

**Муниципальное бюджетное
учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества «Уголек»»**

РАССМОТРЕНА
на заседании методического совета

Протокол № 3
от 11.03.2019

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета

Протокол № 3
от 15.03.2019

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБУДО
«Центр развития творчества
«Уголек»»
А.В.Музылёв



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТВОРЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ СТУДИЯ "ЭСТЕТ"
"ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ХОРЕОГРАФИИ"**

Возраст учащихся: 7 – 13 лет

Срок реализации программы: 3 года

Разработчик:

Бирюков Иван Андреевич,
педагог дополнительного образования,

г. Новокузнецк

Содержание программы «Путешествие в страну хореографии» представляет собой синтез классической, народной и детской современной хореографии. Такое слияние дает наиболее благоприятный результат для развития танцевальных способностей обучающихся, позволяя реализовать себя и свои возможности в нескольких направлениях и найти «нишу» творческого воплощения, где можно проявить себя наиболее ярко. Также содержание программы направлена на приобретение знаний об основах здорового образа жизни и мотивацию к сохранению своего здоровья. Дети получают опыт вхождения в состав концертной группы, публичного выступления.

«Танец - самое непостоянное и текучее из искусств. С доисторических времен художники и скульпторы пытались отразить волнение, текучесть и красоту танца на стенах пещер и храмов, в фигурках из глины и мрамора. Но никакой рисунок, никакая скульптура не могли передать основное свойство танца – движение. Без движения танец был мертв.»

ДЖИН КЕЛЛИ.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДООП

Пояснительная записка

Направленность программы – художественная

Уровень освоения программы - базовый.

Актуальность программы в первую очередь определяется запросом со стороны учащихся и их родителей на программы художественного развития младших школьников и младших подростков в реалиях спального района, где располагается Центр.

Хореография, как никакое другое искусство не только учит понимать и создавать прекрасное, оно развивает образное мышление и фантазию, всесторонне развивая личность. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я». Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой, которая обязательно должна быть совмещена с творчеством, умственным трудом и эмоциональным выражением.

В концепции художественного образования, разработанной в Академии образования Российской Федерации, указывается, что в процессе гуманизации и гуманитаризации общеобразовательной школы и центров дополнительного образования дисциплины художественного цикла должны переместиться в центр изучения, так как обладают невосполнимым воспитательным потенциалом.

Решение современных социальных проблем организации занятости детей в свободное от школы время; вопросов комплексного воспитания и развития физической и духовно-нравственной личности ребенка в данной программе выполнено средствами танцевального искусства.

Отличительные особенности программы. Программа разработана на основе широко известных и положительно зарекомендовавших себя в теории и на практике работ педагогов, которые считали основополагающим использование в воспитании и обучении дисциплину «ритмика и танец». При разработке программы разработчик опирался на следующие программы и методические рекомендации: «Азбука классического танца», Базарова Н.П., Мей В.П., 2006 г.; «Азбука хореографии», Барышникова Т.П., 2001 г.; «Детская энциклопедия – Балет», Кейт Касл, 2001 г.; «Методика преподавания народного тан-

ца». Гусев Г.П., 2005 г.; «Поэтапная модульно-блочная система обучения детей народному танцу», Кириенко С.В., 2007г.; «Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности», Серебрякова Т. Б., 2004 г.; «Синтез искусств», Куревина О.А., 2003 г.; «Уроки классического танца», А. Мессер, 2004 г.; Типовая программа для внешкольных учреждений «Художественные кружки», Москва. 1975 г. При этом, в содержании программы учтена специфика дополнительного образования детей в условиях провинциального города, имеющего свои традиции и историю. Отличительной особенностью программы является и ее взаимосвязь с другими программами. Дети, успешно справляющиеся с программой, объединяются в творческую группу и занимаются дополнительно 2 часа в неделю. Из детей творческой группы формируется концертная группа.

Адресат программы - дети-школьники от 7 до 13 лет. Прием производится по желанию ребенка, на основании заявления родителей (законных представителей) и допуска по медицинским показаниям. На программу зачисляются дети, прошедшие обучение на стартовом уровне по программе «Беби-бум» или имеющие способности, позволяющие начать обучение сразу на базовом уровне. Учащиеся, занимающиеся ранее в других хореографических объединениях могут быть зачислены на любой год обучения. Наполняемость учебных групп – 10-15 человек.

Объем программы – 3 года, 216 в год. Общий объем часов по программе – 648.

Формы обучения: занятие.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа

Цель программы: развитие танцевальных и творческих способностей обучающихся, формирование позитивного отношения к танцу – как части культуры своего Отечества и малой Родины, базовым ценностям общества, социальной реальности.

Задачи:

- обучить детей программным элементам классического и современного танца, приёмам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля;
- формировать нравственные качества личности ребенка, их готовность и потребность к танцевальной деятельности;
- способствовать реализации творческого потенциала обучающихся через участие в концертах, фестивалях детского танцевального творчества.
- развить мышечный слух, способность применять трехфазное дыхание; артистическую смелость, непосредственность ребёнка, его самостоятельность;
- развивать ценностное отношение к своему здоровью;
- воспитать настойчивость, выдержку, трудолюбие, целеустремленность, интерес к исполнительской и учебной деятельности.

Содержание
ДООП «Путешествие в хореографию»

Учебно – тематический план
1-ый год обучения

№	Наименование разделов программы	Количество часов		
		всего	теория	практика
	Вводное занятие	2	1	1
	Раздел I. Азбука движений	86	11	75
1	Партерный экзерсис. Постановка корпуса, растяжка.	18	2	16
2	Хореографическая азбука	17	2	15
3	Классический экзерсис	23	3	20
4	Элементы современного, народного танца	28	4	24
	Раздел II. Азбука музыкальной грамоты	9	1	8
	Раздел III. Общая физическая подготовка	41	6	35
1	Основы правильного дыхания	11	2	9
2	Упражнения для развития тела	16	2	14
3	Формирование координации, устойчивости.	14	2	12
	Раздел IV. Артистизм – исполнительское мастерство – сценическая деятельность	76	8	68
1.	Танцевальные импровизации, этюды	11	1	10
2.	Модульно-блочная работа	16	3	13
3.	Композиция постановки танца.	17	2	15
4.	Постановочно - репетиционная работа	32	2	30
	Открытое занятие.	2	-	2
	Итого:	216	27	189

Содержание программы
1-ый год обучения

Вводное занятие

Теория: Знакомство. Правила ТБ. Ознакомление с требованиями к учащимся, правилами посещения.

Практика: Игровые задания на формирование детского коллектива.

Раздел I. Азбука движений

Теория: Экзерсис фундаментом танца. Эластичность мышц и связок. Мышечная сила. Выворотность. Осевая линия корпуса. Апломб. Техника безопасности при выполнении упражнений с высокой степенью травмирующего риска. Складка, лягушка, домик, поперечный, продольный шпагат, прогибы, перегибы. Позиции ног: I полувыворотная, VI, II (полувыворотная и параллельная). Шаги - простые бытовые. Полупальцы. Выворотные позиции ног. Станок. Фазы прыжка. Классификационные различия движений современного и народного танца. Изолированные движения. Понятие «Изоляция». История танца Украины, Молдавии, Белоруссии. Понятие стилизации.

Практика: Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела; упражнения для улучшения эластичности мышц плеча, предплечья, бедра, голени и стопы; упражнения для развития подвижности плечевого, тазобедренного и голеностопного сустава; упражнения на улучшение гибкости позвоночника, коленных суставов, плечевого и поясного суставов; упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Растяжка индивидуальная, в парах, складка, лягушка, домик, поперечный, продольный шпагат, прогибы, перегибы упражнения на исправление осанки.

Позиции ног: I полу выворотная, VI, II (полу выворотная и параллельная); подъем и опускание рук, усложнение с добавлением вращения кистей и рук в локтевом суставе, «волна»; Плечи: подъем и опускание (поочередно, синхронно), круговое движение вперед и назад; Наклоны: простые, с поднятыми руками, с увеличением амплитуды; Голова: пово-

роты, наклоны; шаги: простые бытовые, на полупальцах, с вытянутого носка, на пятках, сочетание на пятках и носках, с высоко поднятыми коленями («цапля», «стульчик»); подъем на полупальцы и опускание на всю стопу по VI позиции; тяжесть корпуса, перенос веса тела с одной ноги на другую; прыжки по VI позиции в различном темпе и ритме; прыжки трамплинные по I, II и VI позициям; бег: с высоко поднятыми коленями, с подниманием выпрямленных ног вперед и назад, мелкий бег на полупальцах; подскоки на месте и в повороте. Позиции ног: I, II позиции; *demi plie* по I позиции; *grand plie* по I позиции; *battement tendu* по I позиции; *battement tendu jete* по I позиции; *grand battement jete*; перегибы корпуса лицом к палке; прыжки: «трамплины» по I и II позициям, «поджатые», *ras sote* (I, II позиции). Изолированные движения: головы, плеч, рук, бедрами, корпуса, стоп в народном и современном характере. Подскоки, галоп, разные виды бега. Полуприседания. Повороты (простые и сложные). Скольжения. Перекаты. Хлопушки. Присядки. Вращения. «Веревочка». Элементы национальных танцев (России, Украины, Белоруссии). «Дробь». Танцевальные комбинации.

Раздел II. Азбука музыкальной грамоты

Теория: Понятия музыкальной грамоты. Общий характер музыки – темп. Динамические оттенки. Сильная и слабая доли.

Практика: Движения в различных темпах. Упражнения на умение не только сохранять заданный темп, но и ускорять и замедлять его вместе с музыкой. Движения с различной амплитудой, силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков музыкального сопровождения. Отмечать в движениях сильную долю хлопком, взмахом платка, притопом, а также на слух определять музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4, осознанно выполняя движения в этих размерах. Игровые упражнения – задания.

Раздел III. Общая физическая подготовка

Теория: Выдох - длительность. Вдох – «Возврат дыхания». Пауза. Гибкость, эластичность, подвижность суставов. Позвоночник и его подвижность и гибкость. Растяжка. Танцевальный шаг. Координация движения: чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки и т.п. Запоминание движения, профессиональная память – одна из особенностей координации, зависящей от работы зрительного и вестибулярного аппаратов и других органов. Мышечная координация – групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях). Двигательная координация – процесс согласования движений звеньев тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

Практика: Двигательные задания – упражнения на формирование и использование в практике трехфазного дыхания. Выдох на улыбке (длительность). «Возврат дыхания» - носовой вдох. Выдох - произносить различные звуки и их комбинации. Пауза - длительность. Упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса, мышц бедра, локтевого сустава, мышц плеча и предплечья, подвижности плечевых суставов, суставов позвоночника, тазобедренных суставов; упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья; упражнения для улучшения коленных суставов; упражнения у палки для растяжки и формирования танцевального шага. Прыжки. Геометрия класса – сцены. Пространственная ориентация – волшебная точка. Пространственная ориентация: построение круга, сохранение достаточно правильного круга во время движения и танцев. Упражнения на формирование двигательной координации, устойчивости.

Раздел IV. Артистизм – исполнительское мастерство – сценическая деятельность

Теория: Музыкально – танцевальные импровизации. Понятие «жест» и его значение в танце. Виды жестов: указательные, запрещающие, утверждающие. Жесты, выражающие эмоциональное состояние (радость, печаль, раздумье). Речь, длительность, сложность танца. Лексические комбинации в танце. Составляющие композиции танца. Рисунок. Лексика. Темп и ритм. Композиционные постановки. Рисунки – различного рода расположение и перемещение танцующих по площадке. Просмотр и обсуждение хореографического видеоматериала, концертных и конкурсных номеров других коллективов.

Практика: Музыкально-танцевальные импровизации: «Оловянный солдатик» – марш,

перестроения; «Кукла» – с использованием элементов классического танца; «Вальс». Вариации с включением изученных элементов. Составление танцевальных блоков. Объединение в логической (требуемой) последовательности один за другим в уже заученные элементы. Последовательность действий в процессе изучения лексических групп современного и народного танца. Композиционные постановки с использованием рисунков – различного рода расположение и перемещение танцующих по площадке. Простые рисунки (линия, диагональ, круг, колонна, полукруг). Сложные рисунки – несколько простых (угол, крест, два круга, квадрат, шахматный порядок, две линии, несколько колонн). Основной рисунок и проходящий рисунок. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе. Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость).

Открытое занятие

Практика: Игровые задания на демонстрацию результата. Дети сами выбирают и показывают чему научились.

Учебно - тематический план 2 – ой год обучения

№	Наименование разделов программы	Количество часов		
		всего	теория	практика
	Вводное занятие	2	1	1
	Раздел I. Азбука движений	109	6	103
1	Партерный экзерсис.	14	1	13
2	Классический экзерсис	32	2	30
3	Элементы современного танца	36	1	35
4	Элементы народного танца	27	2	25
	Раздел II. Азбука музыкальной грамоты	7	1	6
	Раздел III. Общая физическая подготовка	32	11	21
1	Основы правильного дыхания	11	9	2
2	Координация движений. Упражнения для развития тела	21	2	19
	Раздел IV. Артистизм – исполнительское мастерство – сценическая деятельность	70	8	62
5.	Композиция постановки танца. Танцевальные импровизации, этюды. МБР.	20	4	16
6.	Драматургия танца	16	2	14
7.	Постановочно - репетиционная работа	34	2	32
	Открытое занятие.	2	-	2
	Итого:	216	27	189

Содержание программы 2-ой год обучения

Вводное занятие

Теория: Знакомство с вновь прибывшими. Правила ТБ. Ознакомление с требованиями к учащимся, правилами посещения учреждения. Психологические игровые ситуации на сохранность положительной атмосферы в детском коллективе.

Практика: Игровые задания на формирование детского коллектива.

Раздел I. Азбука движений

Теория: Партерный экзерсис. Традиционный классический экзерсис у станка. Выворотность ног, гибкость, эластичность стоп. Напряжение и расслабление мышц тела. Осевая линия корпуса. Французская транскрипция. Правила исполнения движений. Отдельные части тела – центры. Изоляционные направления движений. Понятие – крест. Подвижность грудной клетки, тазобедренного, коленного суставов, голеностопа. Разно ритмиче-

ские музыкальные произведения. Понятие – квадрат. Характер народного танца. Виды переменных шагов. Стопа, каблук. Русский танец. Украинский танец. Белорусский танец.

Практика: Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча, предплечья, бедра, голени, стопы; развития подвижности плечевого, тазобедренного и голеностопного суставов; гибкости плечевого, поясного и коленных суставов, позвоночника; упражнения на укрепление мышц брюшного пресса; растяжка индивидуальная, в парах, складка, лягушка, домик, поперечный, продольный шпагат, прогибы, перегибы упражнения на исправление осанки. Port de bras; demi plie по V позиции; grand plie по V позиции; battement tendu по V позиции; battement tendu jete по V позиции; grand battement jete; demi и rond de jumb parter (en dehors, en dedans); petit battement sur le cou-de-pied: обхватное, учебное и условное; frappe; releve lent; упражнения на середине: port de bras; demi plie по V позиции; grand plie по V позиции; battement tendu по V позиции; pirouettes, поворот soutenu на месте и с продвижением. pas glissade en tournant. pas de bourre dessus dessous. «прыжки» по I и II позициям, «поджатые»; pas sote (I, II, V позиции). Упражнения stretch-характера. Движения изолированных центров. Соединение движений одного центра с шагами. Проучивание flat back вперед из положения стоя. Взаимосвязь дыхания и движения. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя. Акробатические элементы: выход на большой мостик из положения стоя; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекаты. Кросс. Шоссе. Па-де-ша. Grand batman с двумя шагами по диагонали. Подготовка к пируэтам, Пируэты. Трехшаговые повороты. Passe – подготовка к «верёвочке». Battement fondu с разворотами ноги на cou-de-pied внутрь – наружу. Demi-plie и grand plie по всем позициям (в том числе по IV невыворотной). Battement tendu с сокращением стопы, с переводом стопы на каблук-носок - каблук как на вытянутой ноге, так и с приседанием. Каблучные движения – выведение ноги на каблук на demi-plie через небольшое developpe с отрывом опорной пятки от пола. Виды вращений, сложных дробей (для девочек), прыжки с растяжкой и трюковые элементы (для мальчиков). Виды вращений (Украинский танец). Движения «ползунок», «мельница», «метёлочка», «подсечка», «растяжка», «разножка» (для мальчиков). Элементы движений танцев «Бульба», «Полька-Янка»: подскоки с тройным переступанием на месте, подскоки по IV позиции, различные виды польки с поворотами, перескоки из стороны в сторону.

Раздел II. Азбука музыкальной грамоты

Теория: Музыкальное оформление занятия: у станка, на середине зала. Соответствие музыкального и хореографического содержания. Общий характер музыки – темп. Динамические оттенки. Строение музыкальной речи, метроритм.

Практика: Движения в различных темпах. Сохранять заданный темп. Ускорять и замедлять его вместе с музыкой. Сохранять заданный темп после временного прекращения музыки; Движения с различной амплитудой, разной силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков музыкального сопровождения; Воспринимать сильную и слабую долю на слух, отмечая в движениях сильную долю.

Раздел III. Общая физическая подготовка

Теория: Использование трехфазного дыхания. Однонаправленные движения. Балетный шаг. Вовлечение трех и более центров.

Практика: Отработка навыка трехфазного дыхания во время исполнения упражнений. Силовая гимнастика. Упражнения для выработки танцевального шага, развития гибкости тела, укрепления мышц брюшного пресса. Прыжки. Мостики.

Раздел IV. Артистизм – исполнительское мастерство – сценическая деятельность

Теория: Импровизация как раздел в джаз-танце. Животные – их образы в природе. Настроения — грусть, печаль, радость, тревога. Основной и проходящий рисунок. Логическое развитие рисунка. Переход. Драма (действие). Три деления драматургического действия: начало, середина, конец. Начало - завязка, середина – изменение, конфликт, конец – катастрофа или достижение благополучия. Экспозиция – ввод в действие. Завязка – сигнал к действию. Развитие действия. Кульминация – наивысшая точка развития - вершина. Развязка – в бессюжетной хореографии – финальная концовка. Просмотр и обсуж-

ление хореографического видеоматериала, просмотр концертных и конкурсных номеров своего и других коллективов.

Практика: Изображение средствами хореографии. Самостоятельная подготовка сольных и массовых этюдов. Пластика и танец различного настроения — грусть, печаль, радость, тревога. Составление танцевальных блоков, отдельных комбинаций, рисунков для танцев. Сюжетные сценки. Самостоятельная работа детей с интернет ресурсом. Представление рефератов. Диспуты. Переходы из рисунка в рисунок Активный выбор репертуара. Творческие задания. Знакомство с различными фазами творческого процесса.

Открытое занятие

Практика: Демонстрация результата. Дети выполняют задания педагога, танцуют изученные танцы.

Учебно - тематический план

3 - ий год обучения

№	Наименование разделов программы	Количество часов		
		всего	теория	практика
Вводное занятие		2	2	0
Раздел I. Азбука движений		109	11	75
1	Партерный экзерсис	11	1	10
2	Классический экзерсис	36	6	30
3	Элементы современного танца	36	2	34
4	Элементы народного танца	26	2	24
Раздел II. Азбука музыкальной грамоты		7	1	6
Раздел III. Общая физическая подготовка		41	6	35
1	Основы правильного дыхания.	3	1	2
2	Координация движений. Упражнения для развития тела.	17	1	16
Раздел IV. Артистизм – исполнительское мастерство – сценическая деятельность		76	7	69
8.	Танцевальные импровизации, этюды. Модульно-блочная работа. Композиция постановки танца. Драматургия танца	20	2	18
9.	Постановочно - репетиционная работа	56	5	51
Открытое занятие.		2	-	2
	Итого:	216	27	189

Содержание программы

3-ий год обучения

Вводное занятие

Теория: Знакомство с вновь прибывшими кружковцами. Правила ТБ. Ознакомление с требованиями к учащимся, правилами посещения учреждения. Психологические игровые ситуации на сохранность положительной атмосферы в детском коллективе.

Практика: Игровые задания на формирование детского коллектива.

Раздел I. Азбука движений

Теория: Растяжка индивидуальная, в парах, складка, лягушка, домик, поперечный, продольный шпагат, прогибы, перегибы. Выворотность ног, гибкость, эластичность стоп. Соподчиненность классической постановки корпуса развитию техники исполнения. Правила постановки корпуса. Позиции ног в классическом танце. Последовательность изучения позиций ног. Руки, как выразительное средство классического танца. Руки как важный технический элемент исполнительского искусства. Функции кисти (кистей) рук. Правила исполнения и методика изучения движений классического танца. Характерные ошибки и методы их исправления. Техника изоляции. Понятия – крест, квадрат. Подвижность грудной клетки, тазобедренного, коленного суставов, голеностопа. Разно

ритмические музыкальные произведения. Русская культура и культура других народов. Дробь. Присядок, хлопшек. Хороводный шаг (разновидность). Техника ног. Виды вращений. Положение корпуса, головы и рук.

Практика: Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча, бедра, предплечья, голени, стопы; гибкости позвоночника, коленных и плечевого суставов; подвижности плечевого, поясного, тазобедренного и голеностопного суставов. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса, исправление осанки. Экзерсис у станка. Demi plie по V позиции, grand plie по V позиции. Battements fondus. Battement tendu по V позиции, battement tendu jete по V позиции, grand battement jete. Demi и rond de jumb parter (en dehors, en dedans); plie – releve et rond de jambe на 45 градусов en face, позже – из позы в позу. Battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол и на 45 градусов на всей стопе. С подъемом на полупальцы. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi plie. Et battements double – frappes с releve на полупальцы в demi plie en face и в разных позах. Battements soutenus на 90 градусов во всех направлениях и позах. Petits battements sur le cou-de-pied, cu-de-pie: бхвратное и условное. Releve lent. Flic-flac en face. Grand battements jete developpes («мягкие» battements). Grand battements jete passe par terre (через I позицию) с окончанием на носок вперед или назад en face и в разные позы. Экзерсис на середине зала. Движения, изученные у станка, переносятся на середину зала. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans по 1/8, 1/4, и 1/2 крyга. Battements tendus jete en tournant en dehors et en dedans по 1/8, 1/4 крyга. Rond de jambe par terre en tournant en dehors et en dedans по 1/8, 1/4 и 1/2 крyга. Temps lie на 90 градусов с переходом на всю стопу. port de bras; Pas de bourree dessus-dessous en face. port de bras; Pas de bourree de cote носком в пол и под 45 градусов. Pas de bourree ballotee на effecce et crasee носком в пол и под 45 градусов. Pas jete fondus с передвижением вперед и назад. Preparation к pironette en dehors et en dedans с V, IV и II позиции. Pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций. Allegro. Petit et grand changement de pieds с продвижением вперед, в сторону, назад и en tournant по 1/8 и 1/4 оборота, позже – по 1/2 оборота. Pas echappe на II и IV et tournant по 1/4, 1/2 оборота. Pas assemble с продвижением en face и в разных позах. Petit pas jete с продвижением в разных направлениях. Pas double assemble. Pas assemble с продвижением и с использованием приемов pas glissade, coupe – шаг. Pas emboites вперед и назад. Grand sissoune ouverte во всех позах. Движения отдельными частями тела (центрами). Упражнения stretch-характера. Движения изолированных центров. Соединение движений одного центра с шагами. Проучивание flat back вперед из положения стоя. Взаимосвязь дыхания и движения. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя. Акробатические элементы: выход на большой мостик из положения стоя; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекаты. Кросс. Шоссе. Падеша. Grand batman с двумя шагами по диагонали. Подготовка к пируэтам, Пируэты. Трехшаговые повороты.

Раздел II. Азбука музыкальной грамоты

Теория: Музыкальное оформление занятия: у станка, на середине зала. Отличительные черты музыкального сопровождения. Общий характер музыки – темп. Динамические оттенки. Строение музыкальной речи, метроритм.

Практика: Движения в различных темпах. Умение сохранять заданный темп, ускорять и замедлять его вместе с музыкой. Сохранять темп после временного прекращения музыки. Движения с различной амплитудой, разной силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков музыкального сопровождения. Воспринимать сильную и слабую долю на слух, отмечая в движениях сильную долю, а также на слух определять музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4, осознанно выполняя движения в этих размерах.

Раздел III. Общая физическая подготовка

Теория: Средства для борьбы с переутомлением в хореографии и других видах физической деятельности. Контроль дыхания. Разделение дыхательного цикла на три части. Пространственная ориентация, понятие геометрии используемого помещения. Схема пространственного расположения танцевального зала. Положение корпуса, ног, рук, головы на середине зала. Определение положения en face, épaulement, croisé et effacé. Поня-

тие координации, как согласование движений всего организма. Оценочное восприятие пространства, себя в пространстве, кордебалетной группе и всех участников в пространстве. Устойчивость как основа исполнительского мастерства.

Практика: Упражнения на формирование и использование в практике трехфазного дыхания (двигательные задания, упражнения). Выдох на улыбке (длительность). Выдох - произносить различные звуки и их комбинации. Пауза. На выдохе произносить различные звуки и их комбинации. Применять трехфазное дыхание в привязке к движениям. Совместное выполнение дыхательных упражнений. Упражнения для увеличения подвижности и силы мышц тела. Балетный шаг, упражнения для выработки танцевального шага, развития гибкости тела. Прыжки. Мостики. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения на ориентировку в пространстве: повороты вправо, влево, движение по линии танца и против линии танца, движение по диагонали. Построения и перестроения: в колонну по одному, в пары и обратно, из колонны по два в колонну по четыре и обратно. Сужение и расширение круга. Свободное размещение в зале, «воротца».

Раздел IV. Артистизм – исполнительское мастерство – сценическая деятельность

Теория: Драма – Экспозиция - Завязка – ввод в действие. Развитие действия. Кульминация – наивысшая точка развития - вершина. Кульминационный рисунок. Смысловая и кульминационная точка. Развязка – финальная концовка (мгновенная и постепенная). Музыкально-пластический образ. Простые рисунки (линия, диагональ, круг, колонна, полукруг). Сложные рисунки – несколько простых (угол, крест, два круга, квадрат, шахматный порядок, две линии, несколько колонн). Основной и проходящий рисунок. Логическое развитие рисунка. Переход. Различные фазы творческого процесса. Самодисциплина.

Практика: Композиционные постановки с использованием различных рисунков, различного рода расположения и перемещения танцующих по площадке. Проработка типичных ошибок. Неоднократное повторение с опорой на партнеров. Создание единого ритма посредством особо организованных ритмо-пластических упражнений, игр, танцев. Танцевальные этюды, модульно-блочная работа. Показ, объяснения, привлечение детей к постановочной деятельности через этюдные работы. Неоднократные повторения поставленных номеров с указанием и исправлением допускаемых ошибок. Самостоятельная постановочная и исполнительская деятельность. Сценическая практика.

Открытое занятие

Практика: Демонстрация результата. Задания на импровизацию под заданную мелодию.

Планируемые результаты

- при выполнении танцевальных движений во время выполнении показательных выступлений или заданий педагога координирует и согласует движения рук и ног, легко двигается в указанном направлении, с нужной ноги, по необходимой траектории;
- исполняет изолированные движения тела, основанные на элементах современного и народного танца, соединяет их в комбинацию, проявляет желание экспериментировать в исполнении движения в разных танцевальных направлениях. (эстрадное, народное, современное);
- самостоятельно замечает допущенные ошибки в своей работе и исправляет их, способен изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом;
- демонстрирует усердие и стремление к достижению результата, готовность заниматься танцами;
- проявляет интерес к концертной деятельности, старателен, высказывает желание попасть в творческую концертную группу, интересуется возможностью публичных выступлений;
- имеет представление о динамике, длительности, тактах, музыкальной интонации, темпе, мелодии, музыкальном ритме, эмоционально отзывается на характер музыкального произведения, узнавая и называя;
- знают что неполный выдох приводит при физической нагрузке к утомлению, самостоятельно придумывают новые дыхательные упражнения по алгоритму, соблюдают правила

поведения и предупреждения травматизма во время занятий;

- синхронизирует свои движения с одним или несколькими партнерами;
- не испытывает затруднений в понимании своего места-роли в кордебалете, допуская ошибку, легко ее исправляет, движимый необходимостью синхронного исполнения с партнерами

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

№	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Режим работы
1	1-ый, 2-ой, 3-ий	216	36	108	3 раза в неделю по 2 часа, час – 45 минут, без перерыва, перерыв в момент отдыха

Условия реализации

Для реализации Программы необходимо:

- зал для занятий хореографией, оборудованный станком, зеркальной стенкой,
- раздевалка с индивидуальными шкафчиками или местами для хранения вещей,
- лавки, стулья, маты, зеркала, коврики,
- музыкальная аппаратура: аудиоколонки с встроенным усилителем, ноутбук,
- диски/USB-накопитель, зонтик, удочка, обруч, фонарики, гимнастические мячи и другие аксессуары для игр.
- индивидуальная специальная форма (шорты, майки, футболки, трико),
- индивидуальная обувь (балетки, чешки, джазовки, туфли).

Формы аттестации/контроля: наблюдение, выступления.

Оценочные материалы. Лист наблюдений. Карта личностного роста учащегося.

Методическое обеспечение

Базовый уровень обучения хореографии предполагает работу с детьми среднего школьного возраста, которые владеют определённым запасом танцевальной техники, первоначальной координацией движений, развито их внимание к восприятию нового материала и т.д. Однако есть свои трудности, особенно с мальчиками. По мере взросления они начинают больше увлекаться различными видами спорта, считая спорт более достойным для мужчины занятием, и с меньшим желанием занимаются на уроках хореографии. Учитывая эти сложности, необходимо поддерживать интерес детей к танцу, например, продолжать изучение танцев-игр или же, напротив, делать акцент на изучении танцевальных новинок, которые привлекают внимание детей этого возраста, вводить в уроки соревновательный момент, как можно активней включать в занятия элементы новой танцевальной техники. Привлекательным моментом являются короткие паузы для изучения основ актёрского мастерства – жестов и поз (пантомима). На основе знаний, полученных детьми на начальном уровне знакомства с хореографией, следует развить творческую фантазию детей, давать задания самостоятельно подготовить небольшие актёрские этюды. Знакомить детей с основными элементами актёрского мастерства – сценическим вниманием, воображением, понятием «предлагаемые обстоятельства». Хореографическая тренировка (экзерсис) – это достаточно длительный процесс выработки большого числа всё усложняющихся музыкально-двигательных навыков. Позы, положения, движения и их комбинации в различных вариантах – это новые для организма двигательные навыки, новая психологическая и физическая нагрузка. В процессе урока, для того чтобы дети отдыхали, проводится тренировка на внимание. Для развития звукового внимания предлагаются за-

дания определить шумы звуки внутри класса, за дверью в коридоре, и затем выделить из массы звуков именно те, которые присущи указанному месту.

Детское объединение организовано на базе Центра детского творчества. Учебные занятия проходят в приспособленном для хореографии помещении.

По результатам мониторинга уровня освоения программного материала детьми, корректируется недельная нагрузка на следующий за отчетным учебный год. Программный материал должен быть откорректирован для более оптимальной проработки тематических разделов обучающимися.

Основанная на здоровьесбережении, эта программа обеспечивает формирование у детей заинтересованного отношения к здоровому образу жизни.

Обучение строится на базе развивающих методик. Используемые методики направлены на раскрытие творческих задатков и способностей ребенка.

Результаты обучения оцениваются по показателям личностного роста ребенка: интеллектуального, эмоционального и творческого. В течение всех лет обучения дважды в год проводятся диагностические исследования по определению уровня развития специальных способностей учащихся.

Для отслеживания динамики освоения программы и анализа результатов учебной деятельности проводится мониторинг. Мониторинг осуществляется в течение всего учебного года и проводится в форме текущего контроля и диагностики (вводная – в сентябре-октябре, итоговая – в апреле). Степень владения программным материалом обучающимися оценивается через следующие формы: итоговое занятие, беседу, наблюдение, анализ результата и процесса детской деятельности.

Мониторинг предполагает отслеживание уровня сформированности у обучающихся теоретических знаний и практических умений работы. Форма фиксации мониторинговых результатов представлена в приложении (приложение 1).

Соблюдение санитарно-гигиенических норм (влажная уборка, режим проветривания, прочное закрепление конструкций) играют немаловажную роль в том, чтобы занятия и остальные виды хореографической деятельности проходили в комфортабельных для каждого ребенка условиях обязательно.

Форма организации образовательного процесса – очная.

Список литературы для педагога

1. Азбука классического танца [Текст]: Первые три года обучения / Н. П. Базарова, В. П. Мей ; [Вступ. статья В. Красовской] ; Ленингр. акад. ордена Трудового Красного Знамени хореогр. училище им. А. Я. Вагановой. - Ленинград ; Москва : Искусство, 1964. - 208 с. : ил.

2. Базарова, Н.П. Азбука классического танца [Текст]: учебник [для высших учебных заведений] / Н.П.Базарова, В.П. Мэй. – Санкт-Петербург:Искусство, 2006.

3. Буйлова, Л.Н. Дополнительное образование. Нормативные документы и акты. [Текст] / Л.Н. Буйлова, Г.П. Буданова. – Москва, 2008.

1. Ваганова, А.Я. Основы классического танца [Текст]: учебник [для высших учебных заведений] / А.Я. Ваганова. - СПб., 2000.

2. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца [Текст]: методика преподавания движений на середине зала / Г.П. Гусев. - М., 2011.

3. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца [Текст]: заметки хореографа / Дитмар Зайфферт, перевод В. Штакенберг. - СПб., 2013.

4. Клецова, О.Л. Программа по хореографии и ритмике для детей 6-10 лет, занимающихся в отделениях дополнительного образования [Текст] / О.Л. Клецова. - М., 2009.

5. Меншикова, Е.А. Специфика работы «детского» хореографа [Текст] // Вестник АРБ им. Вагановой. – 2007. -№2. - С.105-114.

6. Шарова, Н.И. Детский танец. [Текст] / Н.И. Шарова. - СПб., 2011.

Список источников для родителей

1. Horeograf.com - Все для хореографов и танцоров [Электронный ресурс]: сайт. - Режим доступа <http://www.horeograf.com> (дата обращения 13.02.2019).\
2. Секреты Терпсихоры – Авторский сайт Ольги Киенко [Электронный ресурс]: сайт. - Режим доступа: <https://secret-terpsihor.com.ua/2012-02-26-12-13-44.html>