

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города Новосибирска  
"Средняя общеобразовательная школа №215 имени Д.А. Бакурова"**

**МАОУ СОШ № 215**

Зам. директора по ВР

МАОУ СОШ № 215

 Черемных О.В.

31.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
По хореографии «Эйфория»**

Срок реализации программы: 1 года

Возраст обучающихся: 12-18 лет

Составитель:  
Горбунов Алексей Сергеевич  
Педагог дополнительного  
образования

г. Новосибирск  
2023

## Содержание

|  |    |
|--|----|
| Три направления: .....   | 4  |
| Каждое направление решает свои задачи: 1-2. Образовательно-воспитательное: ..... | 4  |
| Тематический план программы .....  | 20 |
| СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....   | 6  |
| Практические занятия: .....  | 6  |
| ТЕМА 2. ИЗУЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА .....                             | 7  |
| Практические занятия: .....  | 7  |
| ТЕМА 3. ИЗУЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ НАРОДНОГО ТАНЦА .....                                 | 11 |
| Практические занятия: .....  | 11 |
| ТЕМА 4. ИЗУЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА .....                              | 13 |
| Практические занятия: .....  | 13 |
| РАЗДЕЛ 2 УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА ТЕМА 1. МУЗЫКАЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ.....        | 14 |
| Практические занятия: .....  | 14 |
| ТЕМА 2. ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ .....  | 15 |
| Практические занятия: .....  | 15 |
| ТЕМА 3. ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ РЕПЕРТУАР .....   | 16 |
| Практические занятия: .....  | 17 |
| РАЗДЕЛ 3 АСПЕКТЫ ТВОРЧЕСКОГО ПРОЦЕССА.....                                       | 17 |
| Практические занятия: .....  | 18 |
| ТЕМА 2. КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ .....  | 18 |
| Практические занятия: .....  | 19 |
| ТЕМА 3. ОЗНАКОМИТЕЛЬНО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.....                         | 19 |
| Практические занятия: .....  | 19 |
| МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....   | 22 |
| ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ:.....   | 5  |
| Воспитанники по завершению обучения должны знать и уметь: .....                  | 24 |
| Список литературы: .....   | 24 |

## Пояснительная записка

*«Детский танец – это не только радость и веселье, это серьезное размышление над проблемами современной молодежи, темами добра и зла, поиска истины, любви к Родине.*

Программа дополнительного образования танцевального кружка модифицирована руководителем кружка Горбуновым А.С. в соответствии с особенностями её функционирования на базе МАОУ СОШ №215 им. Д. А. Бакурова, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка.

В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности.

*Танец – открывает для детей богатый мир добра, света, красоты, научит творческой преобразовательной деятельности.*

В процессе занятий музыкально-ритмическими движениями у детей развиваются музыкальный слух, память, внимание;

-воспитываются морально-волевые качества: ловкость, точность, быстрота, целеустремленность;

-вырабатываются такие свойства движения как мягкость, пружинистость, энергичность, пластичность; укрепляется организм ребенка, улучшается осанка. Музыкальный ритм способствует упорядочению движений и облегчает владение ими. При правильном отборе музыкально- ритмические движения укрепляют сердечные мышцы, улучшают кровообращение, дыхательные процессы, развивают мускулатуру.

Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка. Танцы создают эмоционального равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем (например, способствует их более облегченной адаптации). Обучение детей танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи.

Тренировка двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения хореографии, развивает многие физиологические функции

человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов.

**Хореография** – важный элемент культуры, она должна изучаться как в общеобразовательной, так и в коррекционной школе, как предмет образовательной области «Искусство» наравне с такими предметами, как музыка и изобразительное искусство.

Учащиеся во время обучения должны получить представления о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что КРАСОТА ТАНЦА – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация.

**Танец** – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела». Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности

**ЦЕЛЬ программы:** создание условий для творческого развития детей и социальной адаптации средствами хореографического искусства.

Учитывая, что занятия по ритмике и танцу являются дополнительной частью образовательной и коррекционно-развивающей работы в специальной (коррекционной) школе, можно выделить

### **Три направления:**

1. Образовательное.
2. Воспитательное.

**Каждое направление решает свои задачи:**

#### **1-2. Образовательно-воспитательное:**

- а) воспитание нравственных личностных качеств и эмоциональной отзывчивости, дисциплинированности, взаимопомощи, ответственности к заданию, самостоятельности, собранности и т. д.
- б) восприятие музыкальных образов и умение выразительно двигаться в соответствии с заданным или придуманным образом, что способствует развитию творческих способностей детей.

**Настоящая программа** составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития ребенка, уровня их знаний и умений. Имеет художественно-эстетическую направленность.

**Особенность данной программы** заключается в том, что это разновозрастные.

**Данная программа** относится к эстетическому циклу предметов (музыка, изобразительное искусство).

Данная программа рассчитана на 5 лет обучения.

Возрастная категория учащихся: 12-18 лет 5-11 классы.

Материал в программе расположен по степени нарастающей сложности, что способствует расширению круга знаний и умений учащихся.

Обучение предполагает индивидуальный подход к каждому ребенку.

Режим занятий 1 раз в неделю по 3 академических часа.

Программа включает ознакомление детей с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с укладом жизни народов, с красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодий.

Программа состоит из трех разделов, темы которых отображают творческий процесс в хореографическом коллективе. Методические рекомендации позволяют ориентироваться в педагогическом процессе хореографического класса, совершенствовать методы и формы в изучении хореографического материала. Требования к знаниям детей отображают дидактический принцип – от простого к сложному.

Программа для хореографического кружка «Палитра» опирается на новые технологии и методы обучения детей, строится на основе корректировки типовой программы, с учетом психолого-педагогических требований, направленных на развитие творческих способностей ребёнка в области познания искусства танца.

Программа разработана на основании документов: Закон РФ «Об образовании», «ФГОС второго поколения», «Концепция духовно-нравственного воспитания».

### **ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ:**

Правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;

1. Уметь тактировать руками размеры  $2/4, 4/4, 3/4$ ; чувствовать характер марша и передать его в шаге;
2. Знать движения: припадание, боковой шаг, шаг с притопом, «ковырялочку», выполнять подскоки, фигуру танца «до-за-до», исполнить переменный шаг;
3. Знать позиции ног и рук классического танца;
4. Знать определенные жесты, соответствующие движениям;
5. Знать танцевальные фигуры: круг, линия, колонна, ручеек, змейка;
6. Уметь изображать животных: волк, собака, корова, кошка, медведь, бабочки,

птицы;

7. Уметь их воспроизвести один-два танца по памяти, без помощи педагога.
8. Знать понятие темпа «медленно – быстро»;
9. Различать народные танцы от направлений современных танцев;
10. Боковым зрением контролировать синхронное исполнение в хореографической композиции;
11. Осознано подходить к выступлениям и эмоционально передавать выразительность танца;
12. Уметь исполнить три-четыре танца разной стилистической направленности.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **РАЗДЕЛ 1 УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ РАБОТА**

#### **ТЕМА 1. АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ**

Формирование правильной осанки, красивой походки. Развитие гибкости и пластичности. Воспитание силы и выносливости. Развитие ловкости, координации. Обогащение двигательного опыта многообразными видами движений. Построение танцевальных комбинаций на шаге и беге в различных рисунках. Ориентация детей в пространстве и времени, развитие музыкальности. Дальнейшее ритмическое воспитание на усложнении элементов танцевальных движений.

#### **Практические занятия:**

1. Наклоны головы вперед, назад, вправо, влево. Повороты головы направо и налево.
2. Разогрев мышц предплечья и лопаток: поднятие плеч вверх, опускание вниз, поочередное поднятие и опускание плеч.
3. Игра «Паровозик». Круговые движения плеч вперед и назад.
4. Работа кистей и пальцев рук (разбрызгиваем капельки воды, кошечка выпускает коготки, кошечка умывается и т.д.)
5. Махи руками в стороны, вперед. Круговые акцентированные движения рук вперед и назад (через паузу и подряд).
6. Наклоны корпуса вперед (с раскрытием рук в стороны) и в сторону (рука поднята над головой в III позицию).
7. Упражнение «Дровосек». Акцентированные наклоны корпуса вперед-вниз с руками, поднятыми над головой в «замке».
8. Приседания по I позиции с поворотом корпуса вправо-влево, чередующиеся с подъемом на полупальцы.

9.Игра «Семечко растет». Семечко весной пробивается из-под земли, вырастает и распускается колосок. Его обдувает легкий летний ветерок. С приходом осени ветер усиливается, колосок ломается. На зиму семечко вновь уходит в землю.

10. Наклоны корпуса вперед (с раскрытием рук в стороны) и в сторону (руки за юбочку).

11. Упражнение на развитие подвижности тазобедренного и коленного суставов. «Петушок расплясался»: поочередное поднятие ног вперед (вытянутый носок работающей ноги прижать к колену опорной ноги).

12. Понятие о plie и releve. «Едем» на лошадке (руки держат поводья) и осматриваем дорогу. Приседания по VI позиции, подъем на полупальцы.

13. Прыжки с хлопками в повороте (на 1/4 поворота) вправо и влево.

14. Прыжки с хлопками и с продвижением вперед и назад по определенному ритмическому рисунку. Например: 2 медленных хлопка + 3 быстрых хлопка и 2 прыжка через паузу + 3 прыжка подряд («Летка-Енка»).

15. Прыжки по линиям и по столбикам.

16. Удары стопой по VI позиции в характере русского танца (одинарные, тройные).

17. Понятие о вытянутой и сокращенной стопе. Поочередное открывание ног на носок вперед и в сторону. Упражнение «носок-каблук» в характере русского танца.

18. Понятие о прыжке. Прыжки по VI позиции. Сочетание прыжков с хлопками (4 хлопка + 4 прыжка).

19. Одинарные удары стопой по III позиции (на вытянутой ноге, с приседанием, с подскоком на опорной ноге).

20. «Гармошка» с продвижением вправо и влево и выносом ноги на каблук.

21. «Елочка» с продвижением вправо и влево.

22. «Ковырялочка» с тройным притопом.

23. Приставные шаги вперед, назад, вправо и влево (простые, с приседанием).

24. Работа рук с платочком (у девочек).

25. Игра на развитие внимания «Мячик».

## **ТЕМА 2. ИЗУЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА**

Классический танец как активное средство в создании правильной, балетной осанки. Исправление физических недостатков. Классический танец - основной пластический фундамент, способствующий развитию волевых качеств, двигательной памяти, ритмичности, музыкальности.

### **Практические занятия:**

элементы изучения и исполнения движений классического танца у

станка:

1. Позиции ног - I,II,III,IV (IV - как наиболее трудная, изучается последней).



2. Позиции рук: подготовительное положение I,II,III (изучаются на середине зала).
3. Demi-plies в I,II,III,V,и IV позициях (в IV исполняется).
4. Battements tendus:
  - а) с I позиции во всех направлениях; б) с demi-plies в I позиции во всех направлениях; в) с V позиции во всех направлениях; г) с опусканием пятки во II позицию с I и V позиции (double battements tendus или с "нажимом"); д) с demi-plie по II и IV позициям без перехода с опорной ноги с I и V позиций; е) passe par terre (проведение ноги вперед и назад через I позицию);
5. Понятие направлений en dehors et en dedans.
6. Demi-rond de jembe par terre en dehors et en dedans.
- 7 Battements tendus jete: а) с I и V позиций во всех направлениях; б) с demi-plies в I и V позициях во всех направлениях в) riques во всех направлениях; г) balancoir.
8. Положение ноги sur le cou-de-pied (обхватное, для исполнения battements frappes).
9. Battements frappes: а) носком в пол во всех направлениях; б) назад на 30 градусов во всех направлениях
10. Releves на полупальцы в I,II и V позициях с вытянутых ног и с demi-plies.
11. Battements tendus plie-soutenus I и V позиции во всех направлениях.
12. Preparation для rond de jembe par terre en dehors et en dedans.
13. Положение ноги для sur le cou-de-pied ("условное" для исполнения battements fondus).
14. Battements fondus: а) носком в пол, во всех направлениях; б) на 45 градусов во всех направлениях.
15. Battements soutenus: а) носком в пол, во всех направлениях; б) во всех направлениях на 45 градусов.
16. Petit battements sur le cou-de-pied (равномерной переноси ноги с акцентом вперед и назад).
17. Battements double frappes: а) носком в пол, во всех направлениях; б) на 30 градусов во всех направлениях.
18. Battements releve lents: а) на 45 градусов с I и V позиций во всех направлениях; б) на 90 градусов с I и V позиций во всех направлениях.
19. Grand plies в I,II и V позициях.
20. Grand battements jetes: а) с I и V позиций во всех направлениях; б) pointes, во всех направлениях.
21. Petit battements retires.
22. Flic со стороны II позиции вперед и назад на всей стопе.

23. Battements developpes во всех направлениях.
24. Подготовка к rond de jembe en lair.
25. Rond de jembe en lair на 45 градусов.
26. Pas tombe на месте, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
27. Pas coupe на всю стопу и с подъемом на полупальцы.
28. Pas de bourre simple (стоя лицом к станку).
- 29 Перегибание корпуса назад и в сторону (стоя лицом к станку).
- 30 Releve на полупальцы в позициях с demi-plie и вытянутых ног.
- 31 Полуповороты в V позиции на двух ногах с переменной ног на полупальцы, начиная с вытянутых ног и с demi-plie.

Элементы изучения и исполнения движений классического танца на середине зала:

1. Позиции рук, подготовительные положение I,II,III.
2. Поклон.
3. Положение epelement croise et efface.
4. Упражнения исполняются en fase и epelement.
5. Demi-plie по I,II позициям, en fase по V,IV позициям en fase.
6. Battements tendus: а) с I и V позиций во всех направлениях; б) с demi-plies в I и V позиции во всех направлениях; в) с опусканием пятки во II позицию; г) doubles с двойным опусканием пятки во II позицию. д) passe par terre (проведение ноги вперед и назад через I позицию); е) с demi-plies во II и IV позиции без перехода с опорной ноги и с переходом;
7. Battements tendus jetes: а) с I и V позиции во всех направлениях; б) с demi-plies в I и V позиции во всех направлениях; в) balancoir.
8. Demi rond et rond de jembe par terre dehors et en dedans.
9. Preparations для rond de jembe en dehors et en dedans.
10. Grand plie в I и II позиции en face, в V позиции en fase et epelement.
11. Battements frappes: а) носком в пол во всех направлениях; б) на 30 градусов во всех направлениях.
12. Battements double frappes: а) носком в пол во всех направлениях; б) на 30 градусов во всех направлениях.
13. Подготовка к rond de jembe en l air.
14. Battements tendus plie soutenus во всех направлениях en fase
15. Battements fondus: а) носком в пол во всех направлениях en fase; б) на 45 градусов во всех направлениях en fase.
16. Battements soutenus носком в пол, во всех направлениях en fase.
17. Battements releve lent всех направлениях en fase.
18. Battements developpes во всех направлениях en fase.

19. Grand battements jetes с I и V позиции во всех направлениях en fase.
20. Ports des bras работают только руки без наклона корпуса.
21. 1-е, 2-е ports de bras.
22. Releve на полупальцы в I, II, V позициях с demi-plie и с вытянутых ног
23. Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног, начиная с вытянутых ног и с demi-plie.
24. Pas de bourre simple en fase.

### **ТЕМА 3. ИЗУЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ НАРОДНОГО ТАНЦА**

Характеристика народного танца. Развитие танцевальности, выразительности исполнения. Принцип контрастности в народном танце. Грамотное распределение физической нагрузки. Характеристика манеры исполнения национального танца. Постановка корпуса в народном танце. Положения рук, корпуса головы и ног в народном танце

#### **Практические занятия:**

#### **ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА.**

##### Позиции рук:

Исходная позиция – руки опущены вдоль корпуса.

1. 1-я позиция – обе руки подняты вперед, локти свободны, кисти направлены вверх ладонями.

2. 2-я позиция – обе руки широко раскрыты в стороны, локти не напряжены, кисти направлены ладонями вверх.

3. 3-я позиция – в чистом виде 3-я позиция не характерна для русских танцев. В женском танце иногда обе руки поднимаются вверх, когда обыгрывается наверху платочек или через 3-ю позицию руки могут открываться во 2-ю позицию.

##### Положения рук:

1. Руки на поясе кулачками лежат на талии или всей ладонью.

2. Руки скрещены на груди, приближены к корпусу (у девушек) или отведены от корпуса.

3. Одна рука на талии, другая или открыта в сторону или поднята вверх.

4. Руки раскрыты в стороны от корпуса, но не до 2-й позиции.

##### Положение головы:

1. Прямо перед собой.
2. Повернута вправо или влево.
3. Наклон головы к правому или левому плечу.
4. В парах – голова повернута на партнера.

#### Позиции ног:

1. 1-я свободная позиция, выворотная.
2. 2-я свободная позиция, выворотная, параллельная.
3. 3-я свободная позиция, выворотная.
4. 4-я позиция, выворотная, параллельная.
5. 5-я позиция.
6. 6-я позиция прямая.

#### Положение стопы и подъема:

1. Подъем вытянут.
2. Подъем свободен.
3. Стопа сокращена, носок поднят вверх, нога на каблуке.

#### Положения в паре:

1. Девушка находится с правой стороны от партнера.
2. Руки «под крендель».
3. Двумя руками держатся друг за друга (лицом друг к другу), руки опущены или подняты.
4. Правая рука юноши лежит на талии у девушки сзади, в левой руке – левая рука девушки; у девушки правая рука свободно опущена вниз.
5. Лицом друг к другу: у юноши правая рука на талии у девушки, ее левая рука лежит на правом плече юноши, левой рукой юноша держит правую руку девушки (чуть вытянуты в сторону).
6. Положение рук «воротца».
7. Положение рук в «корзиночке».
8. Положение рук в «звездочках».
9. Простой шаг: шаг с каблука, шаркающий ход.
10. Переменный шаг – основной вид, с полуприседанием, с ударом ребром каблука, с ударом всей ступней, с подъемом на полупальцы, с каблука, с приставкой ноги.
11. Бег: основной вид, с подъемом коленей, с броском прямых ног.
12. Боковые ходы: «припадание», «переборы», «гармошка», «елочка».

13. Основные элементы дробей в русском народном танце: удары всей ступней, одинарные, с подскоками, двойные удары, удары ребром каблука, поочередные удары, с перескоками.

14. Сочетание ударов каблуками и полупальцами: дробная дорожка, дробь «в три ножки», ключи «простой», двойной.

15. Движения группы «веревочка»: простая (одинарная), с двойными ударами (двойная), с переступаниями вперед на всю стопу или ребро каблука.

16. Притопы, «маятник», «моталочки», «молоточки», «ковырялочки».

17. Вращение в русском танце: на месте и на полупальцах, на припадании, с подъемом на полупальцы обеих ног и на одной ноге, на подскоках, в беге, с дробями, в прыжке и т.д.

#### **ТЕМА 4. ИЗУЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА**

Элементы современных стилей танца: фанк, хип – хоп, модерн, джаз, балльные танцы, их характеристика. Демонстрация мастерства на сцене, выработка чувства ритма и коллективного танца.

##### **Практические занятия:**

Хип-хоп – базовые элементы:

1. Движения ног и корпуса – полуприсед с легким наклоном корпуса вперед.

2. bounce – покачивания вперед и назад, из стороны в сторону с легким приседанием ног;

3. ball change – шаги вперед и назад (одна стопа приземляется на пол, на другую делается небольшой прыжок);

4. sham rock – движение корпусом с разворотом стоп в противоположную сторону;

5. criss cross – на широко расставленных ногах исполняется прыжок, с приземлением на скрещенные ноги;

6. running man – бегущий человек.

Модерн-джаз танец – базовые элементы:

1. Движения и упражнения, заимствованные из классического танца;

2. Упражнения для развития подвижности позвоночника;
3. Упражнения свингового характера и упражнения для расслабления;
4. Понятие изоляции и координации ;
5. Упражнения на смену уровней;
6. Виды движений, которые использованы в адажио.

#### Бальные танцы:

1. Медленный вальс;
  - а) положение партнеров в паре в европейской программе;
  - б) закрытая перемена с правой и левой ноги;
  - в) правый и левый повороты;
  - г) натуральный спин поворот;
  - д) виск;
  - е) поступательное (синкопированное) шассе.
2. Веский вальс:
  - а) ритм венского вальса;
  - б) правый и левый повороты;
  - в) наклон корпуса.

## **РАЗДЕЛ 2 УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА**

### **ТЕМА 1. МУЗЫКАЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ**

Обучение детей восприятию музыки через акустически - вибрационную аппаратуру, понимать ритм, мелодию. Характеристика построения музыкального произведения (вступление, музыкальная фраза, заключение). Определение темпа, динамических оттенков музыки.

#### **Практические занятия:**

1. Понятие о музыкальном вступлении и заключении.
2. Определение и передача в движении характера музыки (веселая, грустная), темпа (медленный, быстрый), динамических оттенков (громко, тихо).
3. Определение музыкального размера (2/4 и 4/4). Выделение сильной доли каждого такта хлопком или ударом стопы по VI позиции. Исполнение

хлопками, притопами, шагами ритмических рисунков некоторых музыкальных произведений.

4. Определение жанра музыки (2/4 – полька, 4/4 – марш). Умение менять движения в зависимости от жанра музыкального произведения.

5. Игра «Музыкальный портрет». Развитие ассоциативного мышления. Какое животное может двигаться в характере музыкального произведения? (Зайчики, птички, лисички, медведь, мышки и т.д.) Показ услышанного в движении.

6. Игра «Сколько долей в такте?» Выделение сильной доли сильным хлопком (притопом), слабых долей – тихим хлопком. Определение количества сильных и слабых долей в такте (2/4 – 1 сильная доля и 1 слабая доля; 4/4 – 1 сильная доля и 3 слабых доли).

## **ТЕМА 2. ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ**

Изучение танцевальных элементов с продвижением по диагонали, по кругу, в повороте. Музыкальные игры, ставящие перед детьми задачи размещения на танцевальной площадке. Развитие навыка отображать характер музыкального произведения в движении. Воспитание творческой активности, ассоциативного мышления, пластической выразительности, выявление артистических способностей детей.

### **Практические занятия:**

1. Шаг с носка с продвижением по диагонали (руки на поясе), по кругу (взявшись за руки).

2. Бег от колена назад в продвижении по диагонали.

3. Понятие о поворотах вправо и влево (на притопах).

4. Умение встать в круг и двигаться по линии танца, двигаться «змейкой».

5. Игра «Кружочки и круг». Группа делится на 4 команды, которые строятся в углах зала кружочками лицом к центру круга, взявшись за руки. По команде педагога или музыкальному сигналу все дети выстраиваются в середине зала в общий круг.

6. Игра «Иголка, нитка, узелок». Дети выстраиваются в линию, взявшись за руки. «Иголка» (педагог, а позже – один из детей) движется «змейкой» по залу. «Нитка» (остальные участники) повторяют движения «иголки». В конце игры все исполняют рисунок «улитка», тем самым как бы «завязывая узелок».

7. Движение под музыку, передавая в движениях ее характер. Дети вначале прослушивают музыкальное произведение, а затем по заданию педагога показывают родившийся образ в движениях.

8. Игра «Кот и мыши». Один из детей – кошка («спит»). Остальные – мыши. Мыши собирают за щеки семечки и несут их в норку. По музыкальному сигналу кошка просыпается и ловит мышей.

9. Игра «Птицы и клетка». Дети делятся на 2 группы. 1 группа – клетка (дети становятся в круг, взявшись за руки и подняв их вверх), 2 группа – птицы (дети размещаются по залу за пределами клетки). Птицы под музыку летают через клетку. По музыкальному сигналу клетка закрывается (дети опускают руки вниз и приседают).

10. Мелкий шаг на полупальцах с продвижением по диагонали (руки на поясе), по кругу (взявшись за руки).

11. Галоп в продвижении вправо, влево и по диагонали с окончанием движения в *demi plié* (приседание).

12. Шаг с подскоком на опорной ноге (подготовка к подскокам) в продвижении по диагонали.

13. Подскоки на месте и с продвижением по диагонали.

14. Вальсовый шаг с полуповоротом вправо и влево (вправо и влево, по диагонали, по кругу).

15. Умение по музыкальному сигналу встать в круг, колонну, линию по окончании танцевальной импровизации на заданную тему..

16. Положения рук в парах («корзиночка», «лодочка», под руку и т.д.).

17. «Лошадки» (перескоки с ноги на ногу) с продвижением по диагонали в тройках.

18. Игра «Море волнуется». Дети распределяются по залу и под музыку имитируют движения волн. «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, фигура, например, балерины на месте замри!» - произносит преподаватель. Дети принимают позу и после музыкального вступления передают движениями заданный образ. Преподаватель выбирает лучшую фигуру, и этот ребенок становится ведущим.

### **ТЕМА 3. ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ РЕПЕРТУАР**

Построение танцевального репертуара в соответствии с физическими возможностями детей. Массовые танцы – как средство воспитания эмоциональности и выразительности ребенка, чувства коллективизма и культуры общения. Формирование умения и навыков ритмично двигаться под музыку, передавать в движении характер танца, динамику, темп и другие средства музыкальной выразительности. Инсценировка детских песен по их



содержанию. Разучивание танцевальных элементов на середине зала, в продвижении по кругу, диагонали, по линии вправо-влево, в повороте и т.д. Сочетание танцевальных элементов между собой. Составление и разучивание танцевальных комбинаций. Разучивание танцевальных номеров в соответствии с тематикой предстоящего утренника, и традиционных мероприятий в школе:

1. Праздничный концерт ко Дню учителя – 5 октября.
2. Осенний бал - октябрь.
3. День матери
4. «Новогодняя фантазия» - новогодние выступления на утренниках и праздниках – декабрь.
5. День защитников Отечества – 23 февраля.
6. Международный женский день – 8 Марта.
7. Майские праздники – 1 Мая, 9 Мая (День Победы).
8. Последний звонок - май

#### **Практические занятия:**

1. «Вальс»
2. «Мама»
3. «Танец дружбы»
4. «Танец снежинок»
5. «Полька»
6. Русский народный танец «Барыня»
7. «Пингвины»
8. Матросский танец «Яблочко»
9. «Вальс цветов»
10. «Ожившие куклы»
11. «Осетинский народный танец «Хонга»
12. «Прощальный вальс» (к выпускному балу).

### **РАЗДЕЛ 3 АСПЕКТЫ ТВОРЧЕСКОГО ПРОЦЕССА**

## **ТЕМА 1. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА**

Цель постановочной и репетиционной работы - эстетическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей детей, понимание содержательности танцевального образа. Задача педагога в процессе постановочной работы - воспитание детей в атмосфере творческой дисциплины, развитие активности и сознательности, ассоциативного мышления, пластической выразительности, выявление их артистических способностей. Значение возрастных, индивидуальных психофизических возможностей исполнителей хореографической постановки. Выбор танцевального репертуара коллектива строится с учетом воспитывающего и обучающего воздействия на личность ребенка.

### **Практические занятия:**

1. Выбрать музыкальное произведение для постановочной работы с учетом возрастных и психологических особенностей воспитанников в коллективе.
2. Составить план и программу хореографической постановки.
3. Охарактеризовать будущую постановку исполнителям (рассказать о жанре, структуре музыки, сюжете танца и т.д.).
4. Выбрать исполнителей, определить цели и задачи в постановочной работе.
5. Прослушать музыкальное произведение, проанализировать характер, темп, ритм, построение музыкальных фраз.
6. Выявить актерское мастерство исполнителей в работе над образом в танце.
7. Изучить лексический хореографический материал, соблюдая специфику практического показа.
8. Выучить композицию постановки, используя предварительную этюдную работу.
9. Провести репетиционную работу над хореографическим номером, используя методы и формы педагогической работы в хореографическом коллективе.

## **ТЕМА 2. КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

Главный критерий оценки танцевального мастерства - концертные выступления воспитанников. Характеристика поведения, эмоционального состояния ребенка во время концертного выступления. Творческий анализ

ошибок в синхронности исполнения. Значение для детей реакции зрителей на выступление. Цели и задачи: конкурсов, смотров, фестивалей, концертов, отчетных выступлений. Содержание и направленность, условия (положение), организационное руководство. Организация выступлений. Составление и создание программы концерта. Информация о работе коллектива, популяризация его творческих достижений. Обмен опытом между коллективами. Связь с родителями, общественностью. Проведение открытых уроков, творческих отчетов. Построение конкурса, концерта, фестиваля (открытие, основная часть, закрытие – награждения, гало-выступления). Конкурсные требования к музыкальному оформлению, сценографии хореографического номера. Состав участников, их возраст. Составление сметы материальных затрат на участие (проведение) ответственных мероприятий.

#### **Практические занятия:**

1. Проанализировать условия проведения конкурсов, фестивалей, отчетных выступлений;
2. Определить этапы подготовки ансамбля к творческому выступлению;
3. Определить значение популяризации творческого коллектива;
4. Ознакомиться с конкурсными требованиями музыкального оформления постановочных работ;
5. Подготовить примерную смету материальных затрат на проведение конкурса, фестиваля, смотра.

### **ТЕМА 3. ОЗНАКОМИТЕЛЬНО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ**

Воспитательная работа в хореографическом коллективе как сложный и многогранный процесс. Вовлечение ребенка в художественно - исполнительскую деятельность формирует его нравственно-эстетические качества. Индивидуальный и выборочный характер мероприятий. Характеристика организации и проведения внеклассных мероприятий, цели и задачи. Формирование у детей интерес к национальной культуре, народному творчеству, пониманию красоты окружающего мира.

#### **Практические занятия:**

1. Просмотр видеофильмов по хореографическому искусству: учебные уроки, семинары, конкурсные программы.

2. Организация и посещение концертных программ любительских и профессиональных коллективов г. Владикавказа.

3. Введение традиций: посвящение в хореографы, переход из младшей группы в старшую, преемственность в передаче хореографических номеров и т.д.

4. Творческие встречи с интересными людьми, хореографическими коллективами.

5. Подготовка и проведение совместных вечеров отдыха и праздников детей, родителей и руководителя коллектива.

6. Посещение художественных выставок картинной галереи.

7. Организация посещения краеведческого музея г. Владикавказа.

8. Организация и проведение отчетных концертов, участие в конкурсах и фестивалях.

9. Ознакомление с хореографическими произведениями, входящих в «Золотой фонд» танцевального искусства.

## Тематический план программы

| № раздела | Наименование раздела                           | Кол-во часов в неделю |
|-----------|--|-----------------------|
| Раздел 1  | <b><u>Учебно-тренировочная работа</u></b>      | 3                     |
|           | Тема 1. Азбука музыкального движения.          | 3                     |
|           | Тема 1. Азбука музыкального движения.          | 2                     |
|           | Тема 1. Азбука музыкального движения.          |                       |
|           | Тема 2. Изучение элементов классического танца | 3                     |
|           | Тема 2. Изучение элементов классического танца | 3                     |
|           | Тема 2. Изучение элементов классического танца | 3                     |
|           | Тема 3. Изучение элементов народного танца.    |                       |
|           | Тема 3. Изучение элементов народного танца     | 3                     |
|           | Тема 3. Изучение элементов народного танца     | 3                     |
|           |  | 3                     |
|           | Тема 4. Изучение элементов современного танца  |                       |
|           | Тема 4. Изучение элементов современного танца  | 3                     |
|           | Тема 4. Изучение элементов современного танца  | 3                     |
|           |  | 3                     |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <b>Раздел 2</b>                                   | <b><u>Учебно-воспитательная работа</u></b> |   |
|   | Тема 1. Музыкальное воспитание.            | 3 |
|   | Тема 1. Музыкальное воспитание.            | 3 |
|   | Тема 1. Музыкальное воспитание.            | 3 |
|   | Тема 1. Музыкальное воспитание.            | 2 |
|   | Тема 2. Танцевальная импровизация.         | 3 |
|   | Тема 2. Танцевальная импровизация.         | 3 |
|   | Тема 2. Танцевальная импровизация.         | 3 |
|   | Тема 2. Танцевальная импровизация.         | 3 |
|   | Тема 3. Танцевальный репертуар.            | 3 |
|   | Тема 3. Танцевальный репертуар.            | 3 |
|   | Тема 3. Танцевальный репертуар.            | 3 |
|   | Тема 3. Танцевальный репертуар.            | 3 |
| <b>Раздел 3</b>                                   | <b><u>Аспекты творческого процесса</u></b> |   |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 3 |
|   | Тема 1. Постановочная работа.              | 2 |
|   | Тема 2. Концертная деятельность.           | 1 |
|   | Тема 2. Концертная деятельность.           | 1 |
|   | Тема 2. Концертная деятельность.           | 1 |
| Тема 2. Концертная деятельность.                  | 1  |   |
| Тема 3. Ознакомительно-познавательные мероприятия | 1  |   |
| Тема 3. Ознакомительно-познавательные мероприятия | 1  |   |
| <b>Итого:</b>                                     | <b>108</b>                                 |   |

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Задача педагога дополнительного образования состоит в создании условий для полного раскрытия и реализации способностей детей. Это возможно при воспитании осознанного отношения к обучению: выразительному исполнению хореографической лексики и пониманию её образного значения. Для этого на занятиях используются в воспитательной работе формы и методы: обучающие, тренировочные занятия, постановочная работа, индивидуальные занятия, беседы по истории хореографического искусства, музыкальные занятия (прослушивание музыкального материала, беседы о музыке, музыкальные игры), неформальные мероприятия (посещение культурных мероприятий, досуг внутри коллектива), выступления на концертах и фестивалях. В хореографическом классе важными являются методы: словесный (объяснение, замечание); наглядный (личный показ педагога); практический (выполнение движений). Все занятия тесно взаимосвязаны, дополняют друг друга. Знания, умения и навыки, приобретенные на занятиях хореографией, находят широкое применение на других занятиях и уроках в школе. В процессе освоения программы на занятиях основными принципами являются: «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори».

Знакомство с хореографическим искусством рекомендуется начинать с беседы об истории танца, его происхождении и значении. Важным является ознакомление с основами музыкальной грамоты (характеристика ритма, темпа, музыкального размера), развитие образного мышления. Освоение элементов хореографической лексики должно происходить постепенно. От профессиональных знаний и практического опыта педагога во многом зависит обучение и воспитание детей в хореографическом классе. Педагог должен выбрать оптимальный режим работы в классе, опираясь на индивидуальные и возрастные особенности учащихся.

Необходимо выбирать хореографический лексический материал, который можно варьировать. Освоение танцев в быстром темпе, с достаточно сложной техникой исполнения, трудной координацией движений, происходит постепенно, по принципу «от простого к сложному». Увеличение темпа усложняет исполнительскую технику движения, обостряет чувство ритма.

Дети быстрее осваивают движение, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию, свойственная в детском возрасте, позволяет учащемуся «считывать» движения. Но необходимо также развивать способность самостоятельно выполнять задания. Анализируя ошибки детей, педагогу необходимо детально, конкретно и доступно объяснить способы их искоренения. Это приучает детей с большей ответственностью относиться к

заданиям и стремиться к творческому совершенствованию.

Параллельное изучение двух-трех танцев позволяет разнообразить занятие, переключает внимание и повышает интерес детей. Включение элементов соревнований и конкурсов на занятиях позволяют активизировать исполнительские возможности ребенка. Важно найти нужные слова, образные примеры, чтобы дети смогли приблизиться к смысловому и образному восприятию танца. Каждый ребенок минимум 2 раза в год должен принимать участие в школьных праздниках. Все критерии оценок необходимо систематизировать в диагностику физического состояния (гибкость, координация, растяжка, пластичность, ритмичность) и диагностику эмоционального состояния (концентрация внимания, эмоциональный зажим, выразительность, художественный вкус, актерскоемастерство).

Дети младшего возраста мыслят образами, и, в отличие от детей старшего возраста, они с трудом понимают логику закона построения и исполнения движений. Поэтому необходимо сформировать навыки на эмоциональном уровне, играя с ними в те или иные образы.

Дети среднего и старшего возраста способны осмыслить свои действия на занятиях. Их умение анализировать необходимо использовать и развивать. Объяснение педагога должно быть конкретным, что позволит сохранить темп урока. Необходимо обратить внимание на технику исполнения хореографической лексики, условий ее выполнения: какие мышцы и как надо правильно включить их в работу, как правильно перенести вес с ноги на ногу в движении и т.д. Когда усвоена техника, можно перейти и в область ощущений, ассоциаций.

Особое внимание следует уделять такому немаловажному фактору, как дыхание. Правильно поставленное дыхание имеет иногда решающее значение для освоения танцевальной техники танца.

Успешное выполнение всех рекомендаций для работы в хореографическом зале должно сочетаться с созданием психологического микроклимата. Педагог, свободно общаясь с учащимися на принципах содружества, сотворчества, общего интереса к делу, чутко реагирует на восприятие детей и, поддерживая общую атмосферу радости, интереса побуждает к творчеству. Педагог, приобретая опыт в работе, вырабатывает свою, индивидуальную манеру общения, которая позволяет мобилизовать внимание детей на занятиях.

В целях создания на занятиях положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

### **Воспитанники по завершению обучения должны знать и уметь:**

1. Уметь применять музыкально-танцевальные знания и навыки;
2. Уметь трудиться в художественном коллективе;
3. Знать ценность нравственного поведения в коллективе;
4. Уметь подчинять свои личные интересы деятельности коллектива (неподводить товарищей, заменять заболевших на выступлениях и репетициях);
5. Владеть основными элементами азбуки классического танца. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку.
6. Уметь различать танцевальные жанры: классический танец, русский танец, современные направления;
7. Уметь пользоваться знаниями в самостоятельном сочинении танцевальных миниатюр.

### **Форма итогового контроля:**

Контрольные и открытые занятия, показ танцевальных номеров на детских праздниках, конкурсах, фестивалях.

### **Список литературы:**

1. Антонюк С. Профилактика и коррекция дефектов осанки средствами оздоровительной и лечебной физической культуры. М., 1994.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2001
3. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг, 2004.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
5. Выютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. -Просвещение, 1991.
6. Гусев Г. Методика преподавания народного танца (танцевальные движения и комбинации на середине зала). М., 2003.
7. Детский музыкальный театр: программы, разработки занятий, рекомендации /авт.-сост. Е.Х.Афанасенко и др. — Волгоград: Учитель.
8. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. М., 2003.
9. Иванова О. Занимайтесь ритмической гимнастикой. М., 1988.
10. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. М., 2000.
11. Лисицкая Т.С. Хореография и танец [текст] /Т.С.Лисицкая. — М,1998.с.18-42.
12. Королева Л.А. — Волгоград: Учитель, 2009. -с.35-46.
13. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 1988. 14.Никитина Е.А. 23 февраля. Праздник доблести и отваги. Сценарии праздников для ДОУ. М., 2002.
15. Никитина Е.А. Поздравляем с женским днем! Сценарии праздников для ДОУ. М.,



16. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985.
17. Организация дополнительного образования в школе: планирование, программы, разработки занятий/авт.-сост. Н.А.Белибихина,
18. «Мир танца» Программа дополнительного образования, составленная Н. И. Седых, 2011 год.
19. Русский фольклор. Детские музыкальные праздники. Сборник. М., 1994.
20. Ткаченко Т., «Народные танцы», М., 1975.