

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением
отдельных предметов №104 г. Челябинска»**

Одобрена решением
Совета школы
(протокол №1
от «28» августа 2020г.)

Принята:
на педагогическом совете
(протокол №1
от «29» августа 2020 г)

Утверждена:
Приказ №78 п 6
от 01.09.2020.
Директор МАОУ "СОШ №104
г. Челябинска"
О.В. Петрова



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Магия танца»

Возраст детей:13-17лет
Срок реализации: 2 года

Педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
Дейстер Татьяна Владимировна

г. Челябинск

**Информационная карта образовательной
программы «Магия танца»**

Педагога дополнительного образования Дейстер Татьяны Владимировны

Тип программы: модифицированная

Образовательная область: искусство

Направленность деятельности: художественная

Способ освоения содержания образования: репродуктивный,
эвристический, творческий

Уровень освоения содержания образования: общекультурный

Уровень реализации программы: общее среднее образование

Форма реализации программы: групповая, индивидуальная

Продолжительность реализации программы: 2 года

СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел.....	3
Пояснительная записка:	
1.1. Нормативно - правовая база, на основе которой составлена программа.....	3
1.2. Цели и задачи курса: конкретизация целей и задач курса по годам, их обоснование.....	4
1.3. Направленность программы, её актуальность.....	6
1.4. Характеристика форм, методов, структуры занятий.....	7
1.5. Отличительные особенности.....	9
1.6. Результаты освоения программы.....	10
2. Содержательный раздел.....	12
2.1. Содержание образования.....	12
2.2. Тематическое планирование.....	24
3. Организационный раздел.....	30
3.1. Учебный план.....	30
3.2. Календарный учебный график.....	36
3.3. Система условий реализации программы.....	36
3.4. Методические и оценочные материалы.....	37
3.5. Учебно-методическая литература, рекомендуемая Министерством образования РФ.....	
Приложение	

1. Целевой раздел

1.1. Нормативно-правовая база:

Дополнительная образовательная программа составлена в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

- Конвенция ООН «О правах ребенка»
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред, от 27.06.2018) «Об образовании в Российской Федерации»
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р)
- Положение о дополнительном образовании обучающихся (далее – Положение) в МАОУ «СОШ № 104 г. Челябинска» (далее – Школа).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. №1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 №06-1844 «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»
- Программа развития МАОУ «СОШ №104 г. Челябинска»

1.2. Цели и задачи курса: конкретизация целей и задач по годам, их обоснование.

Цель 1 года обучения:

- Расширение диапазона практической деятельности. Физическое и эмоциональное развитие старших подростков через приобщение к современной хореографии как части мировой художественной культуры.
- Ранняя мотивация освоения специальности через хореографическую работу. Главной целью программы стало создание условий эффективного обучения и развития одаренных учащихся для дальнейшего получения профессионального образования в сфере искусства. Двигаясь к одной цели и решая одни стратегические задачи, каждое из направлений программы ранней профессиональной ориентации имеет ряд специфических особенностей.

Задачи:

1. Профессиональное самоопределение учащихся в области хореографического искусства, подготовка наиболее одаренных учащихся к поступлению в специализированные заведения.
2. Основными задачами программы являются развитие и воспитание личности, способной к творческой самореализации, а также оказание выпускнику профессиональной поддержки и психологической помощи в самоопределении и выборе будущей профессии. Ключевое значение программы определяется тем, что она реализует систему непрерывного художественного образования в условиях городского пространства.

Воспитательные:

- Воспитать у учащихся трудоспособность, ответственность, целеустремлённость в достижении конечных результатов, выносливость, укрепление нервной системы;
- Способствовать повышению у детей самооценки;
- Обогатить духовный мир ребёнка;
- Развить у учащихся способность преодолевать скованность, закреплённость, чувство быть в центре внимания;
- Повысить коммуникативную компетентность учащихся;

Развивающие:

- Развить и совершенствовать у учащихся: чувство ритма, хореографическую память, музыкальность, координацию движений, формирование технических навыков;
- Научить распределять физические силы в тренинге и концертной деятельности;
- Способствовать развитию артистизма и эмоциональной раскрепощённости средствами танцевального искусства;
- Развить навыки сценического поведения и исполнительства;

Обучающие:

- Познакомить учащихся с историей современного танца;
- Научить приёмам танцевальной техники и терминологии современного танца;
- Сформировать у учащихся навыки музыкально-пластического интонирования.

Цель 2 года обучения:

Углублённая хореографическая подготовка детей к дальнейшему обучению в колледжах и институтах.

Воспитательные:

Воспитать у учащихся ответственность за младших в коллективе;
Умение быть наставником;

Развивающие:

- Развить у учащихся творческую инициативу и способность к самовыражению в танцевальном творчестве;
- Развить способность к тому, чтобы учащиеся приобрели самостоятельные знания;
- Совершенствование физических возможностей.

Обучающие:

- Повысить своё профессиональное мастерство, чтобы движения приобрели выразительность и свободу;
- Научить сочинять простейшие комбинации к урокам;
- Научить основам сочинения танца

1.3. Направленность программы, её актуальность

В XXI веке, веке информационно-техническом, особое внимание уделяется духовному обогащению общества, которое невозможно без повышенного внимания педагогов к художественно-эстетическому воспитанию подрастающего поколения. Только посредством интеграции общего и дополнительного образования возможно развитие творчески активной личности, способной проявить себя в нестандартных условиях, гибко, самостоятельно использовать приобретённые знания в разнообразных жизненных ситуациях. Влияние искусства на развитие человека велико. Одним из самых древних искусств, является искусство танца, которое существует столько, сколько помнит себя человечество, танцуя и в радости и в беде. Поэтому никогда не пропадёт интерес к этому виду искусства.

Танец – это не только красивое движение, это ещё и эстетическое воспитание, что очень важно в подростковом возрасте. Он таит в себе огромное богатство для успешного художественного воспитания, сочетая в себе не только эмоциональную сторону искусства, принося радость исполнителю, и зрителю, но и раскрывает и растит духовные силы, воспитывая художественный вкус и любовь к прекрасному. Эстетическое воспитание осуществляется в комплексе с общим физическим развитием, развитием музыкальным и артистичным, воспитанием характера и формированием личности, что является приоритетным на сегодня в области образования и введения новых стандартов – ФГОС.

В современное время в системе образования РФ большое внимание уделяется работе с одаренными детьми. Программа построена таким образом, чтобы ребенок, имел возможность реализовать себя в полной мере, ориентирована на развитие творческой индивидуальности ребенка и воспитания бережного отношения к общечеловеческим ценностям в области танцевальной культуры. Дети в наше время зачастую оторваны от своих корней и образцов хореографии. На них обрушивается мощная волна развлекательной музыки, и зачастую низкого качества. Поэтому пропаганда подлинно мировоззренческого идеала, духовных традиций, связанных с преображением души, с поисками красоты, добра и правды, является приоритетным направлением в работе с растущим поколением. В обращении к народному творчеству, к народным корням и к шедеврам классического наследия заключается огромное воспитательное значение образования, поскольку оно является началом формирования основ подлинно культуры.

1.4. Характеристика форм, методов, структуры занятий

В данной программе предусмотрена интеграция различных видов танцев: классического танца, народно-сценического и современного танца.

Классический танец – это сценическое искусство, требующее многолетней подготовки, виртуозности движений, ежедневной шлифовки танцевальной техники.

Народно-сценический танец является одним из средств национального и патриотического воспитания ребенка, приобщение его истокам национальной культуры народов мира и необходимости возрождения традиций, и духовности русского танца. Помогает раскрепостить внутренние силы, дает выход спонтанному чувству танцевального движения, позволяет почувствовать свою эмоциональную принадлежность, развивает у детей положительные эмоции, радости бытия, обогащает танцевальный опыт разнообразием ритмов и пластики. Изучение данной дисциплины поможет учащимся ориентироваться в разнообразии жанров и форм народного искусства.

Современный танец (в данном случае модерн и джаз танец) очень востребован сегодня и занимает важное место в общей системе воспитания детей. Он способствует:

- раскрепощению тела;
- совершенствование двигательного аппарата;
- раскрытие индивидуальности;
- развитие абстрактного мышления, фантазии;
- создание атмосферы самовыражения и самореализации личности.

Серьезное внимание уделяется развитию творческого потенциала учащихся, репетиционно-постановочной работе, что должно способствовать созданию оригинального и содержательного репертуара, с включением в него номеров классического, народно-сценического, современного танцев. Данный курс даёт возможность способным ученикам поступать в профессиональные хореографические коллективы и продолжить своё образование на хореографических отделениях колледжей и институтов.

Основными методами, способствующими формированию навыков и умений, более лёгкому и быстрому усвоению содержания программы являются:

- метод объяснительно-иллюстративный или наглядный;
- репродуктивный (тренировка, репетиция);
- исследовательский (самостоятельный подбор и разбор материала);
- проблемный.

Для стимуляции деятельности учащихся необходимы такие методы:

поощрение, порицание, оценка, создание соревновательной ситуации, опора на положительные моменты, контроль, самооценка.

Основные формы организации занятий:

- урок-практикум (учебно-тренировочное занятие)
- урок теоретический (лекция, беседа, просмотр видео материала, поход в театр)
- урок контрольный
- урок открытый
- отчётный концерт
- конкурсы

Также участие в общешкольных, районных, городских мероприятиях.

Формы работы с детьми: групповые, индивидуальные.

1.5. Отличительные особенности

Успешно освоив основы классического, народного, историко-бытового танца, дети и их родители пожелали продолжить обучение в коллективе, при школе. Поэтому курс предполагает обучение детей подготовленных в области хореографии. Это дети возраста 14-17 лет.

Данная программа является модифицированной и составлена на основе многолетнего опыта известных педагогов-хореографов:

- Ваганова А.Я. «Основы классического танца», Л.: Искусство, 1980г.
- Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца», М.: Искусство, 1972г.
- Базарова Н.П. «Азбука классического танца», М., 1964г.
- Сердюков. В.П. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств. Москва, 1987г.
- Типовой программы по классическому танцу для хореографических отделений ДМШ и ДШИ, утвержденных Министерством культуры РФ, 2005г.

- Программы по народному танцу, автор Кучинская Жанна Дмитриевна. Дополнительная общеразвивающая программа по классическому, народно-характерному и современному танцу - одни из основных изучаемых дисциплин. Освоение этой программы поможет учащимся ориентироваться в разнообразии жанров и форм хореографического искусства, и позволит в будущем профессионально определиться. Знания, полученные при изучении этой программы, дают возможность учащимся продолжить обучение в средних и высших учебных заведениях этого профиля.

1.6. Результаты освоения программы

- Программа даёт возможность учащимся самоопределиться через реализацию творческих способностей, через создание собственного продукта (танец, танцевальная композиция) и подразумевает равные партнёрские отношения между обучающимися и педагогом;
- Комплексный подход к организации занятий с детьми обеспечивает укрепление их психического и физического здоровья, положительную социализацию ребёнка;
- Занятия по данной программе способствуют развитию таких качеств личности, как трудолюбие, самоконтроль, выносливость, терпение, самостоятельность, ответственность за результат своей деятельности.
- Учебные занятия и коллективные выступления с танцами перед зрителями воспитывают у учащихся чувство ответственности за общее дело, чувство дружбы и товарищества. Учащиеся знакомятся с жизнью, бытом, костюмом, музыкой, национальными особенностями не только русского народа, но и других народов мира.

Личностные результаты:

- Развить навыки культуры общения и поведения в социуме.
- Сформировать качества личности (волевых, эмоциональных и т.д.), необходимых для осознанного выбора профессии.
- Сформировать познавательные интересы, эмоционально-волевою сферу во время организации учебного процесса.

Метапредметные результаты:

- Овладеть навыками осознанного восприятия элементов хореографического языка, знаниями основных направлений, стилей, жанров в хореографическом искусстве, сформированы умения использовать полученные знания в практической деятельности;
- Сформировать начальные навыки репетиционно - концертной работы в качестве солиста и в коллективной творческой деятельности, их практическое применение.
- Сформировать умения использовать полученные знания в практической деятельности.

Предметные:

- Сформировать комплекс исполнительских знаний, умений и навыков, позволяющих использовать многообразные возможности в исполнении учащихся.
- Достигнуть уровень функциональной грамотности, необходимого для продолжения обучения в среднем специальном учебном заведении.

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание образования

Классический танец

1 год обучения

1. **Тема:** Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Правила поведения на занятиях, в учреждении.

Практика: : Элементы классического танца. Поклон.

2. **Тема:** Упражнения у палки: battement tendu с переходом по II поз., battement tendu с doubles piques, battement tendu jete balance, demi rond de jambe на 45*, bat.fondu на полу пальцы, bat.frappe на полу пальцы, bat.soutenus на полупальцы, маленькая и большая поза croisee и efface, повороты по V поз. от палки и к палке, bat. developpe, passé, grand bat.jete на 1/4, растяжка ног.

Теория: Правила исполнения, возможные ошибки: battement tendu с переходом по II поз., battement tendu с doubles piques, battement tendu jete balance, demi rond de jambe на 45*, bat.fondu на полу пальцы, bat.frappe на полу пальцы, bat.soutenus на полупальцы, маленькая и большая поза croisee и efface, повороты по V поз. от палки и к палке, bat. developpe, passé, grand bat.jete на 1/4, растяжка ног.

Практика: Проучивание: battement tendu с переходом по II поз., battement tendu с doubles piques, battement tendu jete balance, demi rond de jambe на 45*, bat.fondu на полу пальцы, bat.frappe на полу пальцы, bat.soutenus на полупальцы, маленькая и большая поза croisee и efface, повороты по V поз. от палки и к палке, bat. developpe, passé, grand bat.jete на 1/4, растяжка ног.

3. **Тема:** Упражнения на середине зала: temps lie par terr, III port de bras en fase, маленькая и большая поза croisee, efface, demi plié и gradn plié по IV поз. в epaulement, rond de jambe par terr, bat.fondu en fase, bat.frappe en fase, I arabesques, pas assemble, pas echange в IV поз., сценический sissone в I arabesques.

Теория: Правила исполнения, возможные ошибки: temps lie par terr, III port de bras en fase, маленькая и большая поза croisee, efface, demi plié и gradn plié по IV поз. в epaulement, rond de jambe par terr, bat.fondu en

fase, bat.frappe en fase, I arabesques, pas assemble, pas echange в IV поз., сценический sissone в I arabesques.

Практика: Проучивание: temps lie par terr, III port de bras en fase, маленкая и большая поза croisee, efface, demi plié и gradn plié по IV поз. в epaulement, rond de jambe par terr, bat.fondu en fase, bat.frappe en fase, I arabesques, pas assemble, pas echange в IV поз., сценический sissone в I arabesques.

4. **Тема:** Танцевальные движения: Танцевальные движения: pas de bourse с окончанием в epaulement, вальсовый правый поворот, левый поворот.

Теория: Правила исполнения, возможные ошибки: Танцевальные движения: pas de bourse с окончанием в epaulement, вальсовый правый поворот, левый поворот.

Практика: Проучивание: Танцевальные движения: pas de bourse с окончанием в epaulement, вальсовый правый поворот, левый поворот.

5. **Тема:** Постановочная работа: этюд, танец.

Теория: этюд, танец.

Практика: Этюдные и танцевальные композиции на элементах классического танца.

2 год обучения

1. **Тема:** Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Правила поведения на занятиях, в учреждении. Умение работать в коллективе.

Практика: Элементы классического танца. Поклон.

2. **Тема:** Упражнения у палки: battement tendu во всех мал.и бол.позах, battement tendu jete во всех мал. и бол.позах, rond de jambe на 45*, bat.doubles fondu , bat. doubles frappe, tur со II поз., petits bat. sur le cou-de-pied, bat. developpe с demi plie,bat.developpe на позы, grand bat.jete на позы.

Теория: Правила исполнения, возможные ошибки: battement tendu во всех мал.и бол.позах, battement tendu jete во всех мал. и бол.позах, rond de jambe на 45*, bat.doubles fondu , bat. doubles frappe, tur со II поз., petits bat. sur le cou-de-pied, bat. developpe с demi plie,bat.developpe на позы, grand bat.jete на позы.

Практика: Проучивание: battement tendu во всех мал.и бол.позах, battement tendu jete во всех мал. и бол.позах, rond de jambe на 45*, bat.doubles fondu , bat. doubles frappe, tur со II поз., petits bat. sur le cou-de-pied, bat. developpe с demi plie,bat.developpe на позы, grand bat.jete на позы.

3. **Тема:** Упражнения на середине зала: III port de bras в epaulement, bat.tendu на позы, bat.tandu jete на позы, полуповороты по V поз., II arabesques, bat.tandu на позы, bat.tendu pourlepie, bat.tendu jete на позы, bat.tendu jete с piques, bat.fondu на 45*, bat.frappe на 45*, grand bat.jete en fase, мал. и бол. поза ecarte, поворот по V поз, sissonne simpl en fase, pas echarpe с окончанием на одну ногу, сценический sissone во II arabesques.

Теория: Правила исполнения, возможные ошибки: III port de bras в epaulement, bat.tendu на позы, bat.tandu jete на позы, полуповороты по V поз., II arabesques, bat.tandu на позы, bat.tendu pourlepie, bat.tendu jete на позы, bat.tendu jete с piques, bat.fondu на 45*, bat.frappe на 45*, grand bat.jete en fase, мал. и бол. поза ecarte, поворот по V поз, sissonne simpl en fase, pas echarpe с окончанием на одну ногу, сценический sissone во II arabesques.

Практика: Проучивание: III port de bras в epaulement, bat.tendu на позы, bat.tandu jete на позы, полуповороты по V поз., II arabesques, bat.tandu на позы, bat.tendu pourlepie, bat.tendu jete на позы, bat.tendu jete с piques, bat.fondu на 45*, bat.frappe на 45*, grand bat.jete en fase, мал. и бол. поза ecarte, поворот по V поз, sissonne simpl en fase, pas echarpe с окончанием на одну ногу, сценический sissone во II arabesques.

4. **Тема:** Танцевальные движения: pas de bourse в повороте, petits pas chasse.

Теория: Правила исполнения, возможные ошибки: pas de bourse в повороте, petits pas chasse.

Практика: Проучивание: pas de bourse в повороте, petits pas chasse.

5. **Тема:** Постановочная работа: этюд, танец вальс.

Теория: этюд, танец вальс.

Практика: Этюдные и танцевальные композиции на элементах классического вальса.

Современный танец

1 год обучения

1. **Тема:** Вводное занятие «джаз, модерн». Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Происхождения джаза, модерна. Правила поведения на занятиях, в учреждении.

Практика: Разучивание простейших движений в стиле джаза, модерна.

2. **Тема:** Разогрев

Теория: Рассказ для чего нужен разогрев.

Практика: Различные танцевальные комбинации на разогрев в стиле джаза и модерна.

3. **Тема:** Упражнения на «Изоляцию».

Теория: Каждая часть корпуса образует свое собственное изолированное поле напряжения и центр движения.

Практика: Танцевальные комбинации с изоляцией определенной части тела.

4. **Тема:** Упражнения на «Координацию».

Теория: одновременно изолируются и активизируются несколько центров. Это является вершиной эстетики танца, т.к. посредством ее из отдельных изолированных движений возникает новый образ движения.

Практика: Танцевальные комбинации с упражнением координация.

5. Тема: Упражнения на «Кросс».

Теория: Упражнения на «Кросс».

Практика: Шаги с трамплинным сгибанием колена и kick ногой на 45° во всех направлениях и по квадрату

6. Тема: Движения roll-down и roll-up.

Теория: Наклон торса вперед, начиная с головы, тело как бы сворачивается в рулон и подъем торса после Ролл даун; Подъем начинается от поясницы и последней поднимается голова.

Практика: Разучивание простейших связок с движением roll-down и roll-up.

7. Тема: Движения на «Стрейчинг».

Теория: Движения на «Стрейчинг».

Практика: Группа упражнений связанная с растяжением мышц тела.

8. Тема: Упражнения на «Relax».

Теория: Необходимое для изоляции соотношение напряжения и расслабления в отдельных центрах.

Практика: Танцевальные комбинации на Упражнения «Relax».

9. Тема: Упражнения на «Release».

Теория: Растяжение от центра, может быть общим и изолированным.

Практика: Разучивание простейших связок с элементами «Release».

10. Тема: Упражнения на «Collapse».

Теория: позиция «Collapse» означает, что верхняя часть корпуса до талии вместе с головой более или менее наклонены вперед, колени также согнуты, таз может свободно выступать назад.

Практика: Разучивание простейших связок на «Collapse» .

2 год обучения

1. **Тема:** Вводное занятие «Джаз, модерн». Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Происхождения джаза и модерна. Правила поведения на занятиях, в учреждении.

Практика: Разучивание усложненных комбинаций.

2. **Тема:** Упражнение «Impulse»

Теория: Изолированный центр вовлекает в движение другой центр. Сначала движется один центр и только затем приводится в движение другой центр.

Практика: Танцевальные комбинации с элементами «Impulse».

3. **Тема:** Упражнение «Multiplication»

Теория: Это явление параллельной техники изоляции. Как при помощи изоляции корпус распадается на свои центры, так и при мультипликации «целостное простое движение» распадается на несколько движений

Практика: Разучивание усложненных связок с упражнением «Multiplication».

4. **Тема:** Упражнение «Shake».

Теория: Вызывается вращением лопаток.

Практика: Танцевальные комбинации с упражнением «Shake».

5. **Тема:** Упражнение «Droop».

Теория: Падение в расслабленном виде всего корпуса, либо его отдельных частей тела.

Практика: Танцевальные комбинации с движением «Droop».

6. Тема: Упражнение «Slides».

Теория: Ровное скольжение на нагруженной ноге или обеих ногах одновременно

Практика: Танцевальные комбинации с движением «Slides».

7. Тема: Упражнение «Walking turn».

Теория: Поворот с шагом.

Практика: 1. Одна нога при повороте не отрывается от пола. 2. Обе ноги в повороте отрываются от пола «Walking turn». – обе стопы в нейтральной позиции ног 1-й шаг – правая нога делает шаг вправо, 2-й шаг правой стопы с поворотом, левая стопа перекрещивается с правой с переносом тяжести на левую и тот час делается поворот на левой стопе..

8. Тема: Упражнение «Skipping turn».

Теория: Поворот с прыжком.

Практика: Шаг – правой ногой вправо, на ней подскок. Левая стопа ставится крестом перед правой и с поворотом идет подскок на левой ноге, шаг правой ногой и подскок или прыжок.

9. Тема: «Pivot turn».

Теория: Поворот на месте.

Практика: Обе ноги согнуты в коленях, правая нога – опорная, левая – рабочая – перед правым коленом. Верхняя часть корпуса в коллапсе, голова опущена к груди. Руки во 2-й поз., или перед грудью. Тур проводится вправо или влево, как в классике.

10. Тема: Упражнение «Air turn».

Теория: Поворот в воздухе.

Практика: Прыжок на одной ноге, прыжок с одной ноги на другую, отталкивание двумя ногами и приход на две ноги. Ноги в повороте согнуты

Народно-характерный танец

1 год обучения

Тема №1 «Танец – это душа народа»

Теория:

Показ видеоматериалов лучших танцевальных композиций из репертуара профессиональных коллективов России (ансамбль танца им.И.Моисеева, ансамбль танца «Берёзка»).

Правила техники безопасности на занятиях.

Практика:

Исполнение несложных этюдов, композиций.

Тема № 2. «Народно – характерный экзерсис»

Теория:

Понятие «Народно-характерный экзерсис». Правила и основные требования.

Практика:

- Plie по выворотным и не выворотным позициям (комбинации в разных характерах).
- Battement tendu с поворотом бедра (исполняется в сторону «каблучный с ковырялкой»).
- Flic-flac выворотно и из б позиции.
- Подготовка к «качалке» и «качалка».
- Battement fondu с demi rond de jamb на 45 градусов en dehors и en dedans.
- Подготовка к веревочке с прыжком.
- Bettment devloppe отрывистое с двойным ударом пятки опорной ноги.
- Grand battement jete с tombe-coupe.
- Por de brass в различных характерах лицом к палке и одной рукой за палку.

Тема № 4. «Русский танец»

Теория:

Виды и жанры русского танца.

Практика:

Усложнение этюдов на материале русского сценического танца.

Комбинация дробных движений.

«Веревоочки»

- с выносом ноги на каблук;
- в повороте.

«Вращения»

- с дробями;
- с выносом ноги на каблук.

Тема № 3. «Упражнение на середине зала»

Теория:

Правила выполнения движений на середине зала.

Практика:

Выполнение упражнений:

Проработка основных положений рук в танце.

- Port de bras (в испанском характере).
- Вращения по диагонали, по кругу в технике бега и подскоков.

Тема № 5. «Испанский народный танец»

Теория:

Характеристика танцевальной культуры Испании. Многообразие костюмов и «работающих» в танце деталей костюма (веер, шаль, юбка, костаньеты).

Практика:

Проучивание ходов и движений народного танца «Арагонская Хота».

- «Тренсадо» (разновидность «падебаска»).
- «Торнильо» (винт) – движение женского танца).
- «Пасо корте».
- «Ключ» - «Пасо корте» и медленный поворот.
- «Куэрда» (разновидность «Верёвочки»).
- «Родилья» - движение мужского танца.
- «Талон-пунта» (разновидность «Ковырялочки»).
- «Кабриола» - прыжки «след-в след».

«Постановочная работа»

Теория:

Характеристика материала, предлагаемого к постановке. Музыка. Костюм.

Практика:

Постановка.

- Танец русский «Реченька –река»
- Этюд испанский.

2 год обучения

Тема №1 «Танец хоровод»

Теория:

Показ видеоматериалов лучших танцевальных композиций из репертуара профессиональных коллективов России (ансамбль танца им.И.Моисеева, ансамбль танца «Берёзка»).

Правила техники безопасности на занятиях.

Практика:

Исполнение несложных этюдов, композиций.

Тема № 2. «Народно – характерный экзерсис»

Теория:

Хоровод – история и развитие. Особенности исполнения.

Практика:

- Plie по выворотным и не выворотным позициям (комбинации в разных характерах).
- Battement tendu с поворотом бедра (исполняется в сторону «каблучный с ковырялкой»).
- Flic-flac выворотно и из б позиции.
- Подготовка к «качалке» и «качалка».
- Battement fondu с demi rond de jamb на 45 градусов en dehors и en dedans.
- Подготовка к веревочке с прыжком.
- Bettment devloppe отрывистое с двойным ударом пятки опорной ноги.
- Grand battement jete с tombe-coupe.
- Por de brass в различных характерах лицом к палке и одной рукой за палку.

Тема № 2. «Русский танец»

Теория:

Виды и жанры русского танца. Хоровод и пляска.

Практика:

Ходы в хороводе, положение рук, основные фигуры: «восьмерка», «улитка», «улица», «ворота», «гребень» и др.

Усложнение этюдов на материале русского сценического танца.

Комбинация дробных движений.

«Веревочки»

- с выносом ноги на каблук;
- в повороте.

«Вращения»

- с дробями;
- с выносом ноги на каблук.

Тема № 3. «Упражнение на середине зала»

Теория:

Правила выполнения движений на середине зала.

Практика:

Выполнение упражнений:

Проработка основных положений рук в танце.

- Port de bras (в восточном характере).
- Вращения по диагонали, по кругу в технике бега и подскоков.
- Прыжки по диагонали

Тема № 5. «Ирландский танец»

Теория:

Характеристика танцевальной культуры Ирландии. Особенности ирландского танца. Многообразие костюмов.

Практика:

Проучивание ходов и движений народного танца «Кельтские грёзы».

- Аут (out) –высоко поднятая вверх прямая нога.
 - Антраша (от фр. «entrechat») – за один прыжок танцор совершает от двух и более скрещенных движений ногами в воздухе спереди назад.
 - Байсикл (bicycle, «велосипед») – в процессе прыжка движение ног танцора при этом напоминает движение ног при езде на велосипеде.
 - Браш (brush) –представляет собой движение вытянутой стопы снизу наверх на «кат» - напоминает смахивающие движения щеткой.
 - Джамп (jump, «прыжок») –прыжок
 - Джамп овер (jump over, leap) – высокий прыжок с зависанием в воздухе, которое достигается удержанием ноги спереди и резким поднятием задней
 - Клик (click) – степовой элемент,удар производится каблуками, где одна нога ударяет по другой.
 - Simple clicks (click 2-3) – простые элементарные клики
 - Променад (promenade step, «прогулочный шаг»)
 - Птичка (bird) –прыжок с высоко поднятой передней ногой, согнутой толчковой и с приземлением на нее же.
 - Сайд степ (side step, «боковой шаг») –шаги в сторону или вперед, совершаемые последовательно правой и левой ногой.
 - Свинг (swing) – имеет два значения:
1. Круговые вращения парами в кейли танцах

2. Сольный элемент, представляемый собой прыжок вверх с высокой поднятой согнутой ногой сзади.

- Слайд (slide иначе «tip&dawn») –скользящее движение, совершаемого вперед или в сторону с переступами.

- Тёрнс (turns) - общее название движений, где происходит поворот

Тема № 6. «Китайский танец».

Теория:

Характеристика танцевальной культуры Китая. Популярность народного в бытовой и профессиональной хореографии. Сценический костюм.

Практика:

Проучивание ходов и движений народного танца

- Port de bras (в китайском характере);

- «Скользющие» шаги (продвижение вперед и назад) с быстрым припаданием;

- мелкий бег с руками в характере и подачей корпуса вперед;

- положения рук;

- шаги с одновременной работой рук;

- полуповороты, винтовые повороты;

- «Аттетюды»;

- «Арабески»;

- шаги с пятки с пружинкой;

«Постановочная работа»

Теория:

Характеристика материала, предлагаемого к постановке. Музыка. Костюм.

Практика:

Постановки.

- Русский танец – хоровод
- Китайский танец
- Ирландский танец «Кельтские грёзы».

2.2 Тематическое планирование.

Классический танец.

1 год обучения.

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	0,5	1,5
2	Упражнения у палки: battement tendu с переходом по II поз., battement tendu с doubles piques, battement tendu jete balance, demi rond de jambe на 45*, bat.fondu на полу пальцы, bat.frappe на полу пальцы, bat.soutenus на полупальцы, маленькая и большая поза croisee и efface, повороты по V поз. от палки и к палке, bat. developpe, passé, grand bat.jete на 1/4, растяжка ног.	28	6	22
3	Упражнения на середине зала: temps lie par terr, III port de bras en fase, маленкая и большая поза croisee, efface, demi plié и grand plié по IV поз. в epaulement, rond de jambe par terr, bat.fondu en fase, bat.frappe en fase, I arabesques, pas assemble, pas echappe в IV поз., сценический sissone в I arabesques.	16	2	14
4	Танцевальные движения: pas de bourse с окончанием в epaulement, вальсовый правый поворот, левый поворот,	8	1	7
8	Всего:	54	9,5	44,5

2 год обучения.

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	0,5	1,5
2	Упражнения у палки: battement tendu во всех мал.и бол.позах, battement tendu jete во всех мал.и бол.позах, rond de jambe на 45*, bat.doubles fondu , bat. doubles frappe, tur со II поз., petits bat. sur le cou-de-pied, bat. developpe с demi plie, bat.developpe на позы, grand bat.jete на позы.	16	2	14
3	Упражнения на середине зала: III port de bras в epaulement, bat.tendu на позы, bat.tandu jete на позы, полуповороты по V поз., II arabesques, bat.tandu на позы, bat.tendu pourle pied, bat.tendu jete на позы, bat.tendu jete с piques, bat.fondu на 45*, bat.frappe на 45*, grand bat.jete en fase, мал. и бол. поза ecarte, поворот по V поз, sissonne simpl en fase, pas echarpe с окончанием на одну ногу, сценический sissone во II arabesques.	20	4	16
4	Танцевальные движения: pas de bourse в повороте, petits pas chasse.	6	1	5
8	Всего:	54	7,5	36,5

Народно-характерный танец.**1 год обучения.**

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1,5	1,5	
2	Народно - характерный экзерсис у палки.	16,5	3,5	13
3	Упражнения на середине зала. Русский танец.	19,5	1,5	18
4	Танцевальные движения: ирландский и китайский танец	15	1,5	13,5
5	Контрольный урок	1,5		1,5
6	Всего:	54	8	46

2 год обучения.

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1,5	1,5	
2	Народно - характерный экзерсис у палки.	16,5	3,5	13
3	Упражнения на середине зала	12	1,5	10,5
4	Танцевальные движения: ирландский и китайский танец	22,5	1,5	21
5	Контрольный урок	1,5		1,5
6	Всего:	54	8	46

Современный танец

1 год обучения.

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1,5	1,5	
2	Разогрев	4,5		4,5
3	Упражнения на «Изоляцию».	10,5		10,5
4	Упражнения на «Координацию»	3		3
5	Упражнения на «Кросс»	6		6
6	Движения roll-down и roll-up	4,5		4,5
7	Движения на «Стрейчинг»	7,5		7,5
8	Упражнения на «Relax»	4,5		4,5
9	Упражнения на «Release»	4,5		4,5
10	Упражнения на «Collapse»	6		6
11	Контрольный урок	1,5		1,5
	Всего:	54	1,5	52,5

2 год обучения.

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1,5	1,5	
2	Разогрев. Упражнение skip	3		3
3	Упреждение lunch	1,5		1,5
4	Упреждение jack	1,5		1,5
5	Упреждение gun	1,5		1,5
6	Упреждение tamba	3		3
7	Упреждение на равновесие	4,5		4,5
8	Растяжка мышц ног	3		3
9	Растяжка мышц рук	3		3
10	Растяжка мышц спины	3		3
11	Растяжка мышц живота	3		3
12	Махи ногой вверх	3		3
13	Упражнения для мышц бедра	12		12
14	Упражнения для ягодичной мышцы	6		6
15	Упражнения для икроножной мышцы	3		3
16	Контрольный урок	1,5		1,5
	Всего:	54	1,5	52,5

Постановка танцев, индивидуальная работа

1 год обучения.

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Танец «Реченька –река»	6		6
2	Танец «Снова в школу»	6		6
3	Танец «Девичьи мечты»	3		3
4	Индийский танец	9		9
5	Танец «Чёрная кошка»	6		6
6	Репетиции и выступления	9		9
7	Венгерский танец. Характеристика. Костюм.	15	1,5	13,5
	Всего:	54	1,5	52,5

2 год обучения.

№	Разделы, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Русский хоровод.	11	2	9
2	Ирландский танец.	10	1	9
3	Китайский танец.	13	1	12
6	Репетиции и выступления	2		2
	Всего:	54	4	32

3. Организационный раздел

3.1. Учебный план

1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Классический танец	54	9,5	44,5	<p>Сентябрь Нулевой срез. Определение физических способностей на данный момент.</p> <p>Октябрь, ноябрь Тренаж у палки и на середине зала. Проучивание новых движений, работа над методикой исполнения и эмоциональностью. Наблюдение.</p> <p>Декабрь Контрольный урок.</p> <p>Январь –март Повторение и усложнение движений, совершенствование исполнительского мастерства. Работа над ошибками. Наблюдение.</p> <p>Апрель Отчётный концерт.</p> <p>Май Контрольный урок</p>
1	Вводное занятие	2	0,5	1,5	
2	Упражнения у палки	28	6	22	
3	Упражнения на середине зала	16	2	14	
4	Танцевальные движения	8	1	7	
	Народно-характерный танец	54	8	46	<p>Сентябрь Нулевой срез. Определение физических способностей на данный момент.</p> <p>Октябрь, ноябрь Тренаж у палки и на середине зала.</p>
1	Вводное занятие.	1.5	1.5		

					Проучивание новых движений, работа над методикой исполнения и эмоциональностью. Наблюдение.
2	Народно - характерный экзерсис	16,5	3,5	13	Декабрь
3	Русский танец.	19,5	1,5	18	Открытый контрольный урок для родителей и педагогов.
4	Танцевальные движения: ирландский и китайский танец	15	1.5	13,5	Январь –март Повторение и усложнение движений, совершенствование исполнительского мастерства. Работа над ошибками. Наблюдение.
5	Контрольный урок	1.5		1.5	Апрель Отчётный концерт. Май Контрольный урок
	Современный танец	54	1,5	52,5	Сентябрь Нулевой срез. Определение физических способностей на данный момент.
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1,5	1,5		Октябрь, ноябрь Тренаж на середине зала. Проучивание новых движений, работа над методикой исполнения и эмоциональностью. Наблюдение.
2	Разогрев	4,5		4,5	Декабрь
3	Упражнения на «Изоляцию».	10,5		10,5	Контрольный урок.
4	Упражнения на «Координацию»	3		3	Январь –март
5	Упражнения на «Кросс»	6		6	Повторение и усложнение движений, совершенствование исполнительского мастерства. Работа над ошибками. Наблюдение.
6	Движения roll-down и roll-up	4,5		4,5	Апрель
7	Движения на «Стрейчинг»	7,5		7,5	Отчётный концерт.
8	Упражнения на «Relax»	4,5		4,5	

9	Упражнения на «Release»	4,5		4,5	Май Контрольный урок
10	Упражнения на «Collapse»	6		6	
11	Контрольный урок	1,5		1,5	
	Постановка танцев, индивидуальная работа	54	1.5	52.5	Сентябрь Повторение номеров Октябрь - декабрь Постановка новых номеров, репетиции, выступления, работа над эмоциональностью. Наблюдение. Контрольный урок. Январь –март Постановка новых номеров, репетиции, выступления, совершенствование исполнительского мастерства. Работа над ошибками. Наблюдение. Апрель Отчётный концерт. Май Репетиции, выступления
1	Танец «Реченька – река»	6		6	
2	Танец «Снова в школу»	6		6	
3	Танец «Девичьи мечты»	3		3	
4	Индийский танец	9		9	
5	Танец «Чёрная кошка»	6		6	
6	Репетиции и выступления	9		9	
7	Венгерский танец. Характеристика Костюм.	15	1.5	13,5	

2 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Классический танец	54	7,5	36,5	<p>Сентябрь Нулевой срез. Определение физических способностей на данный момент.</p> <p>Октябрь, ноябрь Тренаж у палки и на середине зала. Проучивание новых движений, работа над методикой исполнения и эмоциональностью. Наблюдение.</p> <p>Декабрь Контрольный урок.</p> <p>Январь –март Повторение и усложнение движений, совершенствование исполнительского мастерства. Работа над ошибками. Наблюдение.</p> <p>Апрель Отчётный концерт.</p> <p>Май Контрольный урок</p>
1	Вводное занятие	2	0,5	1,5	
1	Упражнения у палки	16	2	14	
2	Упражнения на середине зала	20	4	16	
3	Танцевальные движения	6	1	5	
	Народно-характерный танец	54	8	46	<p>Сентябрь Нулевой срез. Определение физических способностей на данный момент.</p> <p>Октябрь, ноябрь Тренаж у палки и на середине зала. Проучивание новых движений, работа над</p>
1	Вводное занятие.	1,5	1,5		

					методикой исполнения и эмоциональностью. Наблюдение.
2	Народно - характерный экзерсис у палки.	16,5	3,5	13	Декабрь Открытый контрольный урок для родителей и педагогов.
3	Упражнения на середине зала	12	1,5	10,5	Январь –март Повторение и усложнение движений, совершенствование исполнительского мастерства. Работа над ошибками. Наблюдение.
4	Танцевальные движения: ирландский и китайский танец	22,5	1,5	21	Апрель Отчётный концерт.
5	Контрольный урок	1.5		1.5	Май Контрольный урок
	Современный танец	54	1,5	52,5	Сентябрь Нулевой срез. Определение физических способностей на данный момент.
1	Вводное занятие.	1,5	1,5		Октябрь, ноябрь Тренаж на середине зала. Проучивание новых движений, работа над методикой исполнения и эмоциональностью. Наблюдение.
2	Разогрев. Упражнение skip	3		3	Декабрь Контрольный урок.
3	Упреждение lunch	1,5		1,5	Январь –март Повторение и усложнение движений, совершенствование
4	Упреждение jask	1,5		1,5	
5	Упреждение gun	1,5		1,5	
6	Упреждение tamba	3		3	
7	Упреждение на равновесие	4,5		4,5	
8	Растяжка мышц ног	3		3	

3.2. Календарный учебный график

Год обучения, номер группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения 1 группа	01.09.2018	31.05. 2019	36	108	162	3р. в неделю по1.5 ч.
2 год обучения 2 группа	01.09.2017	31.05.2019	36	108	162	3р. в неделю по 1.5ч.
Постановка танцев и инд.работа 1 группа	01.09.2018	31.05. 2019	36	36	54	1раз в неделю по1.5ч.
Постановка танцев и инд.работа 2 группа	01.09.2018	31.05. 2019	36	36	54	1раз в неделю по1.5ч.

3.3. Система условий реализации программ

Для того, чтобы обучающиеся усвоили необходимые знания и умения, немалую роль играет правильно оформленные кабинеты, где проводятся занятия. Для осуществления учебного процесса в кабинетах имеются инструкции по охране труда, правила поведения на занятиях, инструкция по противопожарной безопасности. Кабинеты соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям и нормам освещения и вентиляции помещения.

Инструменты и приспособления:

- хореографические станки;
- зеркальные стены;
- музыкальные центры;
- компьютеры.

Технические средства обеспечения:

- коврики;
- диски;
- DVD диски.

3.4. Методические и оценочные материалы

1. Дидактические материалы

№	Тема занятия	Дидактика
1.	Испанский танец	Сообщение на тему, план-конспект занятия, видео материал –концерт испанского ансамбля танца Fuego
2.	Танец фламенко	Сообщение на тему, презентация, видео материал - занятия, план-конспект занятия
3.	Классический танец. Вальс	план-конспект занятия видео материал – танец «Сказки Венского леса»
4.	Раздел экзерсис у станка	Методическая разработка серии учебных занятий по классическому танцу
5.	Современный танец	план-конспект занятия
6.	Морской танец	план-конспект занятия, опросник на проученный материал
7.	Индийский танец	Сообщение на тему, видео материал – танец «Индийская фантазия»
8.	Венгерский танец. Чардаш.	видео материал – танец «Чардаш», Ансамбль танца Легенда.
9.	Кавказский танец. Лезгинка	видео материал – Чеченский государственный ансамбль танца «Вайнах»

Критерии и нормы оценки учащихся:

При составлении критерия оценок все учащиеся могут быть условно разделены на две группы:

1. Учащиеся с хорошими хореографическими данными;
2. Учащиеся со средними хореографическими данными.

I группа:

«Отлично» - от 10-15 баллов

Предполагает хорошее репертуарное продвижение и качество исполнения. Количество и трудность композиций или комбинаций должно е

Качество

означает:

- понимание формы, жанра композиции, осмысленность исполнения;
- владение техническим мастерством, лёгкостью и точностью исполнения;
- выразительность исполнения, артистичность, сценическая выдержка.

В этих требованиях закладывается и возможность дальнейшего профессионального обучения учащихся.

«Хорошо» - 7-9 баллов

Репертуарное продвижение должно соответствовать классу, как и количество проходимого материала.

Допустимы более умеренные темпы, менее яркие выступления, но качество отработанных навыков и приемов должно быть обязательно.

Оценку «хорошо» может получить яркий ученик, выступивший менее удачно.

Снижается оценка за технические неточности, неуверенность исполнения.

«Удовлетворительно» - от 4-7 баллов

Недостаточное репертуарное продвижение (трудность композиции, комбинации). Погрешности в качестве исполнения: неровность, замедленная техника, зажатость, отсутствие пластики, выразительности.

Непонимание формы, жанра, характера исполняемой композиции или комбинации.

II группа:**«Отлично» - от 10-15 баллов**

Допускается более облегченный репертуар, разрешаются более спокойные темпы исполняемой композиции или комбинации, но качество исполнения должно соответствовать требованиям для 1-ой группы учащихся.

Особо нужно учитывать трудолюбие, заинтересованность ученика в занятиях, его понимание и его личный эмоциональный отклик на исполняемую композицию или комбинацию.

«Хорошо» - 7-9 баллов

Более легкий по объему материал, более доступный по содержанию, техническим задачам. Требования к качеству исполнения и отработке навыков сохраняются, должно быть понимание характера композиции или комбинации.

«Удовлетворительно» - от 4-6 баллов

-облегченный репертуар;

-отсутствие эмоциональности и хореографического мышления, ошибки в техническом исполнении, плохая хореографическая память, нет заинтересованности.

В четвертной оценке учитывается качество домашней работы, заинтересованность и активное участие в концертно-конкурсной деятельности хореографического отделения:

- анализ успеваемости, отслеживания результатов (наблюдение, диагностика, тесты);
- контрольные уроки;
- зачёты;
- концерты – отчётные, общешкольные, районные, городские;
- конкурсы, фестивали различного уровня.

Критерии оценок на контрольном уроке:

1. «Отлично» (от 10-15 баллов):

Практика:

Безупречное исполнение комбинаций у станка, на середине класса, и композиций; понимание стиля, жанра, художественного образа. Владение навыками исполнения инструктивного материала в заданном варианте (темпе, динамике).

Теория:

Полный, точный ответ (показ) по заданному вопросу.

1. «Хорошо» (7-9 баллов):

Практика:

Хорошее исполнение комбинаций у палки, на середине класса, композиций и инструктивного материала с некоторыми техническими неточностями.

Теория: Неполный ответ (показ) по заданному вопросу.

2. «Удовлетворительно» (от 4-6 баллов):

Практика:

Исполнение комбинаций у палки, на середине класса, композиций и инструктивного материала с большими техническими неточностями.

Теория:

Плохой ответ (показ) по заданному вопросу.