Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования
«Нижнесергинский центр дополнительного образования детей»

Принято на методическом совете
Протокол от «13» декабря 2019 г. №2

Утверждаю
Директор МКУДО
Нижнесергинский ЦДОД
_____Малюков В. Ю.
«13» декабря 2019 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Арабески»

Возраст детей: 8-12 лет
Срок реализации: 5 лет

Составитель:

Педагог дополнительного образования
Мамай Ольга Петровна

г. Нижние Серги
2019 год

Пояснительная записка.

Цель дополнительного образования – создание условий для раскрытия и развития творческого потенциала детей на основе интересов и способностей; приобщение к социальным культурным ценностям.

Детский хореографический коллектив помогает гармоничному развитию личности ребенка. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают в нем художественный вкус. Общение с танцем учит слушать музыку, воспринимать её и оценивать. Танцевальные занятия развивают детей физически, укрепляют их здоровье: правильно развивают костно-мышечный аппарат, максимально исправляют нарушение осанки, формируют красивую фигуру. Занятие танцем хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и в целом повышают жизненный тонус ребенка.

Актуальность данной программы состоит в том, танец играет немаловажную роль в воспитании человека. Это связано с многогранностью танца, которая сочетается в компиляции средств музыкального, пластического, спортивно-физического и художественно-эстетического развития и образования. Потребность в музыкально-пластических занятиях ощущается уже с 6-летнего возраста, когда психофизический аппарат ребенка не только наиболее предрасположен для данного рода занятий, но и нуждается в них. Особое значение имеет развитие координации, профилактика природных недостатков (сутулость, плоскостопие и т.п.), укрепление мышц и связок. На укрепление физического здоровья и развитие творческих способностей детей средствами танца направлена данная программа.

Направленность программы «Эстрадный танец» по содержанию является художественно-эстетической; по функциональному предназначению–досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, кружковой.

Отличительной особенностью и новизной данной программы является то, что изменилась форма занятий. Используются нетрадиционные формы занятий: занятие-сказка; занятие-путешествие; занятие-концерт и др. Целесообразно проводить занятия для дошкольников в игровой форме. Используется в программе «рабочая

тетрадь» где ребенок сможет выполнять домашние задания и развиваться самостоятельно. По работе в тетради можно судить о заинтересованности ребенка искусством, его вкусом и эстетическим суждениям, уровнем творческих проявлений.

Цель образовательной программы:

- формирование приемов передачи художественного образа языком танца;
- культурно-эстетическое образование и развитие художественной активности;
- профессиональная ориентация в хореографии.

Вся деятельность хореографического коллектива направлена на решение задач воспитания и обучению танцу.

Задачи:

1. сформировать устойчивый интерес учащихся к танцу;
2. дать на каждой ступени комплекс знаний и умений по искусству танца с учетом индивидуальных особенностей ребёнка;
3. сформировать музыкальную культуру;
4. развить творческие способности;
5. закрепить полученные навыки в концертной деятельности;
6. развить физически и укрепить здоровье;
7. поддерживать интерес к хореографическому искусству.

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

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

Срок реализации программы: 5 лет ***по структуре программа делится на пять ступеней:***

1 ступень (первый год обучения) *– группы начальной хореографической подготовки. Группа 1-го года обучения комплектуются из детей 6-7 лет.*

Продолжительность занятия – 1 часа Количество занятий в неделю – 2. Общее количество часов в год – 72часа. Число обучающих –12- 15 человек.

2 ступень (второй год обучения) *комплектуются из детей 7-8лет. Продолжительность занятия – 1 час. Количество занятий в неделю – 2. Общее количество часов в год – 72 часа. Число обучающих – 10-12 человек.*

3 ступень (третий год обучения) – *группа комплектуется из детей 8-9 лет. Продолжительность занятия – 2 часа. Количество занятий в неделю – 2. Общее количество часов в год – 144 часа. Число обучающихся – 10-12 человек.*

4 ступень (четвертый год обучения) – *группа комплектуется из детей 9-10 лет. Продолжительность занятия – 2 часа. Количество занятий в неделю – 2. Общее количество часов в год – 144 часа. Число обучающихся – 10-12 человек.*

5 ступень (пятый год бучения) *- группа комплектуется из детей 10 – 11лет. Продолжительность занятия – 2 часа. Количество занятий в неделю – 2. Общее количество часов в год – 144 часа. Число обучающихся – 10-12 человек.*

Продолжительность занятия в подготовительной группе в 1-ой и 2-ой ступени сначала 30 минут, а затем 45 минут. Подготовительный год курс возможность правильно подойти к отбору детей для дальнейшего обучения, выявить их танцевальные способности. В группах основного курса занятия длятся 90 минут с 10-ти минутным перерывом.

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе детей: психология и физиология 6-7-летнего ребенка отличается от возможностей 8-9-летнего школьника; различаются также физические способности учащихся, танцевавших ранее и не имевших хореографической подготовки. Поэтому программой предусмотрены следующие **формы занятий:**

- групповые,
- подгрупповые,
- индивидуальные,
- репетиционные.

Дети, которые принимаются без начальной подготовки проходят просмотр по тестам готовности к хореографии (приложение 1). Данная программа предусматривает комплексное сочетание направлений хореографии и непрерывности обучения. Тем самым программа расширяет возможности

учебного процесса и позволяет ребенку поддерживать интерес через разнообразие видов деятельности.

Режим занятий:

Длительность вводной части занятия (подготовительной) составляет 20 мин. Основная часть длится 25 минут. Заключительная часть занятия проводится

10мин.– повторение и отработка, 10 мин. – разучивание элементов к танцу, 25мин.- постановка и репетиция танца.

Программа состоит из отдельных тематических блоков. На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

По временным и возрастным характеристикам образовательная программа выстроена по ступеням, взаимосвязь между собой: последующая ступень является развитием, совершенствованием предыдущей.

Занятия по программе имеют как теоретическую, так и практическую часть. Теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов, включает рассказы, беседы о мировых достижениях в области хореографии, в начале занятия или в виде объяснения перед выполнением хореографического упражнения и во время постановки номера с использованием практического показа и просмотры теле- и видеоматериалов с последующим обсуждением.

Кроме этого с малышами 6 летнего возраста активно проводятся танцевальные игры, с детьми средней и старшей ступеней - развивающие этюды и танцевальные композиции.

Предусматриваются также индивидуальные занятия, с неуспевающими и солистами, занятия небольшими группами, общие занятия всем составом коллектива, репетиционные занятия, концертную деятельность. Лицом коллектива является репертуар, его идейный и художественный уровень. При составлении репертуара учитывается ближние и дальние, перспективы творческой деятельности коллектива, учитывать потребности детей, интересы, их подготовленность к восприятию произведения.

При работе по данной программе педагог может корректировать учебный план каждой отдельной учебной группе для более дифференцированного подхода.

Для воспитанников дошкольного и младшего школьного возраста разработан подготовительный курс с учетом их психологического и физического развития. Необходимо заключение врача поликлиники об отсутствии противопоказаний к занятиям.

Методы обучения:

- словесные (рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.);
- наглядного восприятия (показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки);
- практические методы - основаны на активной деятельности самих учащихся;

Структура программы

Направление в хореографии « Ритмика и танец» предусматривает обучение ребенка танцу с 6 лет. Первая и вторая ступени – начальный этап развития и обучения танцу.

В «Ритмику и танец» входят следующие элементы и разделы учебного материала:

- Введение.

Знакомство детей и родителей с целями и задачами коллектива. Проведение бесед об этике.

- Подготовительные упражнения.

Набор физических упражнений в игровой форме, которые развивают и укрепляют опорно-двигательный аппарат, вырабатывают мышечную силу и выносливость. Создают эмоциональную психофизическую атмосферу.

- Упражнения для отдельных групп мышц и различных частей тела.

Игровая ритмика, упражнения на внимание, координацию, развитие мимики.

- Упражнение для развития музыкально-ритмического слуха.
- Партерная гимнастика.

Направлена на оздоровление организма, снимает нервно-мышечное напряжение, восстанавливает равновесие жизненной энергии, развивает хореографические данные.

- Элементы гимнастики.

Регулируют работу вестибулярного аппарата, координируют движения, развивают гибкость, ловкость, шаг.

- Развивающие игры.

Использование мяча для развития музыкальности, гибкости и ловкости рук; скакалки для развития прыжка, внимания, ловкости в игре «Рыбаки и рыбки».

- Упражнения для выработки силы, пластичности и выразительности рук.

- Танцевальные элементы и этюдные работы.

Знакомят детей с элементами танцевальных движений, их комбинацией, что позволяет эмоционально и творчески подойти к создаваемому образу.

Занятия проводятся в игровой форме. Структура занятий разработана в соответствии с требованиями физиологии и гигиены физических упражнений и обусловлена закономерностями работоспособности и утомляемости ребенка при физических нагрузках. Одна часть занятия переходит в другую. В занятия включаются беседы о танце, его красоте и выразительности, об обязательной согласованности движений, о значении музыки в искусстве хореографии, о танцевальной форме, дисциплине, гигиене и т.д.

В первой (подготовительной) части основная задача – подготовка ребенка к выполнению более сложных и интенсивных упражнений в последующей (основной) части занятия. Занятия начинаются на середине зала с упражнений на развитие всех групп мышц и исправления физических недостатков в тех формах и с той степенью технической сложности и нагрузки на мышечный аппарат, которые доступны детям.

После активной работы для отдыха дети садятся на пол, скрестив ноги «по-турецки». Проводятся упражнения для развития музыкально-ритмического слуха (ритмические хлопки без музыки и под музыку).

Во второй (основной) части занятия дети обучаются новым упражнениям, закрепляют старые. Используются упражнения со скакалкой. На развитие выносливости, прыжка, силы ног выполняются два-три упражнения. Одно – два упражнения выполняются для развития плечевого сустава. После скакалки дети садятся на коврики, сохраняя осанку при сидении.

Партерной гимнастики используются упражнения стретчинга, помогающие физиологическому развитию ребёнка. На каждом занятии дети делают девять-

десять упражнений, для равномерной нагрузки упражнения проводятся для всех групп мышц. За одно занятие дети делают два-три упражнения для мышц спины и развития стопы, одно упражнение для укрепления позвоночника и развития плечевого пояса. Приблизительно в течение минуты между упражнениями дети учатся сидеть прямо. Используются следующие упражнения гимнастики: одно-два упражнения на развитие гибкости, одно упражнение на равновесие и координацию.

В третьей (заключительной) части занятия решаются задачи постепенного перехода ребёнка к другим видам деятельности. Проводятся развивающие игры с мячом, простые танцевальные движения в игровой форме, которые расширяют двигательные навыки детей, заставляют координировать движения согласно музыке. Заканчивается занятие подведение итогов, после чего учащиеся прощаются с педагогом общим поклоном.

Современная хореография в контексте подходов к дополнительному образованию как к социальному и культурному пространству, является одновременно и инструментом и средством воспитания таких качеств личности, которые способствуют успешной самореализации и адаптации. Отличные особенности современной хореографии – предельная концентрация исполнительских средств, лаконичность рисунка танца, ограниченность во времени исполнения.

Возросший интерес к современной хореографии требует более внимательного изучения видов современного хореографического искусства. Знание лексики и особенностей стиля и манеры, владение методикой и техникой помогут детям и подросткам успешно участвовать в создании своего танцевального номера.

В программу включаются элементы джаз – танца и современные танцевальные стили, к изучению которых нужно подойти очень внимательно. На первый взгляд, техника джаз – танца может показаться совсем простой. Однако это впечатление обманчиво. Один из основных принципов джаз – танца – это изолированные движения различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, грудной клетки, тазобедренного сустава, рук, ног. Такая задача для ребенка весьма сложна, так как все двигательные центры анатомически взаимосвязаны и движение одной части

тела вызывает, естественные движения искусственно сдерживаются, что составляет основную сложность.

Формами контроля являются:

- подведение итогов каждого занятия, оценка деятельности педагогом;
- проведение занятий в форме просмотра работы всей группы; оценка пластической выразительности, музыкальности и артистизма исполнения;
- проведения переводного урока из группы в группу «Вот и стали мы на год взрослей»;
- проведения итоговых занятий;
- проведение открытых занятий для учебной части, для педагогов ЦДТ, а также проведения сольных концертов объединения «Арабеск»;
- запись уроков и концертных выступлений на видеокамеру с последующим просмотрам, обсуждением и анализом;
- участие в районных, городских, праздничных мероприятиях, фестивалях, конкурсах детского творчества в ЦДТ, ДК и школах нашего города.

Требования к уровню подготовки 1 степени

К концу обучения дети должны **знать:** Историю развития хореографии, правила выполнения изучаемых упражнений и танцевальных движений.

К концу обучения на первой ступени дети должны **уметь:** двигаться и исполнять движения в соответствии с контрастным характером музыки. Реагировать на начало музыки и её окончание, исполнить музыкальное вступление preparation, исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки. Хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков, уметь сохранять интервалы в движении, иметь определенные танцевальные навыки, выполнять танцевальные движения, запоминать и исполнять танцевальные композиции, передавать игровые образы различного характера, иметь большой запас исполнительской выразительности.

Уровень подготовки детей демонстрируется на открытых уроках и в отчетном концерте.

Требования к уровню подготовки детей 2 ступени

По окончанию обучения учащиеся должны **знать:** Особенности современного танца, значение хореографии для человека, терминологию хореографического искусства. Учащиеся должны **уметь:** выполнять упражнений подготовительного комплекса. Выполнять простейшие танцевальные движения. Выполнять танцевальные комбинации, исполнять танцевальные композиции технично, выразительно, эмоционально. Выступать с хореографическими номерами на мероприятиях.

Они более развиты физически, максимально устранены недостатки осанки. У детей достаточно развита координация, техника исполнения движений.

Требования к уровню подготовки детей 3 ступени

К завершению обучению у ребенка сформирован комплекс знаний, умений и навыков: учащиеся должны **уметь** воспринимать задания и замечания, оперирование профессиональными понятиями, умение контролировать собственное исполнение, согласование его с коллективом, творческая активность, способность свободно составлять комбинации упражнений.

Учащиеся должны **знать:** историю развития и современное состояние хореографического искусства, терминологию хореографического искусства, танцевальные жанры и стили современного танца, правила сценического поведения.

Ученик обладает хорошей танцевальной манерой, танцевальной техникой, развитым художественным вкусом, эмоциональной отзывчивостью. В репетиционной и концертной деятельности учащийся прилагает максимум усилий для совершенствования своих исполнительских качеств.

Требования к уровню подготовки детей 4 ступени

По окончании четвертого года обучения воспитанники должны

знать:

- различные жанры танцевальной музыки;
- эстетику рисунка танца.

Уметь:

- выполнять экзерсис современного танца
- передавать в движении характер танца;
- выражать в пластике содержание музыки и ее образной ассоциации;

- выполнять движение в разнообразных комбинациях.

-уметь импровизировать;

-исполнять постановки с эмоциональной отдачей.

Требования к уровню подготовки детей 5 ступени

По окончании пятого года обучения воспитанники должны

знать:

- различные жанры танцевальной музыки;
- эстетику рисунка танца.

Уметь:

- выполнять экзерсис современного танца
- передавать в движении характер танца;
- выражать в пластике содержание музыки и ее образной ассоциации;
- выполнять движение в разнообразных комбинациях.

-уметь импровизировать;

-исполнять постановки с эмоциональной отдачей.

1.Ступень

(первый год обучения)

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	кол-во часов.		
		Теория	**практика**	**всего**
1.	Организационное занятие	1	1	2
2.	Подготовительные упражнения	2	8	10
3.	Партерная гимнастика	2	8	10
4.	Развивающие игры с мячом	2	8	10
5.	Построение и перестроение (пространственная ориентация)	2	8	10
6.	Основные движения	2	8	10
7.	Этюды, игры, массовые танцы	2	5	7
8.	Музыкальная азбука	2	5	7
9.	Концертная деятельность	2	4	6
	Итого:	**17**	**55**	**72**

Содержание курса первого года обучения.

Первые шаги в страну «Хореографии»

1. Организационное занятие.

Цели и задачи коллектива. Содержание и форма занятий. Внешний вид. Роль подготовки к занятиям. Выполнение домашнего задания. Дисциплина на занятии. Взаимоотношение «учащиеся – преподаватель» и отношения между детьми, отношения к группе. Режим занятий. Инструкция по технике безопасности.

Организация групп. Знакомство с детьми. Цикл бесед: «Как учимся танцу?», «О гигиене», «Правила поведения на уроке»,

2. Подготовительные упражнения.

Набор физических упражнений в игровой форме для развития и укрепления опорно-двигательного аппарата, выработки мышечной силы и выносливости, создание эмоциональной психофизической атмосферы.

1. Основные исходные упражнения.

Понятия «И.П.». Основные положения ног: свободная и 1прямая. Упражнение-игра «Ножки поссорились, ножки помирились». Основные положения рук: вдоль корпуса, на пояс, округлые. Упражнение «Шарик», «Окошечко». Понятие «полупальцы». Упражнение «Дорасти до солнышко». Постановка корпуса. Упражнение «Ёлочка», Принц и принцесса».

3. Развитие мышечных ощущений.

Первые анатомические сведения о строении тела: мышцы спины, живота, рук, ног, шеи, колено, бедро, стопа их подвижность. Понятие «твердые и мягкие мышцы». Упражнения на расслабления и напряжение мышц, в положении стоя, сидя, лежа.

Понятие «тяжесть тела», «перенос тяжести тела». Упражнения по переносу тяжести тела вперед, назад, в сторону, с одной ноги на другую.

Упражнения для развития отдельных групп мышц и различных частей тела.

1. Постановка корпуса.
2. Работа головы – поворот, наклон, круговое вращение.
3. Работа плеч – подъем и опускание, отведение вперед и назад, вращение вперед и назад.
4. Работа кистей рук – сжимание, вращение.
5. Корпус – наклоны вперед, назад, боковые.
6. Ноги – подъем на полупальцы, «перекаты» с полупальцев на пятки, приседание по 6-й позиции с разворотом корпуса.
7. Выпады – вправо, влево с разными руками.
8. Прыжки по 6-й позиции. Раскрыть ноги в сторону и соединить: одна нога вперед, другая назад.

Упражнения для выработки силы, пластичности

и выразительность рук.

1. Махи рук.
2. Одна рука вверх, в сторону (чередование).
3. «Волна» - отведение рук в разные стороны от головы.
4. Махи руками, как крылья.
5. Упражнения «ветер», «регулировщик».

6. Упражнение для подвижности кисти рук и пальцев кисти руки: подъём, опускание, поворот кистями рук, упражнение-игра «пять братьев».

3.Партерная гимнастика (стретчинг).

Дети садятся на коврики в шахматном порядке.

Сидя:

1. Постановка корпуса.
2. Работа стоп – натягивание, сокращение, вращение.
3. Подъем ног плавный и резкий на высоте 45 от пола, поочередно ногами.
4. Развитие выворотности в коленном и тазобедренном суставе упражнение «калачик».
5. Подтягивание согнутых ног к груди.
6. Наклоны к ногам в закрытом и раскрытом положении.
7. «Лягушка» - расклад коленей в сторону.
8. «Книжечка»- наклон корпуса вперед.

Лежа на животе:

1. Подъем спины на вытянутых руках на 90 – поза «сфинкса».
2. «Корзиночка» - соединить носки согнутых ног с головой, руки вытянуты.
3. Упражнение для развития выворотности (ноги согнутые в коленях развести в стороны, лягушка на животе).
4. «Лодочка»- туловище отрывается от пола и отпускается.
5. «Коробочка»- покачивание на животе.

Лежа на спине:

1. «Велосипед» - вращение ног, «ножницы».
2. Подъем ног на 90 поочередно.
3. Подъем согнутого колена и раскрытия его в сторону.
4. «Бревно»- перекаты в стороны.
5. «Мостик»- подъем спины с опорой на руки и ноги.

Стоя на коленях и руках:

1. Упражнение «кошка добрая и сердитая»
2. «Кошка слизывает сметану»
3. Махи ног прогнувшись назад.

Растяжка: различные растяжки и шпагаты.

4. Развивающие игры с мячом

Дети встают в круг. От характера музыки зависит упражнение с мячом. Медленная – мяч медленно передается, наклоняя корпус в сторону, быстрая – быстро передают мяч друг другу из рук в руки. Встают в затылок друг за другом. Передают мяч, наклоняя корпус назад или вперед (ноги раскрыты в сторону). Игра «колобок»

5. Построение и перестроения

Понятие: линии, колонки, круг, интервал, равнение в линиях и колонках. Понятие – полный поворот, полповорота, поворот направо, налево. Диагональ.

Упражнения на перестроения: переход из 1 линии на 2, из линии – на круг, из круга на 1 или 2 линии, сужение и расширение круга, движения по диагонали. Упражнения исполняются в разных характерах: бег, марш, подскоки, «галоп», «двойной галоп». Свободное размещение в зале с последующим, возвращением в колонну, шеренгу или круг. Бег между предметами .

Построение различных рисунков: «воротца», «звездочки», «змейка», «улитка».

6. Основные движения и элементы танца

Различные виды шагов. Шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с подъёмом колена.

Приставной шаг и разновидности, продвижения вперед, с притопам, с приседанием. Простой хороводный шаг. Шаг с подскоком.

Различные виды бега. Легкий бег на полупальцах. Бег откидыванием прямых ног вперед и назад. Бег с высоким подниманием коленей. Галоп.

Различные виды прыжков. Прыжки в повороте на месте, в продвижении.

Различные виды ходьбы, бега и прыжков исполняются в сочетании друг с другом и с другими движениями.

Элементы русского танца. Поклон мальчиков и девочек. Приглашение на танец. Положение рук в паре. Движения: «ковырялочка с притопам», «моталочка», припадания по 1 прямой позиции, притоп простой и тройной,

подготовка к «гармошке», «ёлочка», движение рук в русском народном танце. Шаг польки. Ритмические хлопки просто и в сочетании с прыжком, подскокам, бегом. Элементы танца соединяются в небольшие комбинации. Необходимо добиваться яркой выразительности исполнения.

Движения для мальчиков. Мужественная манера исполнения. Хлопки - как элементы хлопушки. Посадка в присядку с раскрытыми в сторону коленями.

7. Этюды, танцевальные игры, массовые танцы

Этюды, развивающие творческую активность детей. Предлагать детям самим придумывать сюжеты, фантазировать, подбирая понятные им образы.

«Часики», «мамины помощницы», «кукла», «лягушата», «чунга-чанга», «песенка крокодила Гены», «я – чайник», «паровоз», «краски», «моль».

Этюд на композиционное перестроение- «нитка за иголкой».

Работа над образами- «мишка», «заяц», «лиса», «пингвин», «лошадь», «петух».

Массовые танцы создаются на основе изученных танцевальных элементов. Они просты, не требуют особого проучивания, темы понятны и интересны детям.

«Падеграс», «танец с платочком», «Веселая зарядка», «Приглашение», «Скакалка».

8. Музыкальная азбука

Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: грустная, веселая, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии. Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Связь начала движения с началом музыкальной фразы. Ритм музыки.

Дается задание прохлопать ритмический рисунок (от простого – к сложному). Прохлопать ритмический рисунок музыкального фрагмента. Придумать и

прохлопать свой ритмический рисунок. Сочетание хлопков и ударов ногами под музыку.

Задание на развитие концентрации внимания, такие упражнения, являются азбукой актерского мастерства, в игровой форме научат детей концентрировать внимания , сосредотачиваться, когда это необходимо.

9. Концертная деятельность

Участие в концертах, посвященных праздничным датам, в отчетном концерте, участие в смотрах, конкурсах, фестивалях.

Знакомство со сценической площадкой. Культура поведения на сцене и за кулисами.

2 ступень
(второй год обучения)
Учебно-тематический план

№ Наименование темы	Количество часов.		
	Теория	практика	всего
1. Организационное занятие	2	2	4
2. Подготовительные упражнения	2	16	18
3. Партерная гимнастика	2	16	18
4. Пространственная ориентация	2	15	17
5. Основные движения	2	18	20
6. Классический танец	2	16	18
7. Воспитание музыкальной культуры	2	8	10
8. Постановка и репетиция танца.	2	25	27
9. Концертная деятельность	2	10	12
Итого:	**18**	**126**	**144**

Содержание программы

Повторяется весь материал первого года. Ускоряется темп исполнения, усложняется ритмический рисунок движения. Постепенно вводятся новые элементы.

1.Организационное занятие.

Задачи второго года обучения. Перспективы и требования 2-го года обучения. Расписание занятий. Знакомство с новичками. Подготовка и проведение открытых уроков. Цикл занятий и бесед на тему: «Значение осанки в жизни человека», «как мы говорим», «культура поведения на уроке, в танце, на сцене», «Истоки танца».

2.Подготовительные упражнения.

Закрепляется материал первого года обучения с увеличением мышечной нагрузки.

Для концентрации внимания используются все виды ходьбы и бег по кругу.

1. Простой четкий шаг оттягиванием носка.
2. Шаг с высоко поднятым коленом вперед.
3. Шаг на высоких полупальцах , на пятках.
4. Бег с подъемом ног, согнутых в коленях, назад и вперед.
5. Рас курю – мягкий бег на полупальцах.

1. Основные исходные положения

Позиции рук: 1, 2, 3, 4. Понятие «preparation».

Упражнение «шарик» - движение округлых рук через 1,3, и 2 позиции.

Основные положения рук в паре: «воротца», «корзиночка», «замочек», «лодочка». Исполнение танцевальных движений в паре с применением этих положений.

Позиции ног: 2. Прямая, 3. Правила исполнения.

Переходы из 1 прямой позиции во 2 прямую позицию через прыжок. Упражнение: прыжки с хлопками**.**

2.Развитие - мышечных ощущении.

Понятие «устойчивость» на полупальцах. Упражнение «деревце растет».

Исполнение упражнений в различных исходных положениях на расслабление и напряжение мышц тела.

3.Развитие мышц и подвижность суставов.

Все упражнения первого года исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе, в координации с движениями рук.

Развитие мышц шеи и плечевого пояса.

Все движения первого года исполняются отдельно, в сочетании друг с другом, с полуприседанием, с подъемом на полупальцы. Упражнение «свечка», «замочек»

Развитие мышц и подвижности суставов рук.

Упражнения: круговые махи рук с усилением амплитуды разворота; повороты руки в локтевом суставе вперед и назад. Движения рук сочетаются с приседанием и прыжком.

3. Партерная гимнастика

Закрепление и совершенствование упражнений первого года обучения. Развитие у ребенка умений и навыков владения своим телом.

Сидя: постановка корпуса, работа стоп, упражнения для выворотности ног: «лягушка», «ванька-встанька»,

Лежа на животе: «лебедь», «коробочка», «лодочка».

Лежа на спине (работа над прессом). «Велосипед», «ножницы», «березка», «уголок», «мостик», «лягушка», резкие махи ног.

На четвереньках: «кошечка», «волна».

На коленях: Сесть между ног, а затем лечь на спину.

Движения для растяжки ног: «лодочка» в паре, раскрытие ног в сторону, сидя на полу, наклон вперед. Подготовка к «шпагату», «шпагат».

4.Пространственная ориентация

Умение ориентироваться в движении. Смена направления движения. Перестроение одного круга на два и наоборот, перестроение из колонны по одному в колону по три (тройки), четыре (четверки), перестроение из троек и четверок в

кружочки и звездочки, из большого круга в большую звезду. Упражнения «змейка», «улитка».

Продвижение в различных рисунках по одному, в паре, с построениями. Бег между предметами.

5.Классический танец

Система упражнений состоящих из элементов и движений классического танца.Программа изучения классического экзерсиса проходит повторно за 1-й год обучения, увеличивая постепенно нагрузку, сначала расчленяя каждое упражнение на элементы, постепенно изучив их, углубляя и закрепляя, добиваясь качественного исполнения.

Упражнения классического танца лицом к станку, способствующие постановке корпуса, ног, рук, головы, развитию выворотности ног прыжка, танцевального шага, устойчивости, гибкости корпуса, координации движений, ранее изучаемых движений.

Практические занятия

Позиции ног: I, II, III.

Позиции рук и их постановка:

Подготовительное положение рук. Позиции рук 1-я, 2-я, 3-я.

Полупозиции рук – промежуточные или производные от подготовительного положения.

Понятие работающей и опорной ноги.

Понятие вытягивания пальцев ноги (специальные упражнения для подъема).

Demi plies по 1-й, 2-й, and 5-й позициям.

Grand plies по 1, 2, 5-й позициям.

Battements fondu из 1-й и 5-й позиций в сторону, вперед, назад.

Battements fondu jete из 1-й и 5-й позиций.

Preparation стоя лицом к станку, ноги в I позиции к rond de jambe par terre.

Preparation (подготовка) – открывание руки.

Rond de jambe par terre (круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе).

Battements fondu (подготовка) на носок.

Battements frappes (подготовка) носком в пол.

Battements releves lents на 45 по I позиции в перёд, в сторону, назад.

Grand battements по I позиции.

Перегибы корпуса назад и в сторону.

Releves (поднимание) на полупальцы в I, II, V позициях, с вытянутых ноги с demi plies.

Примечание. Разучивание каждого элемента упражнений в раскладке у станка, затем на середине зала.

Общие правила исполнения прыжков: ощущение собранности всего тела перед прыжком и в момент прыжка с заключением на demi plie. Прыжки требуют

особой подготовки, не случайно их изучение приходится на конец занятия. Тогда-то и видно, насколько тщательно отработаны

6.Основные движения народного и современного танца

Движения первого года исполняются с большой выразительностью исполнения, в ускоренном темпе, и различных сочетаниях друг с другом, координацией с движениями рук и головы. Русский народный поклон.

Дополнительно: проскоки вперед, назад, в сторону, на двух ногах, на одной ноге. Шаг с проскоком и шаг с подскоком. Галоп прямой в паре и по одному исполнителю. «Ковырялочка» с соскоком. Тройной притоп с подскоком. Припадание по 3 позиции, «веревочка», «моталочка», ход с подскокам и ударом носка, «переборы», подскоки в повороте, уральские молоточки.

Прыжковые упражнения исполняются с увеличением амплитуды прыжка. Прыжок с поджатыми ногами. Затяжной прыжок.

Элементы в стиле ретро – основные движения «твиста». Простые движения современного танца в стиле хип-хоп, джаз-модерн, танцевальные комбинации. Отличие манеры исполнения движений народного и современного танца, Характер движения синхронность.

7.Воспитание музыкальной культуры.

Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы, пляски, хороводы. Песенная музыка. Музыкальный размер. Сильная доля. Музыкальное вступление.

Исполнение на музыкальное вступление подготовки к движению (preparation).

8.Постановка и репетиция танцев.

Разучиваем лексику, хореографического рисунка танца. Сочинения движений комбинации этюдов, отдельных частей номера. Работа над костюмами. Репетиционная работа: над точностью выполнения движения, акцентами, достоверность сценического образа.

9.Концертная деятельность

Участие в концертах, посвященных праздничным датам, в отчетном концерте, участие в смотрах, конкурсах, фестивалях.

Знакомство со сценической площадкой. Культура поведения на сцене и за кулисами.

3 Ступень
(третий год обучения)
Учебно-тематический план.

№	Наименование темы	Количество часов		
		Теория	практика	всего
1.	Организационное занятие	5	5	10
2.	Подготовительная часть	5	15	20
3.	Пространственная ориентация	4	10	14
4.	Классический танец	5	5	10
5.	Движения русского танца	5	15	20
6.	Основы джаз – танца и современных танцевальных стилей	5	15	20
7.	Постановка и репетиция танца	10	20	30
8.	Концертная деятельность	5	15	20
	Итого:	**44**	**100**	**144**

Содержание программы

1. Организационное занятие

Цели и задачи обучения. План концертной деятельности. Перспективный план занятий. Режим занятий, расписание.

Знакомство с новичками. Беседы с детьми о цели, задачах, требованиях обучения.

Обсуждение и решение коллективных проблем: оформление и оборудование класса; подготовка костюмов к концертам; организация отдыха в каникулы, организация культурных мероприятий.

Беседы о танце, его красоте и выразительности, о значении музыки в искусстве хореографии, о танцевальной форме, дисциплине, гигиене и т.п.

2. Подготовительная часть.

1. Упражнения для развития отдельных групп мышц и различных частей тела:

- поочередные наклоны головы, поочередные повороты головы, круговые движения головы по отдельности и слитно. Подъем и опускание плеч:

поочередности и вместе, круговые движения плеч, сведение плеч вперед и их раскрытие, растягивание локтей и плеч – сомкнутыми в «замок» за спиной руками. Поочередные наклоны вперед с сомкнутыми в «замок» сзади и спереди руками, наклоны направо и налево с руками по усмотрению педагога, выпады направо и налево без разворота корпуса, разнообразие releve на полупальцы по 6-й позиции, прыжка на двух ногах- sauté и на одной ноге поочередно, прыжки с поджатыми ногами.

2. Партерная гимнастика: упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава (сидя, лежа на спине и на животе). Упражнения для укрепления мышц поясничного отдела позвоночника и мышц живота. Упражнения для развития подвижности тазобедренного сустава (выворотности), упражнения для развития гибкости, упражнения для развития и укрепления мышц живота и брюшного пресса. Махи броски ног во всех направлениях, разнообразные «растяжки» для ног и воздействующие на все группы мышц.

3. Прыжки: с поджатыми ногами, с продвижением вперед-назад, направо – налево, на одну четверть поворота в обе стороны, на двух ногах и на одной ноге поочередно. Выдох приходится всяки раз на момент приземления.

3. Пространственная ориентация.

Для концентрации внимания используются движения по кругу, по диагонали, прямо.

4. Классический танец.

Знакомство с понятием «экзерсис». Движение рук через 1,3,2 позиции. Поза ен фасе. Упражнение: исполнение 1 порт де брас в позе ен фасе. Изучение напровлений в танце (8 точек зала). Понятие: арронбиб аллонже. Подготовительное положение рук. Упражнение для рук – различные комбинации.

5. Движения русского танца.

Проведение беседы о богатстве народного танца. Положение рук в парных танцах: «свечка», «воротца». Расположение танцующих и положение рук в массовых танцах: «звездочка», «корзиночка». Движения рук.

Все движения, выученные ранние усложняются координацией исполнения: в сочетании друг с другом, в движении с руками, в повороте, в продвижении.

«Гармошка» в повороте, «веревочка», простая дробь. Простые дробные движения – по 1- ой закрытой и 3-ей позициям. Припадание в повороте: сначала по ¼ круга, потом по ½ круга, затем в полном повороте. Уральские молоточки, веревочка с переступанием, с переходом на каблук.

Составление небольших комбинации из проученных движений.

6.Основы джаз – танца и современных танцевальных стилей.

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

Занятия джаз – танцем начинаются с освоения изолированных движений, после чего переходят к их координации, следуя правилу «от простого – к сложному». Постепенно в урок вводятся танцевальные комбинации с использованием хорошо усвоенных элементов.

Изолированные движения: движения головы, движения плеч, движения бедрами, движения корпуса.

Координация движений: после освоения изолированных движений можно приступать к соединению их в различные комбинации, постепенно усложняя, варьируя темп и ритмический рисунок.

Танцевальные комбинации: разминка, полуприседание, четвертные повороты, пружина, скольжение, перекат, двойное покачивание с восьмеркой руками, променад, твист с кругам руками, «Буратино», пульсар, кик с перескоком, шассе с перескоком, «лягушонок», челнок.

7.Постановка и репетиция танцев.

Эстрадный танец обычно задумывается для конкретных исполнителей и максимально выявляет их индивидуальные возможности. Это музыкально – хореографическая миниатюра, идея которой выражена в четком драматургическом построении со своей экспозицией, завязкой, кульминацией и финалом.

Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у детей.

Разучивание танцевального текста. Отработка темпа, ритма, акцентов, стиля и манеры исполнения.

Постановки в стиле техно, хип – хоп, джаз.

8.Концертная деятельность.

Предусматривается участие коллектива во всех мероприятиях Центра, в благотворительных мероприятиях, в различных конкурсах, фестивалях гастрольные поездки коллектива, творческие встречи с другими профильными коллективами, внутриколлективные мероприятия.

4 Ступень
четвертый год обучения

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Количество часов		
		Теория	практика	всего
1.	Организационное занятие	5	5	10
2.	Экзерсис современного танца	5	18	23
3.	Пространственная ориентация	5	18	23
4.	Элементы джаз – танца	5	30	35
5.	Постановка и репетиция танцев	5	25	30
6.	Концертная деятельность	5	18	23
	Итого:	**30**	**114**	**144**

Содержание программы

1.Организационное занятие

Задачи 3 ступени. Перспективный план занятий и постановок. План концертной и репетиционной деятельности. Подготовка к проведению коллективных мероприятий.

Оформление стенда «Жизнь в танце». Подготовка к выступлениям. Подготовка костюмов к выступлениям.

2.Экзерсис современного танца.

Упражнения на изоляцию отдельных центров тела отдельных групп мышц и подвижности суставов: плечевого пояса, грудной клетки, тазобедренного сустава, коленной чашечки.

Упражнения на координацию рук, ног, корпуса, головы.

Шаги переходы с одновременной работой рук, корпуса. Прыжки с одновременной работой головы. Разучивание различных рисунков в движениях: ровный ритм, с паузой.

Комбинации для отдельных групп мышц.

Партер: упражнения на растяжку мышц, упражнения на гибкость.

3. Пространственная ориентация (кросс).

Этот раздел урока развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль джаз танца.

Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

Шаги: шаги примитива, flat step, кэмэл уорк, шаг из танца «ча-ча-ча», латин уорк.

Прыжки: прыжки в уроке джаз – танца используются в сочетании с шагами и вращениями, «лягушка», «разножка», «у колена», при взлете исполнить arch торса, исполнить contraction в центре торса во время прыжка.

Вращения: вращения, как и прыжки, могут исполняться на месте и с передвижением в пространстве. Повороты на двух ногах, повороты на одной ноге, tour chaine, повороты по кругу вокруг воображаемой оси, повороты на различных уровнях, лабильные вращения.

4. Элементы джаз – танца и современных танцевальных стилей.

Танцевальные комбинации: «спираль», волна вперед, боковая волна, ступенчатое расслабление, «уголки», сброс плеч, расслабление плеч, «припадание», «бамп», «маятник», «мим», равновесие, «пирамида», «каратэ», выпод –battement, скольжение с отскокам, battement-вперед, battement-назад, «ребус».

5. Постановка и репетиция танца.

Выбор музыкального произведения, определение темы и сюжета хореографической композиции. Обсуждение нового замысла с детьми.

Разучивание комбинаций нового танца, композиционного рисунка. Работа над техникой, эмоциональностью, выразительностью.

Репетиция нового номера на сцене. Концертные выступления с новой постановкой.

6.Концертная деятельность.

Участие в концертах, посвященных праздничным датам, в отчетном концерте, участие в смотрах, конкурсах, фестивалях.

Знакомство со сценической площадкой. Культура поведения на сцене и за кулисами.

Просмотр своего выступления на видеозаписи с обсуждением положительного и отрицательного в исполнении.

5 ступень.

пятый год обучения

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Количество часов		
		Теория	практика	всего
1.	Организационное занятие	5	5	12
2.	Экзерсис современного танца	5	35	40
3.	Пространственная ориентация	5	35	40
4.	Элементы джаз – танца	5	49	54
5.	Постановка и репетиция танцев	5	50	55
6.	Концертная деятельность	5	10	15
	Итого:	**30**	**186**	**216**

Содержание программы

1.Организационное занятие.

Задачи 4 ступени. Перспективный план занятий и постановок. План концертной и репетиционной деятельности. Подготовка к проведению коллективных мероприятий.

Оформление стенда «Мир танца». Подготовка к выступлениям. Подготовка костюмов к выступлениям.

2.Экзерсис современного танца.

Тема 1. Развитие пластики в современных ритмах.

- Основные понятия: параллель, вертикаль, спираль, контракш, лифт.
- Упражнения для выработки подвижности позвоночника, укрепления мышц спины
- Упражнения для нижнего отдела позвоночника
- Упражнение для ориентировки
- Контракшн
- Упражнение «отдых»
- Упражнение «Наклоны»
- Упражнения лежа на полу.
- Упражнение сидя
- Упражнение для дыхания
- Упражнение сидя по 4 позиции
- Упражнения на коленях
- Встаем с пола
- Упражнения на середине зала

Тема 2. Модерн- джаз танец (подготовительный уровень).

На подготовительном этапе должны быть изучены следующие движения:

- В разделе *«Изоляция»:*

1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги. Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.

3. Грудная клетка: движения из стороны в сторожу и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать крест и квадрат с разных точек.

4. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги. «восьмерка», shimmi ; jelly roll.

5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.

6. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной» и невыворотной ногой.

• В разделе «Упражнения *для позвоночника»* должны быть усвоены следующие положения:

1. *Flat back* вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом, *Deep body bend*. Twist и спираль.

2. Contraction, *release, high release.* Положение arch, *low back, curve* и body roll («волна» — передняя. задняя, боковая).

• В разделе *координация»* изучаются:

1. Свинговое раскачивание двух центров.
2. Параллель и оппозиция в движении двух центров.
3. Принцип управления, «импульсные цепочки».
4. Координация движений рук и ног, без передвижения.

• В разделе *«Уровни»* изучаются:

1. Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа».
2. Упражнения стрэтч-характера в различных положениях.
3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счета.
4. Упражнения на *contraction* и *release* в положении «сидя».
5. Твист и спирали торса в положении «сидя» .
6. Движения изолированных центров.

В разделе Партерный экзерсис:

1 Релеве. Перегибы корпуса.

2 Упражнения для исправления осанки и улучшения гибкости шеи.

3 Растяжка.

4 Равновесие.

5 Упражнения для выворотности ног.

6 Повороты и вращения.

7 Упражнения на расслабление и напряжение мышц тела.

8 Прыжки.

3.Пространственная ориентация (кросс).

Этот раздел урока развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль джаз танца.

- В разделе *«Кросс. Перемещение в пространстве»* изучаются:

1. Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.
2. Шаги по квадрату.
3. Шаги с мультипликацией.
4. Основные шаги афро-танца.
5. Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
6. Триплеты с продвижением вперед, назад и по кругу.
7. Прыжки: *Hop, jump, leap*

4.Элементы джаз – танца и современных танцевальных стилей.

Последним, завершающим разделом урока модерн-джаз танца является комбинация. Здесь все зависит от фантазии педагога и его способностей. Нет никаких рецептов построения комбинации: они могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений. Могут быть комбинации в партере, связанные с положениями contraction и release, спиралями и твистами торса, а также с нетрадиционными передвижениями на полу типа перекатов, кувырков и т.п. Комбинации могут быть на основе движений, заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.

Однако главное требование комбинации - ее танцевальность, использование определенного рисунка движения, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений, т.е. использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Обычно комбинация изучается на протяжении 3-4 уроков, шлифуется и отрабатывается. Возможен путь, когда несколько комбинаций соединяются в единый, хореографически выстроенный номер. Естественно, на первом этапе обучения комбинации должны быть достаточно просты для усвоения, их

длительность не должна превышать 32 или 64 такта, затем, совершенствуя и усложняя, педагог должен создавать развернутые комбинации, близкие к законченным, возможно, сюжетным хореографическим номерам. В них должен быть использован весь арсенал выразительных средств современного танца. Возможно, хотя это и занимает много времени, создание полифонических хореографических произведений, где каждая группа учащихся имеет свой хореографический текст.

5.Постановка и репетиция танца.

Выбор музыкального произведения, определение темы и сюжета хореографической композиции. Обсуждение нового замысла с детьми.

Разучивание комбинаций нового танца, композиционного рисунка. Работа над техникой, эмоциональностью, выразительностью.

Репетиция нового номера на сцене. Концертные выступления с новой постановкой. Сюжетные, тематические танцы с учетом сценариев школьных мероприятий.

6.Концертная деятельность.

Участие в отчетных, праздничных, конкурсных концертах. Просмотр своего выступления на видеозаписи с обсуждением положительного и отрицательного в исполнении.

Методическое обеспечение программы

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Для обучения танцам детей дошкольного и младшего школьного возраста необходимо использовать **игровой принцип**. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о

необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Следующий важный принцип работы на первых этапах обучения – **принцип многократного повторения** изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

Из всего многообразия средств обучения ***классический танец*** отличается тем, что является фундаментом всей хореографической подготовки и основой высокой исполнительской культуры. Поэтому классический экзерсис, после изучения основных его элементов, рекомендуется использовать в качестве тренажа на репетициях коллектива. Для того чтобы облегчить воспитанникам усвоение тем образовательной программы, занятие делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть – включает построение воспитанников на середине зала и настрой на занятие (взаимные приветствия детей и педагога), маршировку, бег и вспомогательные корригирующие упражнения на полу для подготовки мышц, суставов и связок к нагрузке.

Основная часть – постановка корпуса, ног, рук и головы для формирования балетной осанки, выработка выворотности ног в упражнениях у станка и на середине зала, развитие гибкости, отработка шага, прыжка, развитие силы и выносливости.

Заключительная часть – включает, в основном, движения для развития танцевально-ритмической координации и выразительности. Они также направлены на то, чтобы снять нервное и физическое напряжение, поднять эмоциональный тонус у детей. В этой части разучиваются и повторяются музыкальные этюды, композиции.

Ведущими методами обучения детей хореографическому искусству **являются:**

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал).

Таким образом, ***основные методы,*** применяемые при обучении:

- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- сравнение;
- контраст;
- повторение.

Ребенок должен знать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица, играть с ними в «маски» (грустная, веселая, сердитая).

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

В разделы «Танцевальные этюды», «Танцевальные композиции» включены современные мелодии для стимуляции эмоциональной и актерской выразительности воспитанников.

Учебно - методическое обеспечение

1. Учебники, методические пособия по хореографической деятельности.
2. Аудиокассеты и СД – диски с фонограммами музыки для танцев.
3. Видеофильмы по хореографии.
4. Наглядные пособия по хореографии: плакаты, иллюстрации, рисунки, фотографии.
5. Видеокамера, фотоаппарат.

Материально – техническое оснащение

1. Просторный класс, оборудованный деревянным половым покрытием, станками и зеркалами.
2. Аудио – видеоаппаратура
3. Форма для занятий: тренировочный костюм, мягкие туфли и жесткие туфли, коврик.
4. Концертные костюмы, реквизит (мяч, скакалки).
5. Шкаф для хранения концертных костюмов.

Список литературы.

1. Ерохина О.В. Школа танца для детей. – «Феникс». 2003 г.
2. Пуртова Т. В. Учите детей танцевать. – М., 2004 г.
3. Никитин В.Ю. Модерн – джаз танец. Начало обучения. – М., ВЦХТ, 1998 г.
4. Люси Смит. Танцы начальный курс. – М., АСТ, 2001 г.
5. Фирилева Ж.Е. Танцевально–игровая гимнастика для детей. 2003 г.
6. Программа развитие детей в ансамбле танца «Детства». / Сост. А.Г. Гуслева. – Екатеринбург. - 2005г.
7. Сборник программ дополнительного образования художественного – эстетического направления. / Сост. Н.Э. Климова, Е.Б. Шарец. Объединение «Дворец молодежи». – Екатеринбург, 2003г.
8. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.
9. С.В. Корлякова , О.В. Деникаева. Рекомендации по разработки и требования к утверждению учебных программ дополнительного образования детей. Методическое пособие. – Екатеринбург. Объединение «Дворец молодежи». 2001г.
10. Бурменский Г.В., Слуцкий В.М., Одаренные дети. – М.: Прогресс, 19991г.
11. Баева И.А. Психология в понятиях, образах, переживаниях. – М.: Центр гуманитарного образования, 1996г.

Приложение 1

Диагностика специальных способностей ребенка принимаемого в объединение эстрадного танца «Арабеск» на 20__-20__учебный год

Дата проведения_____

Музыкальные и профессиональные физические данные

1) Концентрация внимания на объяснениях и действиях педагога, на начале/прекращении аккомпанемента под который выполняются движения.
2) Двигательные навыки, координация
3) Профессиональные физические данные:

3.1.Осанка
3.2.Выворотность ног
3.3.Гибкость тела
3.4.Прыжок
3.5.Устойчивость
3.6.Артистичность и эмоциональность

4) Выполнение простых танцевальных движений

№	Фамилия, имя		Номер задания								
		1	2	3.1	3.2	3.3	3.4	3.5	3.6	4	
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											
11.											
12.											
13.											
14.											

Условные обозначения: + высокий уровень
+ - средний уровень
- низкий уровень

Подпись _____

Приложение 2

Репертуар детского объединения эстрадного танца «Арабеск»

1ступень (первый год обучения)
«Веснушки»

2ступень (второй год обучения)
«Ой, как ты мне нравишься…» (русский народный танец)
«Снежинки»

3 **ступень** (третий год обучения)
«Царевна» (эстрадный танец)
Рэтро- твист

4 **ступень** (четвертый год обучения)
«Хулиганы» (эстрадный танец)
«Желтые ботинки» (эстрадный танец)
«Купалинка» (белорусский народный танец)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575860

Владелец Малюков Виктор Юрьевич

Действителен С 23.04.2021 по 23.04.2022