1 года обучения

1. Беседа на знание изученной терминологии

- Как называется подъем на полупальцы?
- Как правильно выполнить ролеве?
- Как называется следующее упражнение?
- Какие виды плие вы знаете? Как правильно их исполнять?
- В какой позиции ног выполняется поклон?

2. Практическая работа по исполнению упражнений на середине зала

- Ролеве (подъем на полупальцы);
- Прыжки по 6 позиции ног;
- Деми и гранд плие (приседания);
- Прыжки с поворотами по четвертям вправо и влево;
- Наклоны корпуса вперед и назад;
- Бег вперед колени;
- Шпагаты.

3. Практическая работа по исполнению упражнений с продвижением по залу:

- «Самолеты»;
- «Зайчики»;
- «Машинки»;
- «Бабочки»

4. Исполнение комбинаций постановочного танца

Текст контрольного занятия для воспитанников 2 года обучения

1. Беседа на знание изученной терминологии

- Как называется подъём на полупальцы?
- Правила исполнения положения flat back.
- В каких позициях исполняется «деми» и «гранд плие»?
- Правила исполнения марша?
- Правила исполнения body roll/ Roll up, roll down.
- Правила исполнения простых прыжков?
- Какие позиции рук и ног вы знаете?

2. Практическая работа по исполнению упражнений экзерсиса.

- Качественное исполнение упражнений разминки:
- Шаги на середине;
- Подъём на полупальцы;
- Приседания;
- Наклоны и перегибы корпуса;
- Бег;

3. Качественное исполнение комбинаций на середине зала:

- Упражнения классического танца;
- Перекаты простые.
- Позиции рук джаз-модерн танца.
- Позиции рук и ног классического танца.
- Подскоки.

- Прыжки простые.

4. Исполнение комбинаций постановочного танца

Текст контрольного занятия для воспитанников 3 года обучения

1. Беседа на знание изученной терминологии

- Как называется первое движение экзерсиса?
- Переведите этот термин на русский язык.
- В каких позициях исполняется «деми» и «гранд плие»?
- Как называется следующее движение экзерсиса?
- Какие движения экзерсиса исполняются в первой позиции?

2. Практическая работа по исполнению классического экзерсиса

Качественное исполнение комбинаций у станка:

- Деми и гранд плие;
- Батман тандю;
- Батман тандю жете;
- Ронд де жамп партер;
- Батман фондю;
- Гранд батман;

3. Качественное исполнение комбинаций на середине зала:

- Тан леве соте;
- Тан леве соте по 5 позиции;
- Пор де бра;
- Исполнение поворотов шене по диагонали зала.

4. Исполнение комбинаций постановочного танца

Текст контрольного занятия для воспитанников 4 года обучения

1. Беседа на знание изученной терминологии

- Как называется третье движение экзерсиса?
- Переведите этот термин на русский язык.
- Как называется следующее движение экзерсиса?
- Что такое положение «пасе»?
- Из каких позиций выполняются туры на середине зала;
- Как перевести термин «батман релеве лян»?
- В каком положении находится колено в позе «аттитюд назад»?

2. Практическая работа по исполнению классического экзерсиса

Качественное исполнение комбинаций у станка:

- Деми и гранд плие;
- Батман тандю;
- Батман тандю жете;
- Ронд де жамп партер;
- Батман фондю;
- Батман фраппе;
- Батман девлёпе;
- Батман ролёве лян;

- Гранд батман;

3. Качественное исполнение комбинаций по диагонали зала:

- Поворот «шене»;
- Поворот с ногой в положении «пасе»;
- Прыжок «па де ша»;
- Балянсе;

4. Качественное исполнение комбинаций на середине зала:

- Тан леве соте;
- Па эшапе;
- Па ассамбле;
- Туры вправо и влево;
- Па де буре;
- Гранд батман;
- Пор де бра.

5. Качественное исполнение комбинаций джаз-модерн танца на середине

(Разогрев, изоляция, партер)

6. Исполнение комбинаций постановочного танца.

ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Текст итогового экзамена

1. Беседа на знание порядка упражнений классического экзерсиса.

- Почему упражнения классического танца построены именно в том порядке, в каком они исполняются?

- Что такое деми и гранд-плие?
- Чем отличаются позиции рук и ног джазового танца от классического?
- Чем отличается батман-жете от гранд-батман жете?
- На каких уровнях исполняются туры в джазовом танце?
- Какие упражнения можно делать только на середине зала и почему?

2. Правила исполнения простых прыжков.

- Что такое контракция -релакция, флекс-поинт?
- Правила работы головы при поворотах вправо-влево.
- Правила работы спины и рук во время исполнения пордебра.
- Рассказать правила работы корпуса при положении лимбо в джазовом танце.
- Рассказать правило исполнения колеса.
- Рассказать правила исполнения бега.
- Рассказать правила исполнения моста.
- Рассказать о характере исполнения элементов в современной хореографии на примере «джаз-модерна»

3. Практические занятия по исполнению упражнений.

- Деми и гранд плие в комбинации с ролёвэ и пордебра.
 - Батман-тандю в комбинации с ролёвэ, плие и батман-тандю пур-ле- пьед.
 - Батман-жете в комбинации с пике и дубль-пике. Рон-де-жамб партер в комбинации с ролёве-лян и гран-батман жете.

- Батман-фондю и дубль батман-фондю в комбинации с батман- девлёпе и батман-сутуню.

- Гранд-батман жете.

- Деми и гранд плие в комбинации со 2-м пордебра в малых позахкруазе.
- Простые прыжки по 6, 1, 2 и 5 позициям.
- Ассамбле в комбинации с шажман-де-пъед.
- Па эшапе в комбинации с тан леве соте.
- 1 и 3 пордебра во 1, 2 и 5 позициям.
- Заключительное пор де бра и поклон.

4. Исполнение постановочного танца в составе коллектива.

2.5. Методическое обеспечение программы

Реализация данной программы базируется на следующие принципы:

- принцип дидактики (построение учебного процесса от простого к сложному);
- принцип актуальности (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения);
- принцип системности (подразумевает систематическое проведение занятий);
- принцип творческой мотивации - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников.

Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

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

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

При изучении программы применяются разнообразные *приемы и методы*:

1. **Наглядный.** Педагог может использовать тактильно-мышечную наглядность, т. е. прикосновение к ребенку, чтобы уточнить положение головы, отдельных частей туловища, выпрямить осанку и т. д. Так же существует сочетание наглядно-слухового и наглядно-зрительного приемов. Исполнение музыки каждый раз должно сопровождаться показом.

2. **Словесный.** Словесный метод (беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение, рассказ о ее образах, напоминание, оценка и т. д.). Так, к образно-сюжетному рассказу чаще прибегают при разучивании игры (особенно в младшей группе); к объяснению, напоминанию - в упражнениях, танцах в старшем возрасте. Это один из универсальных методов, с помощью которого решается широкий круг задач: описание техники, постановка задач обучения, анализ результатов исполнения движения, управление обучением и др.: рассказ, объяснение, опрос, обсуждение, сопровождение выполнения движения. Использование терминологии во многом облегчает общение между учеником и преподавателем.

3. **Практический.** При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях, затем уже включать их в игры.

4. **Метод программирования.** Перед непосредственным разучиванием нового упражнения у преподавателя должна быть полная программа предстоящих действий. Одной из форм планирования обучения является алгоритмизация. Алгоритмические предписания должны отвечать следующим требованиям:

- точно указывать характер каждого действия;
- относиться к одному конкретному движению или к серии структурно сходных

упражнений;

– все учебные задания должны быть взаимосвязаны и расположены последовательно с нарастанием сложности.

5. Метод показа. Данный метод помогает создать представление об упражнении, уточнить отдельные детали техники, обратить внимание ученика на допущенную ошибку, сравнить варианты (попытки) исполнения движения. Один из способов показа заключается в демонстрации целостного и совершенного исполнения движения - эталона техники.

6. Метод расчлененного разучивания упражнения. Он заключается в целесообразном выделении отдельных частей движения, освоении каждого из них и последующем соединении в целое упражнение. Он используется при изучении самых различных движений и обеспечивает доступность обучения упражнению.

7. Метод вербального воздействия. Процесс и способ передачи обучающемуся определенных знаний в виде вводной беседы.

8. Повторности и систематичности. Предусматривает закрепление и развитие полученных знаний в процессе обучения. Знания строятся по системе: «от простого к сложному», «от известного к неизвестному». Повторность важна и при изучении нового материала на занятии, когда движение изучается сначала теоретически и практически, а затем повторяется в середине и в конце урока (уже в комбинации).

Таким образом, при изучении раздела применяются различные методы и способы наилучшего изучения, познания предмета программы.

Также при изучении программы возможно использование **следующих образовательных технологий:**

1. Здоровьесберегающие технологии

Здоровьесберегающие технологии являются особо актуальными в сфере хореографической деятельности, так как данная направленность напрямую связана с физическими нагрузками и развитием анатомических данных обучающихся.

Здоровьесберегающие образовательные технологии - это технологии, которые направлены на воспитание у обучающихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. Для занятий хореографией принимаются дети с различными физическими данными, поэтому возникает необходимость на занятиях заниматься как общим физическим развитием ребёнка, так и исправлением (коррекцией) физических недостатков. Формирование правильной техники исполнения движений создает и совершенную форму тела. В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, что способствует общему оздоровлению обучающихся.

На занятиях применяются следующие здоровьесберегающие технологии:

- защитно-профилактические (соответствие Сан-Пин условиям, соблюдение техники безопасности, грамотное распределение физической нагрузки на занятиях в соответствии с возрастными и анатомическими особенностями, точное разъяснение методики исполнения упражнений и движений, контроль методически правильного исполнения);

- компенсаторно-нейтрализующие (включение в учебный процесс, либо во время перерывов, упражнений на расслабление и напряжение, релакс-упражнения, упражнения на восстановление дыхания, беседы общеразвивающего характера, упражнения-игры на снятие психоэмоционального напряжения, упражнения на растяжение мышечного аппарата непосредственно после силовой нагрузки, и прочее);

- стимулирующие (тренажные упражнения);

- информационно-обучающие (беседы консультационного характера о здоровом образе жизни, культуре питания и т.д.)

Применение здоровьесберегающих технологий выражается в использовании на занятиях следующих форм работы:

- Подвижные музыкальные игры, благодаря которым, обучающиеся освобождается от страха, агрессии, нарушения поведения, зажимов.
- Партерная гимнастика позволяет с наименьшими затратами энергии достичь определенных целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, выработать правильную осанку.
- Дыхательная гимнастика учит согласовывать дыхания с движением.

Комплексы дыхательных упражнений помогут освоить правильное дыхание, чередование вдоха и выдоха, умение напрягать и расслаблять положениетела, восстановить дыхание после быстрого темпа занятия, сформировать и укрепить осанку.

- Пальчиковая гимнастика является мощным средством повышения работоспособности головного мозга, развития центральной нервной системы, всех психических процессов, и, в частности, речи.

- Самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребёнка сознательного стремления к здоровью, развитие навыков собственного оздоровления.

2. Игровые технологии

Применение игровых технологий в хореографии позволяет развить творческий потенциал детей и побудить их к активной творческой деятельности.

Основой данной технологии является педагогическая игра, которая способствует активному включению обучающихся в образовательный процесс, помогает понять танец и музыку, под которую они танцуют. Игровая деятельность, являясь частью занятия, включает в себя задания творческого характера, физические упражнения, игровое творчество. В играх обучающиеся легко усваивают и совершенствуют знания, умения и необходимые навыки.

Игровая технология, представляющая законченную сюжетную композицию, помогает разнообразить ритмические упражнения и танцевальные элементы, методику их проведения. Эта технология особенно эффективна для развития пластичности, координированности, накопления двигательных навыков. В играх широко используются ходьба, бег, прыжки - все это оказывает значительное воздействие на органы дыхания, кровообращения и двигательный аппарат. Игры служат прекрасным средством создания атмосферы радости, бодрости, удовлетворения.

3. Личностно-ориентированные технологии

Целью данной технологии является максимальное развитие индивидуальных способностей детей, используя уже имеющийся личный опыт обучающихся. Методологической основой технологии является дифференциация и индивидуализация обучения, которая осуществляется на занятиях, по отношению к каждому члену коллектива, отдельно.

Среди личностно-ориентированных технологий в обучении хореографии возможно применение технологии разноуровневого и модульного обучения.

Разноуровневый подход обеспечивает доступность освоения программного материала обучающимися с различными способностями и потребностями, что способствует удовлетворению индивидуальных запросов обучающихся и их родителей.

Учитывая индивидуальные особенности обучающихся, при применении разноуровневой технологии используется дифференцированный подход в подаче материала, мониторинге результативности освоения материала. Во время постановочной работы (ансамбль) из групп обучающихся чьи навыки и умения находятся на высоком уровне формируются малые группы для подготовки конкурсных и концертных номеров, с остальными прорабатываются только концертные постановки с более легкой

хореографической лексикой. Для «талантливых» учащихся создаются номера с малым количеством исполнителей – сольные номера.

Применение разноуровневой технологии повышает мотивацию обучающихся к освоению программы, участию в фестивалях и конкурсах различных уровней, выявлению талантливых обучающихся, формирует профориентационный интерес к выбранному виду творчества.

4. Технология перспективно-опережающего обучения

Самая обычная программа по хореографии всегда четко структурирована по разделам: работа у станка, на середине зала, в партере, диагонали, танцевальные комбинации. Данные разделы остаются на каждом году обучения и усложняются на определенных этапах обучения. В связи с этим, целесообразно использование технологии перспективно-опережающего обучения.

Ее основными концептуальными положениями можно назвать:

- личностный подход (межличностное сотрудничество);
- нацеленность на успех;
- предупреждение ошибок;
- дифференциация;
- опосредованное обучение.

Чтобы уменьшить трудность освоения тем программы, надо опережать их введение в учебный процесс. Так, трудную тему можно затрагивать заранее в какой-то связи с изучаемым в данный момент материалом. Перспективная (последующая после изучаемой) тема дается на каждом уроке малыми дозами (5-7 мин). Тема при этом раскрывается медленно, последовательно, со всеми необходимыми логическими переходами.

5. Технологии электронного обучения

Технологии электронного обучения в образовательном процессе реализуют идеи развивающего обучения, повышают качество занятия. Важно заметить, что ИКТ-технологии не заменяют педагога, а только дополняют его деятельность, обеспечивают диалоговый характер обучения, позволяют оптимально сочетать индивидуальные и групповые формы работы.

Применение ИКТ-технологий способствует:

- активизации деятельности обучающихся;
- повышению положительной мотивации к обучению;
- созданию условий для самостоятельного дополнительного образования;
- осуществлению образовательного процесса в условиях дистанционного обучения;
- популяризации танцевального творчества.

Чтобы создать комфортные образовательные условия на занятиях и достичь высокого уровня усвоения материала, информационно-коммуникационных технологий предоставляют следующие возможности:

- создание тематических презентаций к занятиям;
- созданию и распространению обучающих материалов;
- использование готовых программных продуктов во время занятий и выступлений;
- оформление концертных мероприятий;
- использование Интернет-ресурсов в процессе подготовки и проведения занятия, выступлений, самообразования;
- проведение мониторинга результативности образовательного процесса.

Создание мультимедийных презентаций - одна из наиболее удачных форм ИКТ-технологий.

Мультимедийные презентации можно использовать:

- для введения в проблемную ситуацию;
- как сопровождение объяснения учебного материала (схемы, рисунки, видеофрагменты

и т. д.);

- как информационно-обучающее пособие;
- для контроля усвоения материала обучающимися.

Мультимедийные презентации обеспечивают методическую и дидактическую поддержку различных этапов занятий и концертных выступлений. При создании презентации сначала выстраивают в систему материал, который нужно повторить или обобщить, разбивают его на самостоятельные дидактические единицы – учебные эпизоды, каждый из которых составляет определенный слайд. Работая с отдельным слайдом, продумывают, за счет чего будет усилен обучающий эффект учебного занятия или мероприятия: правильной последовательности подачи материала на экран, верным выбором эффекта анимации, цветовой гаммы, представлением печатного текста, который должен появиться на экране в заранее продуманное время.

Кроме презентаций, на занятиях успешно применяются современные мобильные гаджеты. Благодаря им, педагог может записать на видеокамеру мобильного телефона репетицию танцевального номера, а затем воспроизвести ее на большой экран с помощью проектора, внимательно изучая точность исполнения танцевальных движений и комментируя допущенные ошибки.

Использование технологий электронного обучения является достаточно эффективной, раскрывает перед юными танцорами и педагогом новые пути и перспективы для формирования творческого потенциала.

6. Групповые технологии

Групповые технологии предполагают организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию.

На занятиях хореографии данная технология находит широкое применение, что обусловлено различными танцевальными формами. Здесь отражается работа в парах, исполнение танцевального материала по подгруппам, ансамблевое исполнение и прочее. Групповые технологии на занятиях хореографии эффективно способствуют развитию коммуникабельности, самостоятельности, а также выявлению лидерского состава в группе.

7. Технология коллективного взаимообучения

Используется в хореографическом коллективе и технология коллективного взаимообучения. Она имеет несколько названий: «организованный диалог» или «работа в парах сменного состава».

Данная технология активно применяется в направлениях современной хореографии.

Например, в контактной импровизации, где наличие партнера просто необходимо, потому что вся суть направления заключается в умении импровизировать, находясь в постоянном контакте с одним или несколькими партнерами.

На каждом этапе учебного процесса, в той или иной степени применяется технология взаимного обучения:

- Разминка в начале занятия. Упражнения в паре на развитие силы мышц или их растяжку. Когда учащиеся помогают друг другу выполнять упражнения и следят за правильностью его выполнения.

- При взаимодействии обучающихся, как «педагог-обучающийся». Обучающиеся разделяются на пары, после чего им предлагается самостоятельно повторить и отработать изученный материал, при этом в паре происходит разделение ролей на педагога и обучающегося. В данном случае возможны различные разделения на пары сильный-сильный, слабый-слабый, сильный-слабый. Всё зависит от задач педагога. При одноуровневых участниках пар (сильный-сильный, слабый-слабый) происходит равномерное развитие их навыков и умений, так как обучающиеся должны не только технически правильно выполнить движения, но и увидеть и исправить ошибки у своего партнера (развитие умения анализировать и объяснять).

Если педагог ставит задачу только отработать материал, то пары чаще разделяются на сильный-слабый. В этом случае только сильный обучающийся помогает слабому в отработке, а у педагога есть возможность индивидуально поработать с обучающимися, которым данный материал дается особенно тяжело. Так же разделение на пары сильный-слабый часто используется во время занятий ансамблем, когда меняется состав участников номера (например, дети «выросли» из номера). Старый состав учит с новым комбинации из номера.

8. Технология коллективно-творческой деятельности

Технология способствует воспитанию общественно-активной творческой личности, организации социального творчества. Предполагает организацию совместной деятельности, где каждый участник коллектива, включая педагога, участвует в планировании, подготовке и реализации задуманного. В практической деятельности хореографа, это находит отражение в процессе создания танцевальных постановок, где дети могут являться идейными вдохновителями, постановщиками, репетиторами. Участники коллектива сообща работают над созданием танцевальной композиции. Кроме того, данная технология может применяться как в урочное, так и не в урочное время.

9. Технология проектной деятельности

В хореографии технология проектной деятельности находит свое применение не только в работе обучающихся, но и в подготовке педагога к осуществлению образовательного процесса. Составление программ, поурочное планирование, сочинение учебно-танцевальных комбинаций и композиций танца, все это можно отнести к проектной деятельности.

Отражение применения технологий проектной деятельности в работе обучающихся можно отнести: сочинение танцевальных комбинаций, композицию и постановку танцев, совместную разработку отчетных концертов коллектива и других мероприятий.

2.6. Список литературы

Литература для педагога:

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. - СПб.: Издательство «Лань», 2006. - 240 с.
2. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе. - Челябинск: ЧГАКИ, 2013. - 180 с.
3. Васильева Е.Д. Танец. - М.: «Искусство», 1968. - 247 с.
4. Карташова Н.Н. Воспитание танцем. Заметки балетмейстера - Челябинск: «Южный Урал», 1976.
5. Климов А.А. Основы русского народного танца. — М., 1981. - 269 с.
6. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. С 1 по 8 класс. - СПб.: Лань, Планета музыки, 2009. - 320 с.
7. Лазарев А. Народноведение: русские праздники. - Челябинск: Южно-Уральское книжное издательство, 2005. - 336 с.
8. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски (для детей дошкольного и младшего возраста). М.: Советский композитор, 1991. - 112 с.
9. Мессерер А. М. Уроки классического танца. - СПб.: Издательство «Лань», 2004. - 400 с.
10. Нарская Т.Б. Классический танец. Челябинск - Челябинск: ЧГАКИ, 2007. - 162 с.
11. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. М., - гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - 256 с.
12. Сафронова. Л. Н. Уроки классического танца. Методическое пособие для педагогов. - СПб.: АРБ им. А. Я. Вагановой, 2003. - 192 с.
13. Шляпникова М. И. Теория и методика преподавания народно-сценического танца / М. И. Шляпникова. М.: МГИК, 1987. - 26 с.

14. Шарова Н.И. Детский танец. - СПб.: «Издательство Планета музыки»; Издательство «Лань», 2011. – 64 с.

15. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. 2-е изд., испр. – СПб.: Издательство «Планета музыки»; Издательство «Лань», 2011. – 544 с.

16. Г. Гусев. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. - М.: ВЛАДОС, 2005. - 208 с.

17. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей. С.- П.; «Детство-пресс», 2003 г.

Интернет ресурсы:

1. Федеральный портал Российское образование. Образование в области культуры и искусства. Танец, хореография. Режим доступа: http://www.edu.ru/modules.php?page_id=6&name=Web_Links&op=modload&l_op=viewlink&cid=1276

Литература для обучающихся:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М., «Айрис-Пресс», 2000. - 256 с.

2. Бочарникова Э. Страна волшебная - балет. М., «Детская литература», 1974. - 180 с.

3. Васильева Т.К. Секрет танца. С. П., «Диамант», «Золотой век», 1997.- 480 с.

4. Жданова А.С., Островская С.Д. Календарь народных примет, обычаев и обрядов. - М.: Мир книги, 2008 - 224 с.

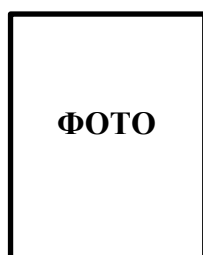
5. Касл К., Буасон А. Моя первая книга про балет - М., АСТ, 2013. - 48 с.

6. Ли Л. Детская энциклопедия балета. История, музыка и волшебство классического танца. - СПб.: Астрель, 2014. - 96 с.

7. Посютинская В.П. Волшебный мир танца. М., «Искусство», 1985. - 223 с.

Дневник танцора

Для повышения мотивации участия в конкурсах и фестивалях различного уровня каждый учащийся получает «Дневник танцора», в котором имеется его фотография, дата рождения, название коллектива, фамилия руководителя, дата выдачи. В «дневнике танцора» фиксируется дата проведения конкурса или фестиваля, занятое место, название и статус мероприятия, дисциплина. Ставится печать организации, проводящей конкурс.



Фамилия _____

Имя _____

Дата рождения «__» _____ г.

Учреждение, коллектив _____

Руководитель ФИО _____

Дата выдачи

« _____ » _____ г.

Дата	Оценка, занятое место	Мероприятие, статус, место проведения, дисциплина	Подпись (печать)

АНКЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Анкета для родителей позволяет привлечь родителей к более тесному взаимодействию с педагогами ансамбля. Для проведения отчётных концертов, поездок, праздников и мероприятий МБОУ «СОШ № 99 г. Челябинска», часто требуется помощь родителей в приобретении подарков, перевозки костюмов, изготовления реквизита к танцам, сценических декораций и т.п. Данная анкета позволяет определить, какую помощь при необходимости могут оказать родители ребёнка

Для определения динамики развития и роста мастерства учащихся проводится анализ результатов по показателям диагностики, зафиксированным в таблице «Результаты диагностического контроля». Это позволяет сделать вывод о степени результативности образовательной программы, выявить одаренных детей и разработать для них индивидуальный образовательный маршрут с целью достижения высоких результатов в данном направлении, помочь в профессиональном самоопределении.

АНКЕТА

Ф.И.О. ребенка _____

Возраст _____

Дата рождения: _____ телефон ребёнка _____

Класс (с литерой): _____

Ф.И.О. классного руководителя _____

Сведения о родителях:

Отец: _____

Место работы, должность, _____

Мать: _____

Место работы, должность, телефон: _____

Состав _____

Домашний адрес: _____

Дом. телефон: _____

Подпись родителя _____

Анкета для родителей «Ваш ребёнок: какой он?»

Для родителей обучающихся разработана анкета с вопросами, позволяющая сделать образовательный процесс более содержательным и интересным, помочь повысить результативность воспитательного процесса, предупредить и преодолеть многие отклонения в развитии личности.

В ходе реализации программы предусматривается помощь детей в выполнении творческих работ, проектов, которые помогают определить степень усвоения детьми учебного материала, их мотивацию к занятиям хореографией, чувство коллективизма и товарищества. Данная анкета позволяет определить склонность ребёнка к тем или иным занятиям, его интересы и правильно подобрать для него задание при работе над проектами и творческими работами.

Текст анкеты

Уважаемые родители! Для осуществления индивидуального подхода к Вашему ребёнку просим Вас ответить на вопросы предлагаемой анкеты. Результаты ответов помогут педагогу улучшить взаимодействие с Вашим ребёнком, сделать образовательный процесс более содержательным и интересным, помочь повысить результативность воспитательного процесса, предупредить и преодолеть многие отклонения в развитии личности.

Спасибо за сотрудничество!

Фамилия, имя ребёнка: _____

1. Что больше интересует Вашего ребёнка: компьютерные игры, игры, требующие физической силы и выносливости? _____

2. Что больше нравится делать Вашему ребёнку: заниматься спортом, тихими занятиями, требующими сосредоточенности и внимания, групповыми или индивидуальными занятиями? _____

3. Какие способности Вы хотите развить у Вашего ребёнка в первую очередь: гибкость, выносливость, память, физическую силу, сделать ребёнка разносторонне развитым? _____

4. Какие умения и навыки Вы считаете самыми важными? _____

5. В какой поддержке и помощи со стороны педагога Ваш ребёнок нуждается? _____

6. Ваш ребёнок сам хочет заниматься в ансамбле или этого хотите Вы? _____

7. Компьютер, телевизор, телефон в жизни Вашего ребёнка: _____

8. С удовольствием ли Ваш ребёнок выполняет обязанности по дому? _____

9. Доброжелательно ли относится Ваш ребёнок к своим товарищам? _____

10. Что вы ждёте для вашего ребёнка от занятий хореографией? _____

11. Особенности Вашего ребёнка (на что следует обратить внимание?): _____

12. Ваши пожелания и предложения педагогу: _____