

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»**

Рассмотрена методическим советом
МАУ ДО «ЦДТ»
Протокол №1
от «28» августа 2019 года

Утверждена педагогическим советом
МАУ ДО «ЦДТ»
Протокол №1
от «04» сентября 2019 года
Директор МАУ ДО «ЦДТ»
_____ О.Е. Жданова



**Общеобразовательная общеразвивающая
программа дополнительного образования
«ТАНЦЕВАТЬ МОГУТ ВСЕ»
(хореографический коллектив «Сударушка»)**

Возраст обучающихся: 7- 12 лет
Срок реализации – 5 лет

Составитель:
педагог дополнительного
образования:
Лопаева О.А.,
1 кв.категория

**Серовский городской округ
2019 год**

Пояснительная записка.

Одним из многих способов совершенствования души, тела, мысли, безусловно, можно считать хореографическую деятельность детей.

Занятия хореографическим искусством создают благоприятные условия для психического, физического и эстетического развития, для развития творческих способностей детей. Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость. Занятия хореографией способствуют формированию общей эстетической и танцевальной культуры, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию окружающего мира. Сильное, красивое тело способствует формированию духовно-сильного человека.

Занятия хореографическим искусством помогают также организовать свободное время детей и подростков, вовлекая их в прекрасный и удивительный мир танца, где, кроме эстетического наслаждения, обучающиеся получают богатый опыт совместной деятельности, решения возникающих проблем, общения (а общение, как известно, - ведущий вид взаимодействия людей и один из компонентов здорового образа жизни), учатся жить и работать с другими людьми, учатся познавать себя и окружающий мир.

«Танцевать могут все!» - программа танцевального коллектива «Сударушка» является художественной направленности.

Время реализации программы - 5 лет.

В основе программы лежат педагогические принципы:

- Развивающего и творческого образования и воспитания;
- Коллективной деятельности и раскрытия индивидуальности;
- Разновозрастного подхода;
- Непрерывности воспитания и обучения.

Образовательный процесс в коллективе строится в соответствии с возрастными физиологическими и психологическими особенностями детей.

Образовательная программа является художественной направленности и составлена в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Постановлением Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 г.Москва «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172 -14 санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Программа разработана педагогами хореографических коллективов Городского Дворца детского и юношеского творчества города Екатеринбурга педагогов –хореографов Гуслевой А.Г., Голишевой Е.М. и Першань О.Е. с внесением изменений и дополнений Лопаевой О.А., педагога дополнительного образования ЦДТ г.Серова, руководителя хореографического коллектива «Сударушка».

Особенностью программы является ее широкий возрастной диапазон (с 7 до 12 лет), а так же – более широкий спектр преподаваемых дисциплин, по сравнению с существующими аналогичными программами в области хореографического искусства.

Также в программу танцевального коллектива «Сударушка» вводится предмет «Современный танец», необходимость которого обусловлена современными тенденциями, увлечением молодежи музыкально-танцевальным жанром и целью развития художественного вкуса и понимания современного танцевального искусства у обучающихся.

По структуре программа делится на три уровня:

**1 уровень (1й год обучения)-Первые шаги в страну
«Хореография»**

**2 уровень (2-3 й год обучения)-« Мы танцуем от души».
«Здравствуй сцена!»**

3 уровень (4-5 й год обучения)- «Мы рады для вас танцевать!»

Программа построена таким образом, что материал, изученный на предыдущей ступени повторяется, углубляется и расширяется на последующей ступени.

Цель предлагаемой программы- развитие творческих способностей детей в процессе формирования культуры личности посредством хореографического искусства.

Задачами программы являются:

- Приобщение обучающихся к достоянию культуры, путем ознакомления с историей возникновения и развития танца;
- Ознакомление с основами музыкальной грамоты;
- Поэтапное овладение каждой возрастной группой классическим, народным и современным экзерсисом, воспитывающим верное ощущение красоты движений;
- Содействие правильному физическому развитию организма: выработке правильной и красивой осанки, укреплению всех групп мышц; укрепления психического и физического здоровья;
- Развитие мотивации к познанию и творчеству;
- Воспитание потребности в систематических занятиях, формирование устойчивого интереса к танцу;
- Закрепление полученных навыков в концертной деятельности;
- Формирования у воспитанников таких ценных качеств как адаптивность, инициативность, креативность, общительность,
- чувство собственного достоинства, ответственность в поступках,
- скромность, самокритичность, коллективизм.
- Взаимодействие педагога дополнительного образования с семьей.

Обучая детей искусству хореографии, мы не преследуем цели, обязательно каждого сделать хореографом. Главное, чтобы занятия доставляли

удовольствие, укрепляли здоровье воспитанника, улучшали его самочувствие, способствовали развитию творческих начал личности, что, конечно же, не исключает возможности впоследствии всерьез заняться хореографией. Заинтересованное, доброжелательное и деятельное участие педагога в самовоспитании подростка помогает ему поверить в свои силы, преодолеть кризисные явления и комплексы, характерные для данного возраста.

Формами контроля являются:

- Подведение итогов каждого занятия, оценка деятельности педагогом;
- Проведение занятия в форме просмотра работы всей группы; демонстрация танцевальных возможностей воспитанника; оценка пластической выразительности, музыкальности и артистизма исполнения;
- Проведение мониторинга по классическому, народному и современному танцу;
- проведение открытых занятий для родителей и педагогов **«Полюбуйтесь нами»;**
- проведение переводного урока из группы в группу **«Вот и стали мы на год взрослей»;**
- запись уроков и концертных выступлений на видеокамеру с последующим просмотром, обсуждением и анализом;
- участие в новогодних мероприятиях,
- смешанных концертах,
- праздничных мероприятиях ЦДТ,
- в городском Празднике Танца,
- в школах и домах Культуры участие в фестивалях, конкурсах.

Критериями оценки результатов обучения служит освоение комплексной программы по годам обучения, успешное участие в фестивалях и конкурсах, а так же создание стабильного коллектива, заинтересованности воспитанников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и коллективизма.

1-й уровень (один год обучения) « Первые шаги в страну «Хореография».

При умелом сочетании игровой и обучающей деятельности занятия хореографией становятся достаточно привлекательными. Похвала, подбадривание, различные виды поощрения просто необходимы на этапе знакомства с хореографическим искусством. Ведь все это радует детей ,и тогда они получают удовольствие от занятий. И лишь затем, постепенно и осторожно, следует вырабатывать убеждение ,что малоприятные иногда занятия, многократная отработка одного и того же движения крайне

необходимы для дальнейшего развития, для достижения основной цели. _Выполнение движений, которые приносят успех без каких либо особых усилий со стороны ребенка. Затем степень трудности упражнений должна постепенно возрастать. И только потом предлагаются движения, успешное выполнение которых гарантируется наличием настойчивости и выражения старания.

Отличительной чертой детей младшего школьного возраста является открытость, послушание и исполнительность. Безграничное доверие к взрослым делает этот возраст благоприятным для воспитания ребенка как личность. Учитывая это, педагог должен осознавать большую ответственность за каждое свое слово, суждение, действие.

Большое организующее значение принадлежит музыке, поэтому на первом этапе обучения первоочередной задачей является приобретение детьми координации слуховых и двигательных навыков. В процессе занятий двигательное чувство совершенствуется, и движения приводятся в соответствие с музыкальным сопровождением.

**Цель-адаптация детей к новым условиям, учреждению, группе;
развитие возможностей организма средствами танцевального искусства.**

Данная цель требует решения ряда задач:

- получение первичных знаний о танце, ознакомление с основами музыкального сопровождения;
- укрепление всех групп мышц;
- выработка координации слуховых и двигательных навыков;
- развитие внутренней собранности, внимания;
- выработка навыка работы в коллективе;
- выработка навыка общения в коллективе.

Первый год обучения:

Продолжительность занятия-2 часа (по 40 минут)

Количество занятий в неделю -2 раза.

Общее количество часов-144.

Выпускники 1-го уровня будут знать и понимать:

- взаимосвязь танца и музыки;
- терминологию партерного экзерсиса;
- названия основных танцевальных движений и элементов;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

будут уметь:

- различать музыкальные размеры, ритмы;
- определять основные рисунки, направления в танце;
- исполнять упражнения партерного экзерсиса;
- красиво и верно исполнять танцевальные элементы;
- координировать свои движения;
- работать в коллективе, ощущая себя частицей группы.

Учебно-тематический план

№	Название темы	Кол-во часов
	Первый год обучения	
1	Организационное занятие	2
2	Основы хореографической пластики и партерной гимнастики.	40
3	Основы движения танца	40
4	Танцевальные образы	20
5	Ориентация в пространстве	20
6	Активизация и развитие творческих способностей	18
7	Приглашаем вас на первый наш отчет	2
8	Вот и стали мы на год взрослей	2
	Итого:	144

Теория и практика в процессе занятия интегрированы.

Содержание курса.

Тема 1. Танцевать могут все

Организационное занятие :беседы по ТБ, ПДД,ПБ.

О важности занятий для развития художественного вкуса, Эстетического и физического развития детей. Беседы «Как учимся танцу?», «Кто такой концертмейстер?».

Форма для занятий. Труд-залог успеха.

Тема 2. Основы хореографической пластики и партерной гимнастики.

Мир хореографической пластики и гимнастики. Пластика-тренировка человеческого тела, гармонизация взаимодействий тела, разума, эмоций.

Владеть телом трудно. Урок-способ поддержания хорошей формы.

Основа терминологии. Изучение подготовительных положений-

Стоя, сидя, лежа; положения рук, положения ног.

Изучение упражнений сидя:

- упражнения для стоп (натяжение и сокращение стоп в не выворотном положении; натяжение и сокращение стоп в выворотном положении; попеременное натяжение и сокращение стоп; то же с головой; круговые движения стоп;

- наклоны корпуса к ногам(ноги вместе, стопы вытянуты, стопы сокращены; ноги в положении»лотос», колени на полу).

Силовые упражнения для мышц брюшного пресса, мышц ног:

- «Звездочка» (руки, ноги раскрыты в стороны);

- «уголок», «лучики», «горка».

Упражнения из положения лежа на спине:

- для натяжения мышц ног (маленькие броски на 25 градусов поочередно и двумя ногами; так же на 45 градусов, на 90 градусов;

так же с сокращенными стопами; броски на 90 градусов-поочередно и двумя ногами; разножка-поднимание двух ног вместе и разведение их в стороны и обратно в медленном темпе; то же в быстром темпе(резко);

- для выворотности в тазобедренном суставе (поочередно поднимаем колено и кладем в сторону, то же двумя ногами вместе)

- упражнения для мышц живота («уголок» из положения лежа).

Упражнения из положения лежа на животе:

- для силы мышц и гибкости спины (поднимание ног вместе и поочередно; поднимание плеч; упражнения «лодочка», «лягушка», «корзиночка», «плывущая лодочка».)

Упражнения на снятие напряжения и растяжки позвоночника (лежа на спине ноги за голову до пола; перекаты на спине, колени к груди)

Упражнения на растяжку (прямые и поперечные шпагаты).

Упражнения стоя: понятие «подтянутый» корпус; положения головы, повороты, наклоны, вращения.

Упражнения для плечевого пояса (поочередные поднимания и опускания плеч, то же двумя плечами вместе; вращательные движения плечами).

Упражнения на гибкость: наклоны, перегибы, скручивания корпуса.

Тема 3. Основные движения танца.

Бег (на полупальцах в продвижении и на месте с высоким коленом; он же с захлестыванием назад; он же, выбрасывая ноги вперед).

Прыжки (высокие на обеих ногах; поочередно с ноги на ногу, в повороте по четвертям.

ям). Подскоки, перескоки, проскоки, галоп (прямой, боковой).

Шаг польки.

Бег (на полупальцах в продвижении и на месте с высоким коленом; он же с захлестыванием назад; он же, выбрасывая ноги вперед).

Прыжки (высокие на обеих ногах; поочередно с ноги на ногу, в повороте по четвертям.

Приставные шаги (с приседанием ; в разных направлениях) , переменный шаг.

« Ковырялочка» (просто , с притопом.)

Тема 4. Танцевальные образы.

Исполнение выученных движений в различных характерах (лягушата, зайцы , бабочки, лисички ,и т.д.)

Тема 5. Ориентировка в пространстве.

Построение различных рисунков : круги , линии, « воротца », « звездочка», « змейка» , « улитка».

Тема 6 . Активизация и развитие творческих способностей детей.

Музыкальные загадки. Комбинации ; образно – ритмические , танцевально – игровые , сюжетно – ролевые этюды « ладошки», «грибы», «сапожки», «зайчики», «валенки»).

Тема 7 . Приглашаем вас на первый наш отчет .

Показ для родителей и педагогов ЦДТ итогового занятия. Экзерсис на середине (партерная гимнастика), элементы танцев, движений. Танцевальные комбинации.

Тема 8 . Вот и стали мы на год взрослей.

Контрольный концерт отчет за 2 полугодие; перевод в следующую группу.

Исполнение экзерсиса на середине.

Танцевальные комбинации.

Танцевальные игры и этюды.

уровень(2 – 3 год обучения)

« Мы танцуем от души»

« Здравствуй сцена !».

В возрасте 9-10 лет у ребенка обычно начинает формироваться потребность в достижении успехов (Немов Р.С.). Дети ,в частности ,начинают различать способности и прилагаемые усилия и понимать, что успех во многом зависит от старания. Дети уже вполне понимают , что дефицит способностей может быть компенсирован приложением усилий, осознают то, что оценивают и хвалят не столько за способности, сколько за прилагаемое старание. И это становится большим стимулом для самосовершенствования и надежной сознательной мотивационной основой для самовоспитания в коллективе.

Внимание воспитанников этой возрастной группы быстро притупляется, поэтому следует постоянно подкреплять логическое восприятие образом («журавлиный» «кошачий» шаг).

На данном уровне необходимо продолжить активную деятельность по развитию осанки и равновесия. Учитывая, что дети не могут долго стоять прямо, важно постепенно и последовательно вырабатывать позу прямохождения на основе выполнения различных упражнений,

Для развития чувства танцевального движения следует последовательно развивать различные виды координации, которые осваиваются на основе комбинации движений классического и народного танцев.

Занятия танцем требуют строгой периодичности и длительного учебного цикла, так как мышцы, связки,суставы человека медленно поддаются эволюции,поэтому занятия необходимо проводить не реже 3-х раз в неделю по 2 учебных часа.

Цель второго уровня- качественная подготовка к занятиям в танцевальном коллективе способных, хорошо развитых в физическом отношении детей, без отклонений в состоянии здоровья.

Данная цель требует решения следующих задач:

- дальнейшее расширение и углубление знаний по истории и развитию танца;
- овладение терминологией проученных движений;
- дальнейшее укрепление и развитие всех групп мышц;
- совершенствование основ хореографической пластики;
- овладение основами классического танца;
- знакомство с народным танцем;
- совершенствование навыка работы в коллективе;
- совершенствование навыка общения в коллективе.

2-й-3-й год обучения:

Продолжительность занятий-2 часа(40 минут)

Количество занятий в неделю-3 раза

Общее количество часов-216.

Выпускники 2-го уровня будут знать:

- основы хореографического искусства и традиции танцевального коллектива «Сударушка».
- терминологию партерного экзерсиса и основ классического экзерсиса;
- названия новых танцевальных движений и элементов;
- правила исполнения движений в паре.

будут уметь:

- различать сложные музыкальные ритмы и оттенки в музыке;
- использовать основные рисунки и направления в танце;
- исполнять движения выразительно, образно;
- самостоятельно импровизировать под предлагаемую музыку;
- самостоятельно исполнять законченные танцевальные композиции и танцы;
- создавать характер и образ посредством мимики, пластики, жеста;
- воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному описанию;
- ценить партнера по совместному творчеству.

Учебно – тематический план**2-ой год обучения
«Мы танцуем от души».**

№ п/п	Название темы	Кол-о часов
1.	Мир хореографии	2
2	Ориентация в пространстве	20
3	Партерная гимнастика	44
4	Постановка корпуса	12
5	Совершенствование основных движений и элементов танца	68
6	Музыкально-пространственные композиции	20
7	Активизация и развитие творческих способностей	30
8	Жизнь танца в музыке	16
9	Полюбуйтесь нами	2
10	Танцевальная ступенька	2
	Итого:	216

Теория и практика в процессе занятия интегрированы.

Содержание курса

(2-й уровень)

2-ой год обучения

Тема 1. Мир хореографии

Танец-прекрасный вид искусства. Истоки танца. Как через трудолюбие добиваться возможного для своего возраста мастерства? Развитие внутренней собранности и способности к волевым усилиям посредством систематических экзерсисов. Творческие победы на уроках хореографии.

Тема 2. Ориентация в пространстве.

Разнообразие композиционного рисунка : круги,линии,звездочки. Самостоятельный выбор рисунка. Продвижения в различных рисунках по одному , в паре, с построениями. Объемность рисунка и его выразительность. Знакомства с новыми рисунками (концентрические круги и т.д.)

Тема 3 . Партерная гимнастика.

Закрепление и совершенствование упражнений первого года обучения. Развитие у ребенка умений и навыков владения своим телом. Принцип контраста – напряжение и расслабление мышц. Повторение и совершенствование упражнений сидя. Совершенствование упражнений лежа на спине для растяжения мышц ног, для выворотности в тазобедренном суставе. Совершенствование упражнений лежа на животе для силы мышц спины, для гибкости спины («лодочка», «лягушка», «корзиночка», «плывущая лодочка»).

Тема 4. Постановка корпуса.

Постановка корпуса стоя,лежа .сидя. Изучение позиций ног (1,2,3,), подготовительные положения рук, позиции рук (1,2,3). Работа над выразительностью мышц лица .

Тема 5 . Совершенствование основных движений и элементов танца .

Название основных движений танца ,происхождение названия. Польшка по 3 и 6 позициям . Элементы русского танца: « ковырялочка», «припадания»,притопы, «веревочка», «гармошка», «моталочка», перескоки,подскоки. перескоки с ударом и т. д. Соединение элементов в комбинации , логические цепочки, положения партнеров в паре. Хлопки с мальчиками как элементы хлопущек, «мячик»-подготовка к присядкам.

Тема 6.Музыкально-пространственные композиции.

Восприятие музыкально-танцевального материала по словесному образу. Исполнение танцевальных движений по кругу, по прямой, вокруг себя (галоп,шаги,подскоки).

Тема 7. Активизация и развитие творческих способностей .

Образно-ритмические, танцевально-игровые, сюжетно-ролевые комбинации и этюды. Исполнение движений выразительно, образно в сочетании с темпом, характером и стилем музыкального произведения. Законченные композиции (массовые, парные, сольные, парно-массовые). Внимание и фантазия в танцевальных композициях.

Тема 8. Жизнь танца в музыке.

Беседы о взаимодействии танца и музыки, рассказы о композиторах, о народной музыке.

Музыкальные загадки, характеристика музыкальных образов.

Связь музыки с выразительным движением. Соответствие движений темпу, ритму, характеру музыки. Учимся реагировать на музыкальное вступление.

Тема 9. Полюбуйтесь нами.

Контрольное занятие (1 полугодие).

Экзерсис на середине.

Танцевальные элементы и этюды. Танцевальные игры.

Тема 10. Танцевальная ступенька.

Экзаменационный показ.

Экзерсис на середине.

Игры, этюды, элементы танцев.

Танцевальные комбинации.

**2-й уровень
3-й год обучения
«Здравствуй сцена!».**

№ п/п	Название темы	Кол-во часов
1	Танцевальный коллектив «Сударушка»-история и традиции.	2
2	Хореографическая пластика	14
3	Основы классического танца	58
4	Основы народного танца	24
5	Постановка хореографических композиций	46
6	Танцевальные импровизации	18
7	Здравствуй , сцена	30
8	Беседы о хореографии	4
9	Жизнь танца в музыке	16
10	Полюбуйтесь нами	2
11	Мечта сбывается	2
	Итого:	216

Теория и практика в процессе занятия интегрированы.

**Содержание курса
(2-й уровень)
3-ий год обучения**

Тема 1. Танцевальный коллектив «Сударушка».

История коллектива, знакомство с педагогами, лучшими участниками. Просмотр видеозаписей и фотографий концертов коллектива. Что нужно знать и как заниматься, чтобы стать танцором.

Тема 2. Хореографическая пластика.

Закрепление и совершенствование силы, мастерства в упражнениях второго года обучения. Тренинг пластики тела.

Сила и мастерство в упражнениях сидя. Выворотность, сила, гибкость в упражнениях лежа. Все виды шпагатов.

Тема 3. Основы классического танца.

Что такое классический танец? Когда и где он родился?

Терминология классического экзерсиса.

Постановка корпуса у станка и на середине.

Позиции ног у станка и на середине.

Позиции рук(1,2,3) и подготовительное положение.

Пор-де-бра для рук из позиции в позицию.

Экзерсис у станка.

Прыжки у палки и на середине по 1,2,3,6 позициям.

Тема 4. Основы народного танца.

Все народы танцуют в радости, в печали, в восторге. Народный танец и его особенности.

Образность терминологии народного танца.

Пор-де-бра в характере русского танца, поклоны.

Русский переменный ход, ход с каблука, дробный ход.

Изучение движений па-де баск, польки в характере белорусского танца, галопа, подскоков, соскоков.

Подготовка к вращениям.

Подготовка к присядкам. «Мячик».

Тема 5. Постановка хореографических композиций.

Музыкально-ритмические перестроения. Танцевальные комбинации.

Танцевальные этюды в характере русского и белорусского танцев.

Постановка законченного хореографического номера.

Тема 6. Танцевальные импровизации.

Импровизация – это сочинение в процессе исполнения.

Исполнение движений, выученных на занятиях, в своем варианте, в другой последовательности, видоизменение танцевальных элементов, сочинение новых танцевальных движений на основе ранее проученных и т. д.

Прослушивание музыки и создание танцевальных образов: «Времена года», «Явления природы», «Ежик резиновый», «Бабочки», «Здравствуй, солнышко!».

Преодоление скованности в атмосфере поиска и доверия, выработка силы воли.

Тема 7. Здравствуй сцена!

Сценическая площадка, сценическая одежда и оборудование сцены, поведение на сцене.

Разучивание танцевального текста («Полька», «В летний день»).

Работа над общей композицией номера.

Обработка манеры исполнения, эмоционального состояния.

Репетиция на сцене и освоение костюмов.

Концерты и впечатления.

Просмотр видеозаписи выступлений и обсуждение.

Тема 8. Беседы о хореографии.

Искусство танца. Рассказы из истории танца «Полька», «Вальс».

Детские танцевальные коллективы г. Серова.

Основы сценической культуры.

Тема 9. Жизнь танца в музыке.

Танцевальный характер музыки.

Ритм- источник танца. Музыкальная периодичность фраз, музыкальные размеры 4/4(марш), 2/4(полька, пляска и т. д)

Вслушивание в музыкальную ткань произведений различных жанров, вычленение метра и ритмического рисунка мелодии.

Учимся аритмично хлопать,выстукивать,разучиваемые различные комбинации хлопков и выстукиваний.

Пластический образ через музыкальное произведение.

Тема 10.Полюбуйтесь нами (1 полугодие).

Итоговое занятие.

Отчет о проделанной работе учащихся, демонстрация успехов для педагогов и родителей.

Тема 11.Мечта сбывается (2 полугодие)

Итоговое занятие и выступление на отчетном концерте танцевального коллектива «Сударушка».

3-й уровень (4- 5 й год обучения)

« Мы рады для вас танцевать !».

Как и в работе с воспитанниками 1 и 2 уровней, обучение и воспитание детей на 3 уровне строится с учетом физиологических и психологических особенностей.

В возрасте 10 – 12 лет у обучающихся замечаются нарушения ранее выработанных видов координации из-за неравномерного роста частей тела. С другой стороны, дети становятся выносливее в физическом отношении, что позволяет увеличить физическую нагрузку за счет количества повторов движений на занятиях и репетициях.

Раннее физическое развитие подростков 12-13 лет требует учитывать их стеснительность, щадить самолюбие,поощрять трудолюбие. Умственное и физическое развитие воспитанников позволяет педагогу углубить знания об основных движениях, возможно разъяснение законов движений, техники,музыкальной и танцевальной выразительности. Продолжаем обращать внимание на формирование осанки,техники исполнения, на воспитание культуры общения между партнерами.

Особое внимание педагогу следует относиться к выбору репертуара и манере исполнения, более активно влиять на развитие художественного вкуса и творческих способностей обучающихся.

Отличительной особенностью детей подросткового возраста является их тяга к общению со сверстниками и, как следствие этого , некоторая социально-психологическая изолированность от взрослых. Однако они очень нуждаются в помощи взрослых, хотя сами могут этого и не осознавать. В коллективе создана благоприятная возможность для межвозрастного общения детей и взрослых через совместный труд, что формирует у подростков чувство ответственности. Педагогическое руководство основано на равноправном , уважительном отношении и разумной опеке, что полностью исключает авторитарное управление со стороны взрослого.

В подростковом возрасте сильна тяга к самовоспитанию.Дети впервые начинают задумываться над возможностями интеллектуального и личностного самосовершенствования. Занятия в коллективе полезны тем , что являются хорошей школой для выработки необходимых качеств личности

Особенностью проведения занятий является то, что содержание предлагаемого материала не имеет четких границ. На одном занятии может идти изучение элементов классического и народного танцев, одновременно идет музыкальное развитие и музыкальное воспитание, решаются вопросы всестороннего развития обучающихся. В связи с этим, занятия в коллективе проходят в интегрированной форме, объединяющей теоретический материал и практику. Это объясняется тем, что введение теоретических понятий через практику способствует лучшему усвоению материала.

На занятиях в коллективе продолжается изучение классического танца. Изучая классический танец, дети учатся танцевать всем телом, добиваются гармоничности движений. Логика развития классических упражнений, обучение детей от простого к сложному, взаимосвязь движений расширяют диапазон выразительности, придают образность танцу и образности подчиняют всю технологию движений. На занятиях народным танцем дети овладевают танцевальной техникой: гибкостью и подвижностью корпуса, четкостью и красотой рисунка рук, остротой движения ног, точностью позиций, техникой вращения и т.д.

На занятиях народного танца продолжается работа над музыкальностью и актерской выразительностью, над умением передать в пластической форме национальный колорит.

Для осуществления концертной деятельности в коллективе большое внимание уделяется постановочной и репетиционной работе. Она дает возможность воплотить в жизнь замысел педагога, помогает исполнителям найти пути творческого решения замысла. Репетиционная работа учит детей искусству перевоплощения, достигаемого тренировкой всего психофизического аппарата танцовщика. Постановочная и репетиционная работа пронизывает весь учебно-воспитательный процесс, способствуя развитию творческой инициативы воспитанников, их воображения, умения передавать музыку и содержание образа движением. В программу вводится предмет «Современный танец», необходимость которого обусловлена современными тенденциями, увлечением молодежи музыкально-танцевальным жанром и целью развития художественного вкуса и понимания современного искусства у обучающихся.

Цель третьего уровня- образовательная деятельность, ориентированная на профессиональную подготовку и способствующая осознанию себя творческой личностью.

Данная цель требует решения ряда задач:

- получение углубленных знаний по хореографическому искусству;
- овладение основами мастерства танцора;
- формирование навыка самостоятельной подготовки к выступлениям;
- дальнейшее укрепление физического состояния обучающихся;
- воспитание трудолюбия, чуткого и уважительного отношения к товарищам и окружающим, бережного отношения к костюмам;
- умение применять полученные знания в своем творчестве, в быту.

4-й - 5-й год обучения

Продолжительность занятий - 2 часа (40 минут)

Количество занятий в неделю -3 раза

Общее количество часов – 216

Выпускники 3-го уровня будут знать :

- историю развития и современное состояние хореографического искусства;
- историю танцевального коллектива «Сударушка», его репертуар и выпускников ;
- профессиональные хореографические коллективы страны;
- самодеятельные детские хореографические коллективы города ;
- традиции народной хореографической культуры ;
- терминологию хореографического искусства;
- танцевальные жанры и стили современного танца;
- правила гигиены сценического костюма ;
- правила сценического поведения ;

будут уметь :

- исполнять движения и комбинации разделов программы;
- перевоплощаться ;
- хорошо координировать , гармонично владеть своим телом;
- самостоятельно развиваться физически , развивая костно-мышечный аппарат ;
- анализировать .сравнивать,обобщать увиденные танцевальные произведения, определять стиль и характер музыкального произведения;
- самостоятельно мыслить и творить в этюдах и танцевальных комбинациях ;
- исполнять основной концертный репертуар коллектива, активно участвуя в концертно-творческой деятельности коллектива;
- работать в коллективе, критически оценивать свое творчество и творчество своих товарищей, с уважением относиться к результатам их работы.

Учебно - тематический план

« Мы рады для вас танцевать !»

4-й год обучения

№ п/п	Название темы	Кол-во часов
1	Расширяем горизонт занятий хореографией	2
2	Классический экзерсис у станка	50
3	Классический экзерсис на середине	11
4	Allegro в классическом экзерсисе	50
5	Народный танец,его связь с музыкой	2
6	Народный экзерсис на середине зала	8
7	Движения русского танца	46
8	Движения белорусского танца	22
9	Постановка и репетиция танцев из репертуара коллектива « Сударушка».	25
	Итого:	216

5-й год обучения

1	Классический экзерсис у станка	45
2	Классический экзерсис на середине зала	24
3	Allegro в классическом экзерсисе	41
4	Народный экзерсис на середине зала	24
5	Движения русского танца	24
6	Направления современного танца,особенности танцевальных движений	2
7	Понятие о строении тела.Экзерсис современного танца	8
8	Развитие мышечного чувства и чувства ритма в современной хореографии	6
9	Знакомство с лексикой современных танцев	4
10	Современные комбинации и этюды	18
11	Постановка и репетиции танцев из репертуара танцевального коллектива «Сударушка»	20
	Итого :	216

Теория и практика в процессе обучения интегрированы.

Содержание курса

4-й год обучения

Тема 1.Расширяем горизонт занятий хореографией

Классический танец – одна из сложнейших форм танцевальной культуры. Экзерсис – не просто разминка, а комплекс упражнений ,отличающихся логикой и целесообразностью построения.

Выработка хореографической формы, развитие выворотности, гибкости, пластичности, танцевального шага,прыжка посредством элементов экзерсиса.

Тема 2. Классический экзерсис у станка

Методика работы мышц. Объяснение правил исполнения. Названия упражнений, перевод названия на русский язык. Постановка корпуса, позиции рук и ног.

Методика разучивания и исполнения каждого движения.

Разучивание *battement tendu*, *demi plie*, *demi rond de jambe par terre*, положение ноги на *cou-de-pied*, *battement tendu jete*, *battement frappe*, *releve* на полупальцах. *Battement releve lent* на 90 градусов, *grand battement jete*, *battement developpes*.

Перегибы корпуса. (Изучение и исполнение всех упражнений сначала лицом к станку и, по мере усвоения, держась одной рукой за палку).

Тема 3. Классический экзерсис на середине.

Методика работы мышц на середине класса. Экзерсис на середине (по мере усвоения упражнений у палки в той же последовательности и в том же темпе). Названия новых упражнений, разучиваемых на середине. Объяснение перевода. Изучение положения *epaulement*, *port de bras* (подготовительное, первое, третье) *pas balance*.,

Тема 4. Allegro - в классическом экзерсисе.

Что такое Allegro - основа всего танца.

Знакомство с общими правилами исполнения прыжков. Виды прыжков в классическом танце.

Знакомство с названиями прыжков и их перевод. Изучение методики выполнения каждого прыжка отдельно.

Исполнение *temps leve saute* по 1,2,5 позициям; *Changement de pieds*; *pas echarpe* на вторую позицию.

Название народного экзерсиса. Отличие народного экзерсиса от классического. Что такое постановка корпуса, рук, ног, головы в народном характере? В народном танце.

Тема 5. Народный танец, его связь с музыкой.

Истоки народного танца. Народный танец и музыка. Знакомство с терминологией народного экзерсиса.

Тема 6. Народный танец, экзерсис на середине зала.

Название народного экзерсиса. Отличие народного экзерсиса от классического. Что такое постановка корпуса, рук, ног, головы в народном характере? *Preparation* в народном танце.

Позиции ног и переводы ног из позиции в позицию. Позиции и положения рук. Различные *port-de bras* в определенном характере, перегибы корпуса. Подготовка к «веревочке», «веревочка».

Подготовительные движения к присядкам, хлопущкам.

Тема 7. Движения русского танца.

Развитие русского танца. Связь русского танца со всей историей народа, с его бытом и обычаями.

Медленные, плавные хороводы, лихие переплясы, величавость девичьей пляски, стремительность и удаль мужской пляски. Необходимость большой работы по изучению каждого движения.

Характер и манера исполнения каждого движения.

Знакомство с положениями и движениями рук в характере русского танца.

Изучение ходов (простого.переменного).Тренировка простых дробей.

«Моталочки», «ковырялочки», «молоточки». Знакомство с

хлопушками,присядками в характере русского танца.

Вращения вокруг себя на месте. Изучение поклонов в русском танце.

Тема 8. Движения белорусского танца.

Специфика и самобытность манеры исполнения белорусского танца.

Характер исполнения движений. Положения и движения рук. Основные движения белорусского танца «Бульба».

Рисунки и комбинации движений из танца «Бульба».

Тема 9. Постановка и репетиции танцев из репертуара танцевального коллектива «Сударушка».

Когда поставлены танцы в коллективе. Кто и как их исполнял. Просмотр видеозаписи исполнения. Характеристика манеры исполнения и особенности данной лексики. Разучивание лексики, хореографического рисунка танца «Русский лирический».

Разучивание лексики танца «Рилио».

Разучивание движений танца «Веселые зонтики».

Постановка новых номеров.

Репетиция в классе, на сцене.

Выступления в концертах.

5-й год обучения.

Тема 1. Классический экзерсис у станка.

Названия упражнений,перевод названия на русский язык.Методика разучивания движений.

Разучивание passé par terre,rond de jambe par terre en deors en dedans;battement ten du pour de pied, battement fondu, battement tendu jete pigue,grand plie по 1.2.3.5 позициям.Grand battement jete pigue,pas de bourre.

Тема 2. Классический экзерсис на середине зала.

Позиции рук и упражнения для рук. Позиции ног и упражнения для ног.Повороты корпуса из положения en face в epaulement и en fact обратно сочетая с port de bras.

Изучение позы классического танца:croisee, efface.

Temps lie перед,назад. Pas de bourre На середине. Arabesque – первый,второй.

Тема 3. Allegro в классическом экзерсисе.

Закрепление temps leve saute с handement de pieds; pas echarpe, сочетая плавный и четкий темпы.

Исполнение на один такт двух прыжков. Pas de bourre на 2 такта 2/4.
Комбинации из проученных прыжков.

Тема 4. Народный экзерсис на середине зала.

Роль народного танца в создании профессионального и современного танцев.
Усложнение переводов рук из позиции в позицию. Port de bras
русском и белорусском характера. Подготовка к вращениям на месте.
Подготовка к вращениям с продвижением по прямой. Присядки и хлопущки.

Тема 5. Движения русского танца.

Изучение хода по кругу (дробный, комбинированный).
Комбинации простых дробей на месте. Комбинации «моталочек»,
«ковырялочек». Комбинации прстных «хлопушек» в русском характере.
Комбинации простых присядок. «Веревочка» в характере русского танца.

Тема 6. Направления современного танца, особенности танцевальных движений.

Характеристика и сравнение стилей хип-хоп, рок-н-ролл, степ, модерн, фанк-рок, блюз и т.д.
Рассказ, показ и просмотр видеоматериалов. Взаимосвязь и отличие пластики тела в классическом и современном танцах.
Отличие исполнения движений народного и современного танца.

Тема 7. Понятие о строении тела. Экзерсис современного танца.

Анатомия тела. Своеобразие работы мышц, суставов и связок во время движения.
Проработка положения корпуса в современном танце: параллельно полу вперед; по диагонали; со смещенным центром тяжести.
Работа над положениями и движениями головы: повороты (с серединой, без середины); вращения (половинка спереди, половинка сзади, полный круг); выдвигание и втяжка параллельно полу; джаз-поворот. Изучение положений рук: параллельные; несимметричные; положение «джаз».
Проработка положений ног: параллельные позиции, выворотные позиции, комбинированные позиции. позиции с завернутой внутрь стопой.

Тема 8. Развитие мышечного чувства и чувства ритма в современной хореографии.

«Мышечное чувство». Как добиваться полного расслабления и хорошего напряжения мышц. Упражнения на расслабления и напряжения мышц: медленную и быструю вытяжку и втяжку мышц спины; синкопированный ритмический рисунок на хлопках и выстукиваниях ногами; расстановку музыкальных акцентов.

Тема 9. Знакомство с лексикой современных танцев.

Изучение специфики шагов, прогибов, вращений в танце «хип-хоп».
Прыжок, перескок, переходы в танце «реп». Основной ход, «тик», работа в

паре, броски в танце «рок-н-ролл». «Степ»-понятия «подушечка стопы», «флик-фляк».переход «подушечка-пятка».

Тема 10. Современные комбинации и этюды.

Разучивание комбинаций на прыжки (сочетание маленьких и больших прыжков).

Исполнение комбинаций движений рок-н-ролла.

Разучивание и исполнение этюдов «На детской площадке» и « С днем рождения!».

Тема 11 Перестановки и репетиции танцев из репертуара танцевального коллектива « Сударушка».

Когда поставлены танцы в коллективе. Их исполнители. Просмотр видеозаписи исполнения.

Характеристика манеры исполнения и особенностей данной лексики.

Разучивание лексики , хореографического рисунка танца «Кошки».

Разучивание лексики и хореографического рисунка танца « На привале».

Перестановка на новых исполнителей танца « Адриналин» и «Морячка».

Перечень учебно – методического обеспечения.

- Хореографический класс с зеркальным оформлением стен и станками.
- Фортепиано.
- Музыкальный центр.
- Видеокамера, фотоаппарат.
- Аппаратура для просмотра видеозаписей.
- Videотека,
- Аудиокассеты, CD диски.
- Альбомы фотографий.
- Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности.
- Нотно-методическая литература.
- Сценическая обувь для мальчиков и девочек.
- Костюмы для концертной программы.

Список литературы.

1. Бабаева И.А. Психология в понятиях, образах, переживаниях – М; Центр гуманитарного образования, 1996 г.
2. Базаров Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца.- Л.Искусство. Ленинградское отделение 1983г.
3. Балет; Энциклопедия, - М. Советская энциклопедия, 1981г.
4. Бриске И.Э. Ритмика и танец. – Челябинск, 1993г.
5. Боголябская А.С. Учебно – воспитательная работа в детских самодеятельных коллективах. – М. 1982г.
6. Бурменский Г.В. Слуцкий В.М. Одаренные дети. – М. Прогресс, 1991г.
7. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Спб; Союз, 1997г.
8. Гваттерини М. Учимся танцевать. Азбука балета. – М. 2001г.
9. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М. Искусство 1964г.
10. Зеньковский В.В. Психология детства. – М. Академия, 1996г.
11. Климов А.А. Основы русского народного танца. – М. Искусство. 1981г.
12. Князева О. Танцы Урала. – Свердловск, 1962г.
13. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца.- Л. Искусство. 1986г.
14. Котельникова Е.Г. Биомеханика хореографических упражнений – Л. ЛГИК. 1980г.
15. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология – М. 2001г.
16. Медведь Э.И. Эстетическое воспитание школьников в системе дополнительного образования. – М. 2002г.
17. Нарская Т.Б. Воспитание творческой личности средствами хореографии.- Челябинск. 1993г
18. Немов Р.С. Психология Кн2 – М. Гуманитарный центр ВЛАДОС. 1999г.
19. Слостенин В.А., Исаев И. Ф., Шиянов Е.Н. Общая педагогика. – М. Гуманитарный центр ВЛАДОС, 2003г.